

Landratsamt Ortenaukreis

Sprechtage des Kreisbaumeisters: Termine unter Kappelrodeck und Ottenhöfen.

Koch-Workshop des Ernährungszentrums Ortenau: „Lebensmittel wertschätzen statt wegwerfen“

Das Ernährungszentrum Ortenau lädt zu einem Koch-Workshop zum Thema „Lebensmittel wertschätzen statt wegwerfen“ am Dienstag, 1. Oktober 2024 von 18 bis 21 Uhr ein. Referentin ist Julia Henrich vom Ernährungszentrum Ortenau. Beim Einkauf war man sich sicher, dass diese Menge gebraucht wird und dann kam es doch anders und man hat mehr Reste als einem lieb ist. Was tun? In diesem Workshop lernen die Teilnehmenden einige Methoden zur Haltbarmachung sowie Tipps zur sinnvollen Resteverwertung kennen. Die Kosten betragen 10 Euro. Anmeldungen sind ab sofort bis Dienstag, 29.09.2024 über das Kontaktformular auf der Internetseite des Ernährungszentrums unter www.ez-ortenau.de möglich. **Vortrag des Ernährungszentrums Ortenau: „Wäsche waschen – das kleine Einmaleins“**

Das Ernährungszentrum Ortenau lädt am Montag, 7. Oktober 2024, um 15 Uhr zum Vortrag mit dem Thema „Wäsche waschen – das kleine Einmaleins“ in der Prinz- Eugen Straße 2 in Offenburg ein. Beim Anblick der Waschmittelregale im Supermarkt werden Verbraucherinnen und Verbraucher von einer Vielzahl verschiedenster Waschmittel überhäuft. Sie versprechen alle, die Wäsche hygienisch und sauber zu machen. Welches Waschmittel benötige ich wirklich und braucht es Spezialwaschmittel? Was kann ich tun, um beim Waschen Natur, Umwelt und Geldbeutel zu schonen und meine Wäsche nachhaltig zu waschen? Wie bekomme ich durchs waschen entstandene Gerüchen oder Farbveränderungen in den Griff? Ilse Hille Fachlehrerin im Bereich Hauswirtschaft gibt dazu viele anschauliche Tipps. Die Teilnahme ist kostenfrei. So lange freie Plätze zur Verfügung stehen, ist eine Anmeldung über das Kontaktformular auf der Internetseite des Ernährungszentrums unter www.ez-ortenau.de möglich.

Online-Vortrag des Ernährungszentrums Ortenau: „Einführung der Beikost“

Einen Online-Vortrag zum Thema „Einführung der Beikost“ bietet das Ernährungszentrum Ortenau am Mittwoch, 9. Oktober 2024, um 19 Uhr an. Frühestens ab Anfang des 5. Monats, spätestens aber am dem 7. Monat sollten Säuglinge den ersten Brei bekommen. Der Energie- und Nährstoffgehalt in der Milchnahrung reicht nun nicht mehr aus. Die freie Ernährungsreferentin Ingrid Vollmer-Haug gibt in ihrem praxisorientierten Vortrag wertvolle Tipps zur schrittweisen Einführung der Beikost. Alle interessierten Eltern sind herzlich willkommen. Die Teilnahme ist kostenfrei. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. So lange freie Plätze zur Verfügung stehen, ist eine Anmeldung über das Kontaktformular auf der Internetseite des Ernährungszentrums unter www.ez-ortenau.de möglich. Die Zugangsdaten werden den Teilnehmenden per E-Mail zugeschickt.

Neugründung einer Selbsthilfegruppe für Tinnitus. - Dauerndes Rauschen und Klingeln sowie hohe Pfeiftöne im Kopf - der so genannte „Tinnitus“ macht vielen Betroffenen das Leben schwer. Als ständiger Begleiter lässt er diese nur selten zur Ruhe kommen, so dass die Lebensqualität insgesamt darunter leidet. Betroffene von Tinnitus im Ortenaukreis suchen nach ebenfalls erkrankten Mitmenschen, zum gemeinsamen Austausch in einer Selbsthilfegruppe. Die Teilnehmenden können gemeinsam in der Gruppe Rat, gute Infos, Rückhalt und Verständnis finden. Weitere Informationen zur Neugründung der Gruppe gibt es bei der Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen unter Telefon 0781/805-9771 oder per E-Mail an selbsthilfe@ortenaukreis.de.

