

Nächste Wanderung: am **Dienstag, 7. April**. Treffpunkt ist **9:30 Uhr am Bahnhof Ettlingen-Stadt**.

Yoga auf dem Stuhl – Anfang Mai

Yoga auf dem Stuhl ist besonders geeignet für Menschen mit Bewegungseinschränkungen. Die Übungen verbessern vor allem die äußere und innere Haltung und sorgen für mehr Energie und Lebensfreude.

Der *senior*Treff in Ettlingen-West im Bürgertreff Fürstenberg, Ahornweg 89, hat ab **Anfang Mai** noch einige Plätze frei in den beiden Kursen „**Yoga auf dem Stuhl**“.

Kursdauer: Kurs I trifft sich wöchentlich jeweils montags von 9 bis 10 Uhr
Kurs II: trifft sich ebenfalls montags, und zwar von 10:15 Uhr bis 11:15 Uhr.
Beide Kurse umfassen jeweils 10 Stunden. Kurs-Gebühr: 20 EUR. Die Kursangebote werden fortlaufend weitergeführt.
Veranstaltungstermine

Montag, 30. März

9 Uhr – **Yoga auf dem Stuhl I**

10:15 Uhr – **Yoga auf dem Stuhl II**

Dienstag, 31. März

9 Uhr – **Sturzprävention**

10:15 Uhr – **Sturzprävention**

16 Uhr – **Offenes Singen**

Mittwoch, 1. April

14 Uhr – **Boule „Die Westler“** –

Entenseepark

Donnerstag, 2. April

9 Uhr – **Sturzprävention**

14 Uhr – **Offener Treff**

Die Veranstaltungen finden, wenn nichts anderes angegeben ist, im Bürgertreff im Fürstenberg, Ahornweg 89 statt.

Beratung, Anmeldung und Information: Donnerstags von 10 bis 11 Uhr persönlich im *senior*Treff Ettlingen-West, im Fürstenberg, Ahornweg 89.

WIR ERFINDEN UNSER EIGENES BRETTSPIEL* für Kinder ab 7 J., MI, 15.04., 15-17 Uhr, € 3.-

KINDERFLOHMARKT MIT SPECHTMOBILOPENING* SO, 26.04., 14-17 Uhr, Standgebühr €5.- + 1 Kuchen, Anmeldung erforderlich!

SOMMERFERIEN:

Wir fahren von 31. Juli bis 7. August nach Fehmarn, die Sonneninsel der Ostsee und wohnen dort in einer schönen Jugendherberge mit Vollpension nicht weit vom Strand. Das Programm wird in unserem Vortreffen mit euch abgesprochen. Die 8-tägige Fahrt kostet mit allem Drum und Dran 330 Euro. Für die Spechtferien und die Erlebniswochen in den Sommerferien kann man sich ab 1. April auf unserer Homepage anmelden.

TREFF AM MITTAG mit Billard, Kicker und Brettspielen MO-DO von 14-15.30 Uhr

Die HAUSAUFGABENHILFE unterstützt Mädchen und Jungen ab der 5. Klasse im schulischen Alltag und fördert soziale, kommunikative, kreative Fähigkeiten der SchülerInnen. Montag bis Donnerstag jeweils von 14-16 Uhr. Nach dem Lernen kann Ihr Kind nach Hause gehen oder am Programmangebot des Spechts teilnehmen!

Kosten pro Termin € 3.-. Einfach unverbindlich anrufen, vorbeikommen oder Testtermin ausmachen.

KIDSTREFF mit Spielen, Basteln und Outdoor-Aktionen von 7 bis 10 Jahren, DO von 15.30-17 Uhr, ohne Anmeldung

JUNGSTREFF ab 11 Jahren, MI von 16.15-17.45 Uhr

MÄDCHENTREFF ab 11 Jahren, FR von 14.30-17 Uhr

OFFENER TEEN-TREFF mit Spielen, Kochen, Chillen, aktuellen Konsolenspielen und Chatten, für Kids und Teens bis einschließlich 14 Jahren, MO und DI jeweils von 16-19 Uhr, 0 €

*Anmeldung erforderlich!

