

TENNISCLUB  
LAUCHRINGEN  
E.V.



## WICHTIG – WICHTIG – WICHTIG

### Vorankündigung Beitragsabbuchung

Der Beitrag 2015 wird voraussichtlich in der KW 15 abgebucht.

### Arbeitsdienste 2015

Folgende Dienste stehen zur Verfügung:

- Platzpflege (Aufbau, Abbau, Erhalt)
- Aussenanlage
- Rasen mähen
- Kassendienst
- Entsorgungsdienst (Mülleimer, gelbe Säcke, Kartonage, Altglas)
- Grundreinigung Vereinsheim

Bitte meldet euch doch unter Angabe eures bevorzugten Dienstes unter [christian.arnold@tc-lauchringen.de](mailto:christian.arnold@tc-lauchringen.de) oder 07741 671039

Vielen Dank im Voraus für eure Bereitschaft.

EURE VORSTANDSCHAFT

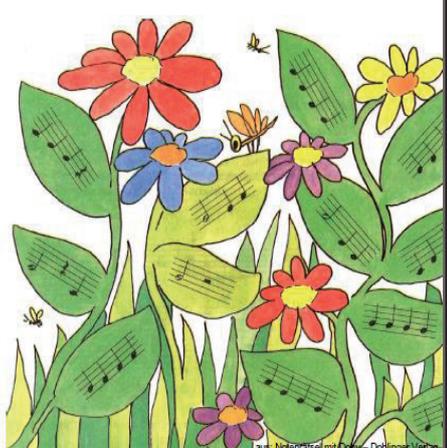
**TCL auch auf FACEBOOK**

**LINK auf [www.tennisclub-lauchringen.de](http://www.tennisclub-lauchringen.de)**

**Freitag**  
**20. März 2015**  
**15:30**  
Gemeindehalle  
Unterlauchringen  
Mehrzweckraum  
Eintritt frei

# Der Lenz ist da

*Es musizieren und singen  
Jung und Alt*



*Blockflöten- Gitarren-  
Schülerinnen/Schüler  
der Musikschule  
Klasse  
Ingeborg Scheiner*

*Die Stubenmusik  
Lauchringer Spätlese  
Leitung:  
Ingeborg Scheiner*

aus: Notenreise mit Dolly – Döllinger Verlag

Eine Kooperation mit der  
Lauchringer Spätlese  
**LAUCHRINGEN**

Breitestraße 7,  
70761 Waldshut-Tiengen  
Tel. 07741/833584  
[www.musikschule-suedschwarzwald.de](http://www.musikschule-suedschwarzwald.de)  
Mitglied im Verband deutscher Musikschulen

**musikschule  
südschwarzwald**

## Second Hand-Kinderkleider und Zubehör Verkauf



der Kindertagesstätte St. Elisabeth  
Oberlauchringen

am **Samstag, 21. März 2015 um 14.00 Uhr**  
in der **Gemeindehalle Oberlauchringen.**

Die Annahme der Sachen erfolgt am Freitag, 20. März 15 von 18.00 bis 19.00 Uhr. Der Verkauf findet am Samstag, den 21. März 2015 von 14.00 Uhr bis 16.00 Uhr statt, ab 16.30 Uhr erfolgt dann die Abrechnung (abzüglich 20 % für die Kindertagesstätte St. Elisabeth Oberlauchringen). Alle Gegenstände müssen mit Namen, Preis und Größe ausgezeichnet sein! Bis **17.30 Uhr** müssen alle nicht verkauften Sachen wieder abgeholt werden, sonst werden diese als Spende betrachtet. Die Bewirtung übernimmt der Förderverein der Grundschule Oberlauchringen.

Wir bieten Kaffee, kalte Getränke, selbstgebackene Kuchen und Waffeln.

Bei Rückfragen Tel. 8353589(D.Zimmermann) o. 2502 (A.Heimberger)

Auf ihren Besuch freut sich  
Die Kindertagesstätte St. Elisabeth Oberlauchringen  
Der Förderverein der Grundschule Oberlauchringen

**verbraucherzentrale** Baden-Württemberg

### Kinder brauchen keine Extrawurst

### Schnelle und gesunde Mahlzeiten für die ganze Familie

Im Alltagsstress zwischen Job und Haushalt kann das Kochen für die ganze Familie zur lästigen Pflicht werden. Schnelle Hilfe für eilige Ernährungsbewusste verheißen vermeintlich gesunde Fertigprodukte speziell für Kinder – vom Müsli bis zur Tomatensuppe. Doch selten halten sie, was sie versprechen: Meist sind Kinderlebensmittel kein Stück gesünder als andere Produkte, dafür aber oft viel süßer und teurer. Dass Kinder eigentlich gar keine Extrawurst brauchen und sich auch frische Familienmahlzeiten im Handumdrehen zubereiten lassen, zeigt der Ratgeber **„Bärenstarke Kinderkost – Einfach, schnell und lecker“** der Verbraucherzentrale.

Das komplett überarbeitete Buch ermutigt Mütter und Väter, gesunde Gerichte auf den Tisch zu bringen. Dabei setzt der Ratgeber auf eine vollwertige Ernährung mit Obst, Gemüse, Getreide, Milchprodukten, Fisch, Fleisch und Eiern. Rund 100 erprobte Rezepte vom Frühstück bis zum Abendbrot helfen bei der Erstellung eines ausgewogenen Speiseplans mit schmackhaften Gerichten – ganz ohne Extrawurst.

### Bestellmöglichkeiten:

Der Ratgeber **„Bärenstarke Kinderkost – Einfach, schnell und lecker“**, 13. aktualisierte Auflage 2015, kann zum Preis von 12,90 Euro in einer unserer Beratungsstellen gekauft oder für zuzüglich 2,50 Versandkosten über das Internet bestellt werden:  
[www.vz-bw.de/ratgeber](http://www.vz-bw.de/ratgeber)