„Trennung meistern - Kinder stärken“ Noch freie Plätze beim Elternttraining - Teilnahme kostenlos „Trennung meistern - Kinder stärken“ - so lautet der Titel des Elterntrainings, das die Psychologische Beratungsstelle in Kehl in der Rheinstraße 33 in Kehl im Herbst startet. Es wird in einer kleinen Gruppe an sechs Donnerstagen von 17 bis 20 Uhr im 14-tägigen Abstand stattfinden. Elternteile nehmen an der Gruppe einzeln teil. Bei gleichzeitigem Bedarf von beiden Eltern besteht für den anderen Elternteil die Möglichkeit, für das Elternttraining auf eine andere Beratungsstelle auszuweichen. „Eine Trennung oder Scheidung ist für alle, für Eltern und Kinder, ein einschneidendes Erlebnis“, sagt Daniel Schäfer, Leiter der der Psychologischen Beratungsstelle in Kehl. „Wenn sich Eltern dennoch verständigen können, ist es zwar trotzdem schwer, aber die wichtigsten Dinge können geklärt und die Folgen für die Kinder abgemildert werden“, so Schäfer. Manche Trennungen seien aber auch von heftigem Streit begleitet, bei dem Emotionen hochkochen können. Dabei können auch Nerven blank liegen und Einigungen im Interesse der Kinder schwerfallen. Die drängendsten Fragen seien dann, bei wem die Kinder bleiben würden, wie viel Umgang gut sei, ob die Erziehung noch gewährleistet sei oder ob das Kind beeinflusst werde. Mit dem Gruppentraining möchte die Psychologische Beratungsstelle Kehl Betroffene in dieser schwierigen Phase begleiten und Hilfen an die Hand geben, mit denen sie die Situation bewältigen und neue Lösungen finden können. Die Teilnehmer lernen dabei, aus der Achterbahn der Gefühle und den Konflikten auszusteigen und wieder gut für sich zu sorgen. Sie entdecken neue Handlungsmöglichkeiten und Lösungswege zur Erleichterung der Kommunikation. Gemeinsam mit den Leitenden des Gruppentrainings, der Psychologin Maria Cores-Rambaud und dem Paartherapeuten Christian Meir, werden die Gefühle und Bedürfnisse der Kinder in den Blick genommen. Erziehungstipps helfen, das Elternsein trotz Trennung weiterhin positiv zu gestalten und zu erleben. Das Elternttraining ist kostenfrei. Der erste Termin findet am 14. November um 17 Uhr statt. Anmeldungen nimmt die Psychologische Beratungsstelle Kehl entgegen (Telefon 07851 899740 oder per E-Mail: pb.kehl@ortenaukreis.de). Dort werden auch die genauen Termine und weitere Informationen und Flyer bereitgestellt.

„WhatsAppst Du schon? Was Kunden lieben und Newsletter nicht können“

Das Amt für Landwirtschaft des Ortenaukreises bietet am Donnerstag, 7. November 2024, von 18:30 bis 20 Uhr einen kostenfreien Onlinevortrag zum Thema „WhatsAppst Du schon? Was Kunden lieben und Newsletter nicht können“ an. Wie können Winzer, Direktvermarkter, Urlaubshöfe und bäuerliche Gastronomen WhatsApp Business nutzen, um ihre Kunden da zu erreichen, wo sie sich aufhalten und damit zu begeistern? Der Messengerdienst bietet eine Schnittstelle zum Kunden mit der Option eines schnellen Kundenservices und der Platzierung der Angebote. Die Kundenkommunikation erfolgt prompt und erwartet eine zeitnahe Reaktion. Die Referentin Ina Johanna Becker gibt viele Tipps aus Ihrem praktischen Alltag als Winzerin. Eine Anmeldung ist bis 25. Oktober 2024 über das Kontaktformular auf der Internetseite des Landwirtschaftsamts unter www.ortenaukreis.landwirtschaft-bw.de unter dem Reiter „Veranstaltungen“ erforderlich.

