

VORTRAG

Mit sportlichem Training zu körperlichem Wohlbefinden

VADUZ – «Mit sportlichem Training zu körperlichem Wohlbefinden» ist der Titel eines Vortrages von Dr. Axel Philippi, Kneipp- und Sportarzt, am Dienstag, den 25. März um 20 Uhr im Rathaussaal Vaduz. (Abendkasse – keine Voranmeldung, CHF 10.– für Mitglieder, CHF 15.– für Nichtmitglieder).

Regelmässig körperliche Aktivität ist – da sie auf Grund ihrer vielen biologischen Wirkmechanismen die Gesundheit, die Lebenserwartung günstig beeinflussen und

Kneipp

Natürlich leben! Kneipp-Verein Liechtenstein

die Lebensqualität erhöhen kann – für individuelle und öffentliche Gesundheitsförderung von Interesse.

Ihre Förderung ist daher ein proklamiertes Ziel der Europäischen Kommission. Sebastian Kneipp hat dies schon sehr früh erkannt und die Bewegungstherapie als eine seiner «Säulen» in den Mittelpunkt der Prophylaxe und Therapie gestellt. Die Forschung konnte in den letzten Jahren zeigen, wie die Mechanismen funktionieren, die zu einer Verbesserung der Gesundheit führen; darüber möchte ich berichten.

Auch sollen wissenschaftlich abgesicherte Vorgehensweisen aufgezeigt werden, wie ein Bewegungstraining gestaltet werden kann. Wichtig ist auch, wie das Training in den verschiedenen Altersgruppen ausgelegt wird, damit keine gesundheitsgefährdenden Überlastungen auftreten. Es wird auch darauf eingegangen, wie sich regelmässiges sportliches Training auf verschiedene Krankheiten auswirkt. Gerade jetzt zum Frühlingsbeginn lockt die Natur ins Freie – setzen Sie Ihre Vorsätze um – und steigern Sie Ihre sportlichen Aktivitäten. Der Vortrag bringt Ihnen sicher einige Anregungen dazu.
Kneipp-Verein

BEGEGNEN

Begegnung mit alten und verwirrten Menschen

MAUREN – Immer wieder sind wir mit älteren Menschen zusammen, die nicht mehr genau wissen, was sie schon getan haben und was sie noch tun wollten. Wie können wir ihnen helfen? Wie können wir sie verstehen? Zu diesem Thema veranstaltet «Mauren aktiv» am Montag, den 24. März um 20 Uhr in der Aula Primarschule Mauren einen Vortrag mit Paul Steiner, Krankenpfleger, gerontologischer Facharbeiter, Beziehungsartist und Reisebegleiter.
Mauren aktiv



KURS

Deutsch für Fremdsprachige: Intensiv-Vormittagskurs

SCHAAN – In diesem Kurs haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, sehr intensiv und schnell Deutsch zu lernen. Angenehme, stressarme Atmosphäre und viel Möglichkeit, häufige Redewendungen des Alltags zu üben macht es Ihnen einfach, die wichtigsten Grundlagen der deutschen Sprache kennenzulernen und zu verstehen. Kommunikative Spiele und schriftliche Übungen unterstützen das Lernen. Für Interessierte ist computerunterstütztes Lernen möglich. Der Kurs findet ab 25. März täglich von Dienstag bis Freitag statt und dauert zehn Vormittage. Anmeldung: Telefon 232 48 22. (Eing.)

Auf Einzelschicksal fokussiert

Cordula Trantow – überzeugende Hekabe in der TaK-Eigenproduktion

SCHAAN – In Zeiten, beherrscht von «Action» – nicht nur in der momentanen Kriegssituation, sondern auch im Film- und Theaterschaffen – eine Produktion auf die Bühne zu bringen, welche die Möglichkeit der Reflektion bietet, ist dankenswert und mutig.

• Gerolf Hauser

TaK-Intendant Georg Rootering, er inszenierte die Eigenproduktion «Hekabe» von Euripides, gelang, in einer Gemeinschaftsarbeit mit Dramaturg Wolfgang Heyder (er hat den Text in eine rhythmisch-musikalische Sprache gebracht), Bühnenbildner und Light-Designer Uwe Belzner (der Figurengruppen und einzelne Protagonisten wie griechische Statuen ins Licht setzt), Komponist Hieronymus Schädler (seine Klänge unterstreichen die rhythmische Sprache), Jacqueline Kobler (Kostüme) und einem grossartigen Schauspielensemble, eine beeindruckende und nachdenklich machende Theaterproduktion, eine Inszenierung, die durch Fokussierung auf das Einzelschicksal eine Weitwinkel-Perspektive bietet auf die Tiefen des menschlichen Daseins.

