

ALPENVEREIN

Seniorenwanderwoche im Südtirol auf Ötzi Spuren

Die beliebte LAV-Seniorenwanderwoche findet dieses Jahr vom 29. Juni bis 6. Juli zur Alpenrosen-Blütenzeit im Schnalstal (Südtirol) statt. Im Viersternhotel mit Schwimmbad und Sauna in Vernagt am See werden sich nicht nur die Gipfelstürmer sondern auch die Gipfelgeniesser wohlfühlen. Nach einem kräftigen Frühstück vom Büffet lernen die Teilnehmer jeden Tag einen Teil der Landschaft zwischen Gletscher (Ötzi Fundstelle) und Meran kennen. Die Teilnehmer können jeden Tag wählen zwischen einer Ganztagestour und einer leichten Drei-Stunden-Wanderung, geführt von einheimischen Wanderleitern. Von der Hotelküche wird eine Jause für unterwegs zubereitet und am Abend gibt es ein feines Vier-Gang-Menü, einmal in der Woche mit Stubenmusik. Die Hin- und Rückfahrt (mit Bus ab Liechtenstein) wird unterbrochen durch Wanderungen an Waldwegen im Vinschgau. Anmeldung (es sind nur noch einige wenige Plätze frei) sind zu richten an das Sekretariat des LAV in Schaan, Tel. 232 98 12, Fax 232 98 13, E-Mail: liechtensteiner@alpenverein.li oder direkt an die Seniorenwanderleiterin Agnes Schuler, Tel. 384 15 41. LAV

VERANSTALTUNGEN

Sonderkurs für Frauen zum Lebensplan

SCHAAN – Am Mittwoch, 7. Mai, beginnt um 20.15 Uhr im Haus Stein-Egerta ein Sonderkurs für Frauen zur Thematik des unbewussten Lebensplans. (Insgesamt vier Mittwochabende)

Die Transaktionsanalyse geht davon aus, dass jeder Mensch sein Leben nach einem unbewussten Lebensplan gestaltet. Gerade uns Frauen sind dabei spezifische Lebensthemen gemeinsam. In unserem Kurs geht es darum zu verstehen, wie unser Lebensplan einerseits sinnstiftend und orientierungsgebend, andererseits aber auch unsere Lebensgestaltung einengend sein kann. Dies zeigt sich in der Art und Weise wie wir Beziehungen mit Menschen gestalten und Probleme lösen oder aufrecht erhalten. Dieser Kurs gibt den Teilnehmerinnen die Möglichkeit, Aspekte ihres unbewussten Lebensplans kennenzulernen und anhand von praktischen Übungen den Lebensalltag in der Familie oder im Beruf einmal anders zu betrachten. Er richtet sich an Frauen, die aus privaten oder beruflichen Gründen das Konzept des Lebensplans kennenlernen und sich selbst besser verstehen wollen. Geleitet wird der Kurs von Patricia Matt aus Mauren. Sie ist Transaktionsanalytikerin, Feldenkreislehrerin (Mitglied SFV) und Erwachsenenbildnerin. Sie ist verheiratet und Mutter zweier Kinder. Veranstaltet von der Erwachsenenbildung Stein-Egerta, mit Voranmeldung. (Eing.)

Abendgesänge

SCHAAN – Seit 10 Jahren reist das Ensemble Entzücklika mit über 150 Veranstaltungen im Jahr mit seinen «Abendgesängen» von Ort zu Ort und singt neue geistliche Lieder. In der Begegnung mit jungen religiös interessierten oder kirchenfernen Menschen entwickelte das Ensemble Entzücklika die «Abendgesänge». Im Zuhören und gemeinsamen Singen entsteht eine eigene, besonderere Atmosphäre aus Spiritualität und Musik auf unkonventionelle Weise, worin die Auferstehung des leidgeprüften Menschen das durchgängige Anliegen ist. Je nach Thema begegnen sich daher neben zahlreichen biblischen Liedern des Liedermachers Alexander Bayer Volkslieder, Bach-Choräle, Taizé-Gesänge und sogar Kinderlieder. Wir laden alle Interessierten am Samstag, 3. Mai, um 19.30 Uhr, zu diesen Abendgesängen in die Pfarrkirche St. Laurentius zu Schaan ein. Pfarrei Schaan