DORT - Donnerstags in der Ortenau - Genuss mit allen Sinne - Im Rahmen der beliebten Veranstaltungsreihe „Donnerstag in der Ortenau“ laden zahlreiche Kulturschaffende und regionale Akteure dazu ein, die Ortenau aufs Neue zu entdecken. Genießen Sie jeden Donnerstag abwechslungsreiche und unterhaltsame Events, die die kulturellen Höhepunkte mit den kulinarischen Besonderheiten der Ortenau verbinden. Am 3. Oktober 2024 finden folgende Veranstaltungen statt:

Ettenheim: Geführte Wanderung auf dem Kaiserberg - Kaiserberg-Tour. Drei Orte verbinden Wein, Natur und tolle Landschaften rund um den Aussichtsturm. Die Kaiserbergtour führt auf 19,5 km durch eine wunderschöne Reblandschaft und Streuobstwiesen. Unterwegs bieten die Winzer und Winzerinnen ausgezeichnete Weine und kleine Gerichte an. Treffpunkt: Weingut Bieselin, Im Pfaffenbach 61, 77955 Ettenheim. Anmeldung für geführte Wanderung bis zum 30.9.2024 unter linda.stengg@ettenheim.de.

Ettenheim: Schorle. Fenster - Genießen Sie den Feiertag und rüsten sich am Schorle Fenster des Weinguts Bieselin mit Rebstock. Schorle, Wein und Secco für den Weg. Für den Hunger zwischendurch gibt es etwas Feines aus dem Ofen. Treffpunkt: Weingut Bieselin, Im Pfaffenbach 61, 77955 Ettenheim. Die Veranstaltung findet nur bei schönem Wetter statt.

Offenburg: Werkstatt Freiheit - den Salmen interaktiv erleben, mit Umtrunk! - Der Salmen markiert in der Demokratiegelgeschichte die Verkündung der 13 Forderungen, die sich im heutigen Grundgesetz wiederfinden. In diesem Workshop tauchen wir ein in die Lebenswelt von 1847: Wie muss Leben sein, damit Demokratie sich bahnbricht? Und was hat der erste deutsche Grundrechtskatalog mit uns zu tun? Treffpunkt: 14 Uhr, der Salmen, Lange Straße 52, 77656 Offenburg. Die Kosten betragen 6 Euro. Anmeldung bis zum Vortrag unter salmen@offenburg.de oder 0781 822701.

Lahr / Schwarzwald: Von allem ä wenig. - „Des gibt`s bloß in Lohr“ und das alles im „Lohrer“ Dialekt. Wie es der Titel verrät - von allem ein klein wenig. Gehen Sie mit der waschechten Lehrerin Annemarie Friedrich-Kirn auf

Entdeckungsreise durch die historische Lahrer Innenstadt.
Treffpunkt: 15 Uhr am Rathausplatz / Ecke Bürgerbüro in Lahr. Die
Kosten betragen 9 Euro. Anmeldung bis drei Tage vor der Veranstaltung
unter 07821 9100128 oder stadtmarketing@lahr.de.

Wöchentlich wiederkehrende Veranstaltungen:
Gengenbach: Stadtrundgang durch Gewölbekeller mit Weinprobe
Gengenbach: Die Rollende Weinprobe
Lautenbach: Vesperwanderung auf dem Lautenbacher Hexensteig
Oberkirch: Oberkircher Weinwanderung „Von der Höll ins Paradies“
Hohberg: Literaturcafé
Durbach: Escape Wanderung - Findet den Wappenstein
Durbach: Krimi Trail - Heimtückischer Mord in Durbach
Durbach: Weinprobe „to go“ Sundowner Feierabendrunde
Durbach: Rätselhafte Weinprobe - Das Vermächtnis des Kellermeisters.
- Sie wollen keinen Termin verpassen? Dann finden Sie alle weiteren
Informationen zu den Events in der DORT-Broschüre und auf der
Tourismuswebsite unter www.ortenau-tourismus.de

