



LAUCHRINGER SPÄTLESE

gemeinsam statt einsam!

Neuer Computer- und Handykurs für Senioren

Am **Dienstag, 15. November** starten wir wieder einen Computer- und Handykurs. Die Teilnehmer werden von Schülern und einer Lehrerin der Realschule Tiengen unterrichtet.

1. Kurstag: Dienstag, 15. November, 16.00 Uhr bis 17.00 Uhr.

Ort: EDV-Raum der Werkrealschule Lauchringen.

Kursdauer: Bis ca. Mitte März 2012 (14 Kurstage).

Eine Kursgebühr wird nicht erhoben.

Neuer Kurs „Feldenkrais im Sitzen“

Feldenkrais ist ein Lernen über das zentrale Nervensystem (Gehirn). Bei den Lektionen werden leichte Bewegungen spielerisch und achtsam ausgeführt. Dabei nehmen Sie wahr und erforschen, wie weit mache ich die Bewegungen leicht, was ist noch möglich ohne Anstrengung. Der Organismus wird angeregt, sich neu zu organisieren. Mit der Zeit kann sich ein allgemeines Wohlbefinden, ein Lösen von Verspannungen und Schmerzen und ein besseres Fließen des Atems einstellen. So berichten viele Menschen, dass sie durch diese Methode beweglicher, stabiler und selbstsicherer geworden sind und sich im Alltag angemessener bewegen.

Kursbeginn: Mittwoch, 02. November (6 Kurstage).

Zeit und Ort: 10.00 bis 11.00 Uhr im Mehrzweckraum des Rathauses.

Kosten: 48,- €, der Betrag ist bei Kursbeginn zu entrichten.

Mitbringen: Bequeme Kleidung und warme Socken.

Bei Fragen zur Feldenkraismethode, wenden Sie sich bitte an Frau Romy Heuser, Tel. 07741/66470. Anmeldungen werden von den Ansprechpartnern der Lauchringer Spätlese im Rathaus entgegen genommen.

Voranzeige

Mehrtagesfahrt im Frühling

23. – 28. April 2012

„Italienische Kleinode“

mit

- Urbino,
- Ravenna und Comacchio,
- Assisi,
- San Marino

Anmeldungen bei den Ansprechpartnern sind jetzt schon möglich.

Vortragsreihe des Deutschen Roten Kreuzes

Drei Referentinnen des Deutschen Roten Kreuzes halten Vorträge zu folgenden Themen:

1.) Wohnberatung -Barrierefreies Wohnen-

2.) Hausnotruf und Mobilruf

3.) Fahrdienst „Mobil plus“

Termin: Dienstag, 08. November, 14.00 Uhr.

Ort: Rathaus Großer Sitzungssaal.

Fahrdienst mit dem DRK-Bus: Ab 13.30 Uhr von den Einstiegstellen Nimmersatt und Adler (Fahrtrichtung Tiengen) und ab 13.40 Uhr von den Einstiegstellen Deutscher Kaiser und Volksbank UL (jeweils in Fahrtrichtung OL).

Selbstverständlich sind neben unseren Seniorinnen und Senioren auch sonstige Interessierte recht herzlich eingeladen. Der Eintritt ist frei.

Fahrt zum Schätzele-Markt in Tengen

am **Samstag, 29. Oktober**. Zunächst führt uns die Fahrt in den Tengerer Stadtteil Blumenfeld, wo wir eine Schlossführung bekommen werden. Im Anschluss daran besuchen wir den bekannten Tengerer Schätzele-Markt, wo für uns vor allem der Krämermarkt in der Altstadt mit über 140 Buden und Ständen von Interesse sein dürfte. Dort bestehen vielerlei Möglichkeiten zur Verköstigung. Neben dem Krämermarkt gibt es einen großen Vergnügungspark mit Festzelt sowie eine Auto- und Gewerbeausstellung. Der Schätzele-Markt gilt als größtes Volksfest im Landkreis Konstanz.

Abfahrt: Ab 12.15 Uhr von den Einstiegstellen Deutscher Kaiser, Volksbank UL, Rathaus und Nimmersatt, jeweils in Fahrtrichtung OL sowie Adler in Fahrtrichtung Tiengen. Die Rückkehr nach Lauchringen erfolgt gegen 18.00 Uhr.

Preis: Ca. 18,- € je nach Teilnehmerzahl, darin enthalten sind die Busfahrt, die Schlossführung und alle Trinkgelder.

Spielnachmittag

Der nächste Spielnachmittag findet am **Montag, 10. Oktober**, ab 14.00 Uhr im Großen Sitzungssaal des Rathauses statt.

Die Ansprechpartner der Lauchringer Spätlese:

Herrn Rolf Burgert Tel. 60 95-35

Frau Carmen Huber Tel. 60 95-33



Landratsamt Waldshut Jugendamt

Triple-F-Club-Party für alle zwischen 12 und 15

Am **29. Oktober** findet in der Gemeindehalle Lottstetten wieder eine Triple-F-Club-Party statt. Wie immer rauchfrei, alkoholfrei und drogenfrei! Eingeladen sind alle zwischen 12 und 15 Jahren.

Die Triple-F-Partys sind nur für Club-Mitglieder.

Der Eintritt kostet im Vorverkauf 2 Euro, an der Abendkasse 3 Euro. Auch die Preise für die alkoholfreien Getränke und kleinen Speisen sind auf den kleinen Geldbeutel zugeschnitten.

Beginn der Party ist um 17.30 Uhr, Einlass ab 17.00. Schluss ist um 22 Uhr.

Damit alle sicher hin und auch wieder nach Hause kommen, wird ein Abhol- und ein Rückfahrdienst angeboten.

Kontakt 07751 / 86 43 44 und unter: www.triple-f-club.de

Kommunale Stelle für Gleichstellungsfragen

Im Rahmen der Frauenaktionswochen im Landkreis Waldshut findet am Dienstag, 25.10.2011, um 15.30 Uhr im Familienzentrum Hochrhein in Lauchringen und am gleichen Tag, um 19.30 Uhr in der Buchhandlung zum Gallusturm in Bad Säckingen eine Lesung mit Isabelle Müller aus ihrem Buch "Phönix Tochter" statt.

Zudem ist ab dem 21.10.2011 die Ausstellung "Ohne Arbeit kein Vergnügen. Arme Mütter - Arme Kinder" im Familienzentrum Hochrhein in Lauchringen zu sehen.

Der Vortrag "Armutsrisiko Alleinerziehend", der am Donnerstag, 27.10.2011 um 19 Uhr bei In Via, Mädchen – und Frauentreff in Waldshut geplant war, fällt aus.