Strassenverkehrslärm und Auspuffgase

Internationaler Tag gegen Lärm – für unsere Gesundheit

VADUZ – Strassenverkehrslärm und Auspuffgase werden in der Schweiz als die wichtigsten Umweltprobleme empfunden. Menschen, die dauerndem Lärm ausgesetzt sind, werden gesundheitlich beeinträchtigt. Neben den eigentlichen Hörschäden treten auch andere physiologische Schäden auf, die zu einer allgemein höheren Krankheitsanfälligkeit führen.

Auch in unserem Land stellt der Lärm eine Plage dar. Deshalb brauchen wir auch in Liechtenstein ein Lärmschutzgesetz. Nach vorliegenden Informationen wird es frühestens 2004 in den Landtag kommen.

Was bewirkt Lärm?

Lärm ist unerwünschter Schall und wird von jedem Menschen subjektiv anders empfunden. Periodischer Lärm (z.B. stündliche Vorbeifahrt der Eisenbahn) wird – trotz höherem Schallpegel – als weniger störend empfunden als dauernder Verkehrslärm z.B. einer Durchgangsstrasse. In der Schweiz fühlt sich etwa ein Drittel der Bevölkerung durch den Strassenverkehrslärm in ihrem Wohlbefinden beeinträchtigt. Vor allem während des Schlafs löst übermässiger Lärm unerwünschte Adrenalinerschüsse aus. Der Mechanismus ist der gleiche wie bei einer Angstreaktion: Die Herzfrequenz erhöht sich, ebenso



Lärm kann zur Plage werden und zu einer allgemein höheren Krankheitsanfälligkeit führen.

der Blutdruck und die Muskelspannung. Es kommt zu Störungen des zentralen und vegetativen Nervensystems, zu chronischer Müdigkeit infolge der Schlafstörungen.

Weniger und leiser fahren

Die einfachste Lärmschutzmassnahme im Verkehr ist es, wenn immer möglich zu Fuss, mit dem Fahrrad oder dem öffentlichen Verkehr unterwegs zu sein. Die Anwohner/-innen einer öV-Linie erfahren die gleiche Lärmbelastung, ob das öffentliche Verkehrsmittel leer oder voll fährt. Jedes motorisierte Verkehrsmittel kann «laut» oder «leise» gefahren werden. Bei niedertouriger, voraus-

schauender und rücksichtsvoller Fahrweise sinken Lärmentwicklung und Treibstoffverbrauch deutlich und gleichzeitig nimmt die Verkehrssicherheit stark zu. Besonders Motorfahräder, Motorroller und Motorräder sind bei der häufig aggressiven Fahrweise ausgesprochen starke Lärmquellen und nachts besonders grosse Ärgernisse und Schlafstörer. Autos sollten mit lärmarmen Reifen ausgerüstet sein.

Auch Behörden sind gefordert

Schon heute haben die Behörden Möglichkeiten zur Lärmbekämpfung. Beispiele: Tempo 30 empfindet das Ohr wie eine Halbierung der Verkehrsmenge gegenüber

Tempo 50. Wann führen die Gemeinden auf siedlungsorientierten Strassen Tempo 30 ein – wie von der Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu empfohlen? Grossanlässe bedeuten für Anwohner/-innen häufig starke Lärmbelastungen. Wann machen die Behörden endlich Auflagen zur Verkehrsreduktion durch ein besseres Angebot mit öffentlichem Verkehr bei Grossanlässen? Pflasterungen sind Lärmerzeuger. Warum werden diese teuren Strassenbauelemente häufig falsch eingesetzt? Lärm beschränkt sich natürlich nicht auf die Strasse – herrscht auch sonst zuviel Grosszügigkeit gegenüber lärmigen Maschinen? VCL