Verwandlung

In den griechischen Tragödien gibt es den Chor, der das hinter allem stehende Allgemeine des menschlichen Daseins repräsentiert (unser Verlust, das zu hören, zeigt das im Kanon Sprechen, Singen,



Hekabe (Cordula Trantow) wird von Odysseus (Mathieu Carrière) in die Verzweiflung getrieben.

vielfältigt durch die Verbindung mit Stimmen, die über Tonband kommen); ihm gegenüber die schauspielerische Ebene, die das Individuelle aufzeigt. Das Thema, von Euripides 424 v. Chr. verfasst, berührt – ein Stück über die Verwandlung eines Menschen unter dem Druck kaum mehr zu ertragenden Schmerzes, über die Frage nach Gerechtigkeit und Gewalt, ein Stück, das aufzeigt, dass Gewalt immer Gewalt nach sich zieht und das tiefe Einblicke gewährt in die Seelen der Menschen. Hekabe, Gemahlin des Priamos, König von Troja, wird nach der Zerstörung Trojas durch die Griechen Sklavin des Odysseus. Ihre Tochter Polyxene wird von den Griechen auf dem Grab des Achill geopfert, der Sohn Polydoros, dem Thrakerkönig Polymestor in Obhut gegeben, wird von jenem aus Geldgier ermordet. Agamemnon, Sieger und Besitzer des Machtmonopols (ein souverän diese Macht repräsentierender Arthur Brauss), gewährt Hekabe Rache, die den Mörder ihres Sohnes blendet.

Korn für Korn

Das Bühnenbild zeigt im Hintergrund die grosse Öffnung hinein in ein Blau, im Vordergrund

das nach vorn schräg abfallende Viereck in rot, dazwischen eine «Kathedrale», nach oben sich öffnend mit stürzenden, keinen Halt mehr bietenden Wänden. Die Protagonisten wechseln immer wie-

Medienpartner
VOLKSBLATT

der diese Ebenen, zeigen damit das Verwischen der Grenzen zwischen fatalistischer Annahme des auferlegten Schicksals und dem Zurückgeworfensein auf sich selbst, der Freiheit des Handelns.



Der von Hekabe geblendete Thrakerkönig Polymestor (Uli Plessmann).



Hekabe (Cordula Trantow) und Agamemnon (Arthur Brauss).

Gemütlicher Nachmittag im Schlossgarten

Altersnachmittag der FBP-Ortsgruppe Balzers im Alters- und Pflegeheim

BALZERS – Am vergangenen Samstag veranstaltete die Ortsgruppe Balzers für die Heimbewohner des Alters- und Pflegeheims Schlossgarten einen amüsanten Nachmittag bei Kaffee, Kuchen und Musik.

Der Obmann der Ortsgruppe Balzers und Gemeinderat Helmuth Büchel begrüsst die Heimbewohnerinnen und Heimbewohner in der gut besetzten Cafeteria recht herzlich unter dem Motto «Frühlingserwachen». Bei selbstgemachtem Kuchen, Kaffee und musikalischer Umrahmung durch Willy Gstöhl wurde der Nachmittag begonnen.

Gemeindevorsteher Anton Eberle liess es sich nicht nehmen, ebenfalls einige Worte an die Heimbewohner und die anwesenden Betreuerinnen und Betreuer des Alters- und Pflegeheims zu richten.



Vorsteher Anton Eberle unterhält sich mit Bewohnern des Altersheimes Schlossgarten in Balzers. Von links Margrit Vogt, August Fosar, Vorsteher Anton Eberle und Luisa Hohenegger.

Auch wurden Gedichte von Edwin Nutt durch Obmann Helmuth Büchel vorgetragen, und so verbrachten die Anwesenden einige gemütliche Stunden. Die Gelegenheit zu Gesprächen zwischen den Heimbewohnern und Gästen wurde ebenfalls rege genutzt, und so ging der Nachmittag viel zu rasch vorbei. Zum Schluss wurde jedem Heimbewohner ein Blumengruss von Mitgliedern der FBP-Ortsgruppe Balzers überreicht. Im Weiteren war Gemeinderat Peter Frick, der das Ressort Soziales bekleidet, anwesend.

Ein Dankeschön möchte die FBP-Ortsgruppe der Heimleitung für die Gastfreundschaft aussprechen und ebenso den Betreuerinnen für die tatkräftige Unterstützung an diesem Nachmittag danken.
FBP-Ortsgruppe Balzers