Gemeinsame Bekanntmachungen

Rechtliche Betreuerinnen und Betreuer gesucht: - SKM Ortenau e.V.
bietet Einführungsseminar an. Wer aufgrund einer Erkrankung oder
Behinderung seine eigenen Angelegenheiten nicht mehr selbst regeln
kann, erhält oft Hilfe durch eine*n rechtlichen Betreuer*in. Eine
anspruchsvolle Aufgabe, die Einsatzbereitschaft und soziale
Kompetenz erfordert, aber durch die Arbeit mit Menschen auch viel an
die Ehrenamtlichen zurückgibt. Der SKM Ortenau als anerkannter
Betreuungsverein bietet ein Einführungsseminar für neue
ehrenamtliche rechtliche Betreuer*innen und Interessierte an. Ob Sie
eventuell selbst Familienangehörige haben, für die sich eine
Betreuung abzeichnet oder ob Sie Ihre Zeit mit etwas Sinnvollem
verbringen und anderen etwas Positives für deren Leben zurückgeben
möchten: der Betreuungsverein freut sich über die Teilnahme von
Interessierten, da es momentan einen Mangel an rechtlichen
Betreuer*innen gibt. Tanja Stahlhoff und Ingrid Isen, selbst
rechtliche Betreuerinnen des SKM-Betreuungsvereins, werden die
Rechte und Pflichten von ehrenamtlichen rechtlichen Betreuer*innen
erläutern, die Rolle derer verdeutlichen und auch Grenzen der
rechtlichen Betreuung aufzeigen. Es ist genug Zeit vorhanden, um
Fragen zu klären. Der Kurs ist kostenfrei und schafft die
Voraussetzung um selbst als ehrenamtliche*r Betreuer*in tätig werden
zu können. Die Schulung findet am Freitag, den 18.10.2024 von 14:30
bis 18:30 Uhr und am Samstag, den 19.10. 2024 von 9:30 bis 15:00 Uhr
im Konferenzsaal des Marienhauses in Offenburg statt. Eine Anmeldung
ist bis Montag, 14.10.2024, beim SKM unter 0781-990993-12 oder
i.isen@skm-ortenau.de möglich.

**Ortenauer Weinfest in Offenburg - Freitag, 27. - Montag, 30.
September** - Das traditionelle Ortenauer Weinfest lädt alle

Freundinnen und Freunde des Weines nach Offenburg zum Genießen und Verweilen ein. Das 65. Ortenauer Weinfest bietet vier Tage. Weingenuss und ein abwechslungsreiches Programm. Die Eröffnung findet am Freitag, 27. September um 19 Uhr statt. Ein Höhepunkt ist dabei sicher der Sonntagnachmittag: Von 14-18 Uhr wird eine bunte Vielfalt an Straßenkünstlerinnen und -künstlern wie die quitschige Bomboniera-Stracciatella, die Walking Trees, luftiger Vertikalakrobatik, Zaubershows und Schlappseil-Kunst in der Innenstadt zu sehen sein. Ab 14 Uhr treten Marc Sommerfeld und Markus Wolfahrt - die Stimme der Klostertaler mit seinem Hitfeuerwerk auf der Rathausbühne auf, bevor die vielfach ausgezeichnete Hip Hop-Gruppe The School ihr Können zeigt. Am Freitag und Samstag bieten SWEG und Südwestbus wieder zusätzliche Bustransfers aus den Umlandgemeinden zum Ortenauer Weinfest an. Alle Informationen und Fahrpläne unter: www.ortenauer-weinfest.de

„Projekt ICH“ - Die individuelle Beratung für Ihre berufliche Zukunft. - Die Berufsberatung im Erwerbsleben in der Region Ortenau berät Sie neutral und kostenfrei bei allen Fragen rund um Ihre beruflichen Perspektiven und Entwicklungsmöglichkeiten auf Ihrem individuellen Berufsweg. Sie sind erwerbstätig und möchten sich beruflich umorientieren oder sich beruflich weiterentwickeln? Sie planen nach der Familien- oder Pflegephase einen beruflichen Wiedereinstieg oder möchten einen Berufsabschluss nachholen? Sie haben Ihre Ausbildung oder das Studium beendet und wissen nicht, wie Sie beruflich Fuß fassen können? Am Mittwoch, 2. Oktober finden persönliche Beratungstermine zwischen 14 - 18 Uhr im Gebäude der Volkshochschule Offenburg (Kulturforum), Amand-Goegg-Straße 2, Raum 101 im Erdgeschoss statt. Nur mit Voranmeldung unter der E-Mail-Adresse: Offenburg.Berufsberatung-im-Erwerbsleben@arbeitsagentur.de mit dem Betreff „VHS Offenburg“ bis zum 30.09.2024. Sie erhalten eine Bestätigungs-Mail mit Ihrem Termin (Gesprächsdauer etwa 45 Minuten).

