



Glas und Bauelemente
 Inh. Matthias Mehler

- Fenster
- Fliegengitter
- Innen-/Haustüren
- Glasreparaturen
- Ganzglasduschen
- Glas und Spiegel
- Terrassenüberdachungen
- Markisen
- und vieles mehr



Oberer Erlanger 9
 91220 Schnaittach

Tel. 091 53-972 11
 Fax 091 53-973 13
 E-Mail info@rana-gmbh.de

www.rana-gmbh.de

VHS Eckental

Heroldsberg und Kalchreuth

Das neue VHS-Jahr steht quasi vor der Tür, aber ein paar der Kurse, Vorträge oder Workshops in diesem Semester haben noch wenige freie Plätze – deshalb schnell anmelden!

Alle Workshops, Seminare und Angebote der VHS finden Sie auch online.

www.vhs-eckental.de

Erbrecht bei „Sorgenkindern“ – das sog. „Behindertentestament und andere Regelungsmöglichkeiten“

10003
 Dozent: Harald Lambert
 Termin: 25.2.
 Uhrzeit: 18.30-20.30 Uhr
 Ort: Interimsgebäude
 Gebühr: 10 €
 Bitte mitbringen: Stift, Notizblock

Nordic-Walking – Technik-Schnupperstunde

30006
 Dozent: Uschi Neumann
 Termin: 22.2.
 Uhrzeit: 15-16.30 Uhr
 Ort: Nordic Walking Park, Heroldsberg
 Gebühr: 5 €

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Lauf- oder Wanderschuhe und Nordic Walking Stöcke. Bei schlechtem Wetter Re-

genbekleidung oder es wird vor Ort die Stunde verschoben.

Feldenkreis/Feldenkrais-Methode – Sehtraining und Augenentspannung

31015
 Dozent: Heike Steinbauer
 Termin: 23.2.
 Uhrzeit: 10-13 Uhr
 Ort: Georg Hänfling Halle
 Gebühr: 10 €
 Bitte mitbringen: Matte, Socken, warme, bequeme Kleidung

Feldenkreis und Tai Chi – Entspannt und beweglich

31006
 Dozent: Heike Steinbauer
 Termin: 23.2.
 Uhrzeit: 14-17 Uhr
 Ort: Georg Hänfling Halle
 Gebühr: 10 €
 Bitte mitbringen: Matte, Socken, warme, bequeme Kleidung

Kochkurse

Bitte teilen Sie Nahrungsmittelunverträglichkeiten vor Kursbeginn mit.

Zusatzkurs: Vegetarische Alltagsküche – blitzschnell

32011Z
 Dozent: Petra Beger
 Termin: 21.2.
 Uhrzeit: 18-21.30 Uhr
 Ort: Grundschule Forth
 Gebühr: 13 €
 Materialkosten: 12 €
 Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, Frischhaltebox, Getränk

Traditionelles Hühnchenggericht aus Indien

32025
 Dozent: Dr. Yamini Avadhut
 Termin: 23.2.
 Uhrzeit: 18-22 Uhr
 Ort: Grundschule Forth
 Gebühr: 15 €
 Materialkosten: 10 €
 Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, Frischhaltebox, Getränk

Vegan Kochen – Einführung in die vegane Küche

32012
 Dozent: Carina Helfrich
 Termin: 28.2.
 Uhrzeit: 18.30-22 Uhr
 Ort: Grundschule Forth
 Gebühr: 15,50 €
 zzgl. Materialkosten 15 €
 Bitte mitbringen: Schürze, 3 Geschirrtücher, Frischhaltebox, Lieblingsmesser, Getränk

Rackelmann

Stuck GmbH · Meisterbetrieb

Pommer
 Bergstraße 26
 91338 Igensdorf
 Tel. 091 92-1096
 Fax 091 92-994620

- Putz- und Stuckarbeiten
- Trocken- und Gerüstbau
- Fassadenrenovierung
- Vollwärmeschutz
- Malerarbeiten

Lions Club unterstützt Drogenhilfe für Frauen und Kinder

Seit vielen Jahren unterstützt der Nürnberger Verein „Lilith“ drogenabhängige Frauen, weibliche Angehörige und Kinder von Drogenabhängigen. 27 Fachkräfte unterschiedlichster Berufsgruppen sind für den Verein tätig und kümmern sich jährlich um etwa 700 (ehemals und aktuell) drogenkonsumierende Frauen und über 130 Kinder. Vor einigen Tagen stellte die Sozialpädagogin Anne Leuders, die hauptamtlich bei Lilith beschäftigt ist, das Konzept beim Lions Club Eckental-Heroldsberg vor. In einem spannenden und hochinteressanten Vortrag beleuchtete sich die Facetten der Drogenhilfe und der besonderen Anforderungen bei der Hilfe von Frauen, Müttern und Kindern im Umfeld illegaler Drogen.



△ Der amtierende Präsident des Lions Club Eckental-Heroldsberg, Karlheinz Bieswanger, überreichte Anne Leuders im Anschluss an den Vortrag einen Scheck über 1.000 Euro zur Unterstützung von Lilith e.V.

FordFahrzeuge & FordService

Ihr Direkthändler für das Nürnberger Land!



OBERMEIER
 AUTOHAUS
 GmbH

Pegnitzstr. 11 • Lauf • Tel. 09123/94020 • www.autohaus-obermeier.de