der besten Kaffeeanbaugebiete El Salvadors. Auf einer Höhe von 1250 Metern wächst der Kaffee unter idealen klimatischen Bedingungen. Die Kooperative hat etwa 180 Mitglieder. Ein Drittel von ihnen sind Frauen. Seit 1992 wird auch Bio-Kaffee ohne chemischen Dünger, ausschließlich in Handarbeit angebaut. Der Ertrag wird unter den Kooperativen-Mitgliedern aufgeteilt und Überschüsse in die Produktion reinvestiert. Der Verkauf des Kaffees im Fairen Handel hilft der Kooperative dabei, Rücklagen zu bilden und Investitionen in die Zukunft zu tätigen. So unterstützen z. B. die Bauern mit einem Fond die Schulbildung ihrer Kinder. Ein Pensionsfonds unterstützt ältere Kooperativen-Mitglieder. Zur Kooperative **Combrifol** gehören etwa 200 Kaffeebauern, die sich in gleicher Weise als Kooperative organisiert haben, um so ihre Rechte zu stärken.

Durch den Kauf von **la cortadora – Espresso** unterstützen Sie die Bemühungen der Kleinproduzenten und gönnen sich gleichzeitig einen exzellenten Kaffee in Bio-Qualität.

Im oberen Foyer des Rathauses ist zzt. eine Ausstellung unter dem Titel „**Gärtchen der Gerechtigkeit**“, aufgebaut. Sie zeigt die Anliegen des Fairen Handels und der nachhaltigen Produktion in den Entwicklungsländern. Die Ausstellung ist zu den üblichen Geschäftszeiten des Rathauses zugänglich. Sie ist ein Beitrag für die Entwicklung der Stadt Ettlingen zu einer „**Fair-Tradestadt**“. Ein Besuch lohnt sich.

Kommen Sie vorbei und kaufen Sie im Weltladen, Leopoldstr. 20, mit seinen vielen fair gehandelten Öko-Produkten.

Geöffnet Montag bis Freitag 9.30 bis 18.30 Uhr, Samstag 9.30 bis 13 Uhr.

Tel. 94 55 94 www.weltladen-ettlingen.de

Jugend



Kinder- und Jugendzentrum Specht

Rohrackerweg 24,
Tel.: 07243-4704, www.kjz-specht.de

Die Osterferien nahen und unsere beiden Osterwochenangebote sind ausgebucht. Nach den Osterferien wartet aber wie immer ein buntes Programm auf Euch. Hier sind noch Plätze frei:

Lokale Agenda

Agenda 21

Weltladen Ettlingen

La cortadora – Espresso aus El Salvador und Honduras. 100% Arabica aus Bio-Anbau. Dieser Espresso ist ideal für alle, die auf Koffein verzichten müssen oder wollen. Ein leichter Espresso für jede Tages- und Nachtzeit (!), dessen süßes Aroma dem von Bohnenkraut ähnelt.

'**La cortadora**' bedeutet im Spanischen "die Kaffeebäuerin" und steht für Kaffee von höchster Qualität. Der Großteil des Kaffees kommt von der Kooperative **Santa Adelaida**, seit 2012 auch von der Kooperative **Combrifol**, aus dem honduranischen Grenzgebiet. Die Kaffeefelder von **Santa Adelaida** liegen in einem

Stadtwerke Ettlingen GmbH

Gebäudeenergieberatung bei den Stadtwerken

Viele Schwachstellen in den eigenen vier Wänden kennen Sie bereits.

Sind in Ihrem Haus oder Ihrer Wohnung die Fenster und Türen undicht? Haben Sie das Gefühl, dass die Außenwände Kälte abstrahlen und der Fußboden zu kalt ist? Werden Räume nicht richtig warm, obwohl die Heizkörper aufgedreht sind?

Wenn Sie eine dieser Fragen bejahen müssen, ist der Anfang schon gemacht: Eine energetische Sanierung von Gebäudehülle und Gebäudetechnik ist notwendig.

Lassen Sie sich vor geplanten Modernisierungsmaßnahmen beraten. Eine kostenfreie Erstberatung bieten die Stadtwerke in Zusammenarbeit mit der EnergieAgentur Kreis Karlsruhe für Ihre Kunden an.