Pflegestützpunkt Ortenaukreis - Vortrag für pflegende Angehörige „Ich pflege gerne - wie schaffe ich mir Freiräume?“ am 23. Oktober 2024 von 18:00 - 20:00 Uhr in der Mediathek, Hauptstraße 12 in 77704 Oberkirch Im Rahmen der Demenzreihe 2024 bietet die Demenzagentur in Kooperation mit der Demenzinitiative Achern - Renchtal am Mittwoch, den 23. Oktober 2024 einen Vortrag zum Thema Schaffung von Freiräumen für pflegende Angehörige. Menschen mit Pflegebedarf werden in Deutschland zu mehr als zwei Dritteln von Angehörigen gepflegt und betreut. Diese übernehmen die entstehenden Aufgaben meist nach und nach: zunächst gelegentlich einzelne Hilfeleistungen, dann häufiger, zunehmend und zuletzt oft umfassend. Entsprechend werden die Spielräume für die eigenen Bedürfnisse von Angehörigen allmählich kleiner. Dazu kommt, dass gerade die Begleitung eines Menschen mit Demenz vielfach eine sehr fordernde Aufgabe ist. Viele Angehörige pflegen gerne, mit viel Herzblut, tun das Möglichste und gehen nicht selten über ihre eigenen Grenzen. Das ist vor allem dann oft der

Fall, wenn Angehörige die Pflege und Betreuung hauptsächlich alleine schultern. Bei aller Erfüllung, die die Pflege eines geliebten Menschen mit sich bringen kann, sind daher Überforderung und Isolation die beiden größten Nöte, in die pflegende Angehörige geraten können. In der Veranstaltung steht die Situation von Angehörigen im Mittelpunkt, die einen Menschen mit Demenz betreuen und pflegen. Dabei wird ein besonderes Augenmerk auf die Selbstfürsorge gelegt. Hier geht es besonders um die Notwendigkeiten, die Unmöglichkeiten und vor allem um die Möglichkeiten, sich als Angehörige eigene Freiräume zu schaffen. Die Veranstaltung bietet außerdem Raum, einmal bewusst auf das eigene Leben zu schauen und den eigenen Bedürfnissen und Wünschen nachzuspüren. Die Dozentin Sabine Hipp ist Demenzexpertin und war 26 Jahre Mitarbeiterin der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg e.V. und ist Expertin für Angebote zur Unterstützung im Alltag nach §§ 45a-c SGB XI. Interessierte sind herzlich eingeladen und ausdrücklich aufgefordert, individuelle Fragen zu ihren herausfordernden Alltagssituationen mitzubringen. Der Eintritt ist frei. Zur besseren Organisation ist eine Anmeldung bis spätestens zum 18. Oktober 2024 erforderlich unter der Telefonnummer der Demenzagentur 07841 - 642 1347 oder - 642 1270 oder per E-Mail: demenzagentur@achern.de.

Gewerbe Akademie Freiburg - Offenburg - Schopfheim der Handwerkskammer Freiburg: Meistervorbereitungskurs für Schreiner und Tischler. - Der Meister eröffnet beruflich viele Entwicklungsmöglichkeiten. Für Schreiner und Tischler, die diese Chance nutzen wollen, bietet die Gewerbe Akademie der Handwerkskammer Freiburg einen Kurs zur Vorbereitung auf die Prüfung. Er findet vom 8. November 2024 bis 31. Juli 2026 statt. Das Besondere: Der Unterricht (freitags von 14 bis 21 Uhr, samstags von 8 bis 14 Uhr) findet zu einem Drittel online statt, der übrige Teil abwechselnd in Offenburg und Freiburg. Der Staat fördert diese berufliche Weiterbildung mit dem Aufstiegs-Bafög. Es sind noch wenige Restplätze frei. Weitere Auskünfte unter Telefon 0781/793-116 oder online: www.gewerbeakademie.de/weiterbildung

