

# LAUCHRINGER SPÄTLESE

## gemeinsam statt einsam!

### Fasnachtstanz

Auch in diesem Jahr wollen wir einen Fasnachtstanz durchführen.  
Er findet am



**Dienstag, den 14. Februar ab 15.00 Uhr im Gasthaus Küssaburgblick statt.**

Das Gasthaus Küssaburgblick ist bereits ab 14.00 Uhr geöffnet. Für die richtige Stimmung wird wie immer unser Alleinunterhalter Heinz Burgert sorgen. Selbstverständlich besteht kein Tanzzwang. Herzlich eingeladen sind auch diejenigen, die sich einfach nur unterhalten oder unterhalten lassen wollen. Außer für Ihren Verzehr entstehen Ihnen keine Kosten. Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

**Fahrdienst:** Wer mitfahren möchte, findet sich bitte um 14.15 Uhr bei den Einstiegstellen Adler, Nimmersatt, Möbel Dick und Deutscher Kaiser ein. Selbstverständlich werden Sie am Abend wieder zurück gefahren. Wenn Sie nicht in der Lage sind, zu den Einstiegstellen zu kommen, holen wir Sie auch zu Hause ab. In diesem Fall melden Sie sich bitte telefonisch bei den Ansprechpartnern der Lauchringer Spätlese an.

### 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, 15. Februar (6 Kurstage).**

**Zeit:** 10.00 bis 11.00 Uhr

**Ort:** Der Kurs findet nicht wie im Seniorenkalender veröffentlicht im Mehrzweckraum, sondern im Großen Sitzungssaal des Rathauses statt.

**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.

### Vortrag von Dr. Herbert Sauerbier

Am **Dienstag, 28. Februar** hält Dr. Herbert Sauerbier einen Foto-Vortrag zum Thema **„Heilpflanzen und deren Anwendung bei bestimmten Krankheiten“**.

**Uhrzeit:** 15.00 Uhr.

**Ort:** Großer Sitzungssaal im Rathaus.

**Fahrdienst:** Ab 14.30 Uhr von den Einstiegstellen Nimmersatt und Deutscher Kaiser sowie ab 14.40 Uhr von den Einstiegstellen Deutscher Kaiser und Volksbank UL.

Der Eintritt ist frei. Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich. Neben unseren Seniorinnen und Senioren sind auch sonstige Interessierte herzlich willkommen.

Die Ansprechpartner der Lauchringer Spätlese:

**Herrn Rolf Burgert** Tel. 60 95-35  
**Frau Carmen Huber** Tel. 60 95-33



**FamilienZentrum**  
Hochrhein

## Ferienangebote in Lauchringen 2012

Alle Ferien finden mit der Integrationsgruppe „FasZination“ statt

### Fasnachtsferien – Spiel & Spaß im FaZ

22. – 24.02, 9:30 – 16:00 Uhr, 30 €

### Osterferien – 5 Tage/4 Nächte

(Sonntag, 01.04. – 05.04.) **in der Ski-Hütte des Skiclubs Lauchringen in Bernau**



Mit allen Sinnen Natur erleben – im Bernauer Land.  
Tagesexpeditionen, Besichtigung, Nachtwanderung, Spiele-Abend, Lagerfeuer usw.

Bus-Abreise-/Ankunftsdaten und Packliste werden noch bekannt gegeben.

Kosten: 120 € – inkl. Fahrten, Unterkunft, Verpflegung, Programm

- nur begrenzte Teilnehmerzahl!

*„Asterix und Obelix“ im*  
**ABENTEUERLAND**  
 auf dem Gelände der alten  
 Gemeindegärtnerei, Mühleweg 22  
 in Oberlauchringen




### Pfingstferien (9:30 – 16:30 Uhr)

29.05. – 01.06. (4 Tage), Kosten 40 €/Geschwisterkind 35 €

04.06. – 08.06. (5 Tage), Kosten 50 €/Geschwisterkind 45 €

Kosten inkl. Verpflegung, Material, Programm, Betreuung

### Sommerferien (9:30 – 16:30 Uhr)

30.07. – 03.08.

06.08. – 10.08.

13.08. – 17.08.

Kosten: inkl. Verpflegung, Material, Programm, Betreuung  
für eine Woche: pro Kind 50 €/Geschwisterkind 45 €

### Sportcamp im Abenteuerland ab 8 Jahren

20.08. – 24.08. wir übernachten in Zelten

mit sportlichem Programm: Klettergarten, Bogenschießen, Fußball, Schwimmen, Radfahren, Wandern

Kosten: inkl. Übernachtung, Verpflegung, Fahrtkosten, Eintritte, Material, Programm, Betreuung  
120 €/Geschwisterkind 100 €

wir bieten in den Pfingst- und Sommerferien eine Randzeiten-Betreuung an; Sie können Ihr Kind für die Zeit von 8:00 bis 9:30 Uhr für 5 € extra/Tag anmelden.

**Anmeldung:** Anmeldungen für die Fasnacht- und Osterferien bitte nur im Familienzentrum.

Anmeldungen für die Pfingst- und Sommerferien und das Sportcamp bitte nur im Bürgerservice der Gemeinde Lauchringen unter Tel. 6095-31, 6095-32 oder 6095-33.

**Die Anmeldung hat nur Gültigkeit, wenn die Bezahlung erfolgt ist.** Bitte überweisen Sie den Betrag auf folgendes Konto: Gemeindeverwaltung Lauchringen, Konto-Nr. 14302053, BLZ 68452290 bei der Sparkasse Hochrhein

### Informationen:

Ulla Hahn/Andreas Schumpp, Familienzentrum Hochrhein, 07741/9679923, u.hahn@faz-hochrhein.de