60. Basar - Alles fürs Kind - Die Elterngruppe „Kinderbasar“ veranstaltet am Samstag, den 12. Oktober 2024 von 13.00 - 15.30 Uhr in der Schwarzwaldhalle Appenweier den 60. Kinder-Basar. Schwangere erhalten bereits ab 12.30 Uhr Zutritt zur Halle (unter Vorlage des Mutterpasses). Angeboten werden Baby- und Kinderkleidung, Umstandsmode, Bücher, Spielsachen - einfach alles rund ums Kind. Die KJG Appenweier lädt mit einer Cafeteria im Foyer der Halle zum gemütlichen Verweilen ein. Weitere Infos gibt es auf Facebook unter „Kinderbasar Appenweier“. Wer Interesse hat einen oder mehrere Tische zum Verkauf anzumieten, schickt uns bis zum 28.09.24 unter der Mailadresse kiba.appenweier@gmail.com eine Anfrage (Angabe Name, Telefonnummer und Adresse in der Mail ist zwingend erforderlich).

Die Standgebühr beträgt einheitlich 15€. Eine Rückantwort erhalten Sie ab dem 29.09.24.

Bildungshaus Kloster St. Ulrich. LIEDBEGLEITUNG AUF DER GITARRE, -
Ein Wochenende für Anfänger*innen und Fortgeschrittene. Das eigene Gitarrenspiel weiter entwickeln, neue Griffe und Schlagtechniken lernen, Spaß am Üben und gemeinsam Singen in schöner Umgebung, Zeit für sich und mit anderen. Termin: 25. Oktober, 18.00 Uhr - 27. Oktober 2024, 13.30 Uhr. Ort: Bildungshaus Kloster St. Ulrich
Referenten: Patrick Berg, Peter Langenstein, Info und Anmeldung: www.bksu.de

TAGESWALLFAHRT NACH SACHSELN/FLÜELI

Samstag, den 26.10.2024, Herzliche Einladung zur Wallfahrt nach Sachseln/Flüeli zum Friedensheiligen Bruder Klaus. Leitung: Cilli Braun-Müller, Bernhard Nägele, Bildungshaus Kloster St. Ulrich Info und Anmeldung: Bildungshaus Kloster St. Ulrich Tel: 07602-9101-0, E-Mail: info@bksu.de

Polizeipräsidium Offenburg. Sexuelle Erpressung /Sextortion – Was dahintersteckt und wie Sie sich schützen können: Bei Sextortion geht es um sexuelle Erpressung. Die Täter bringen ihre Opfer dazu, sich vor der Webcam auszuziehen und sexuelle Handlungen an sich selbst vorzunehmen. Hierbei zeichnen sie die sexuellen Handlungen auf und drohen im Anschluss daran, dieses Video im Internet zu veröffentlichen, falls der geforderte Geldbetrag nicht bezahlt würde. Bei einer anderen Variante von Sextortion verschicken die Täter an ihre Opfer per E-Mail ein Erpresserschreiben, in dem sie behaupten, von ihrem Opfer Sexvideos aufgenommen zu haben. Die Täter drohen ebenfalls mit der Veröffentlichung der Videos und fordern Geld. Tipps:

- gehen Sie nicht auf die Forderungen ein
- brechen sie den Kontakt sofort ab
- sichern Sie die Chatverläufe und Nachrichten mittels Screenshot und
- erstatten Sie sofort Anzeige bei der Polizei.
Einbruchschutzberatung - nicht vergessen:

Wir bieten Ihnen eine kostenlose Einbruchschutzberatung zuhause an. Polizeipräsidium Offenburg, Referat Prävention, 0781 / 21-4515 oder 07222 / 761-405 oder 0781 / 21-1041, E-Mail: offenburg.pp.praevention@polizei.bwl.de