Fachleute im Finanz- und Rechnungswesen mit Fachausweis

BUCHS – Mitte August beginnt an der bzb Weiterbildung in Buchs, ein neuer Ausbildungslehrgang zur Berufsprüfung Fachleute im Finanz- und Rechnungswesen (ehemals Buchhalter/-in mit Fachausweis). Voraussetzungen zur Prüfung ist ein Fähigkeitsausweis sowie eine kaufmännische Berufspraxis von mindestens 4 Jahren, wovon 3 Jahre Tätigkeit im Rechnungswesen. An 2 Abenden pro Woche wird auf diese sehr anspruchsvolle Berufsprüfung im Unterricht vorbereitet. Der Fächerkatalog beinhaltet: Recht, Steuerrecht, Finanzbuchhaltung, Betriebsbuchhaltung, Organisation und EDV sowie neu Personaladministration. Nebst dem regelmässigen Kursbesuch ist auch für Hausaufgaben genügend Zeit einzurechnen. Die Ausbildung beginnt am 18. August 2003 und dauert bis April 2006, im ganzen also 5 Semester. Am Montag, 12. Mai findet um 19 Uhr im Zimmer A314 des bzb eine Information zur Ausbildung statt. Weitere Informationen erteilt das Sekretariat bzb Weiterbildung in Buchs Tel. 081/ 755 52 00 oder Fax 081/ 755 52 01 oder E-Mail weiterbildung@bzbuchs.ch

ANZEIGE

CAMEL ACTIVE REALITY WEAR

RECHSTEINER
schuhe • mode • sport
Städle 31 – 33 • 9490 Vaduz

ANZEIGE

Die FL1 Frühjahrs-Kollektion ist eingetroffen!

Diese Edelkiste CHF 40,- wertig

Nokia 7250
ab CHF 248,-
statt 278,-

Das neue Trend-Handy

Integrierte Kamera, Triband-Welttelefon, UKW-Radio, Java-Spiele, Farbdisplay, MMS, Wecker, Terminplaner, polyphone Klingel-töne, Gewicht inkl. Akku: nur 92g.
CHF 248,- bei Anmeldung im PRO-Tarif
CHF 298,- bei Anmeldung im FUN-Tarif
CHF 348,- bei Anmeldung im ACITE-Tarif

Sony Ericsson P800
ab CHF 548,-
statt 678,-

Das Top-Business-Smartphone

Integrierte Kamera mit Video-streaming, farbiges Grossdisplay, Outlook und Lotus-E-Mail-sync., MMS, MP3, GPRS, Triband-Welttelefon, Bluetooth, HTTP-Internet-Browser...
CHF 548,- bei Anmeldung im PRO-Tarif
CHF 648,- bei Anmeldung im FUN-Tarif
CHF 748,- bei Anmeldung im ACITE-Tarif

Nokia 6510
ab CHF 90,-
statt 99,-

Das kleine, perfekte Handy

Dualband, GPRS, UKW-Radio, Kalender, Alarm, Voice-Dialing, Gewicht inkl. Akku: leichte 84g.
CHF 90,- bei Anmeldung im PRO-Tarif
CHF 100,- bei Anmeldung im FUN-Tarif
CHF 110,- bei Anmeldung im ACITE-Tarif

Passen perfekt: unsere schlanken Tarife!

GESPRÄCHSKOSTEN PRO MINUTE	XCITE	FUN	PRO
FL1 ruft FL1	0,15	0,10	0,10
FL1 ruft Mobil A1	0,15	0,15	0,15
FL1 ruft festnetz (FL, CH, A, D)	0,65	0,50 (7-19 Uhr)	0,30
		0,30 (19-7 Uhr + Sa, So und Feiertage)	
FL1 ruft Mobilnetz (FL, CH, A, D)	0,75	0,70	0,50
FL1 SMS	0,15	0,20	0,20
Grundgebühr	9,90	15,-	10,-

Diverse gratis Handy-Angebote sind immer in unserem Shop erhältlich. Besuchen Sie uns! *Bei Abschluss eines 12 Monatsvertrages im PRO-Tarif. Solange der Vorrat reicht! Vorbehaltlich Druck- und Satzfehler! Infos: 800 79 00 oder www.mobilkom.li

FL1 mobilkom-Shop in Vaduz, Stadtlemarkt, Aulestr. 20. Hotline 800 79 00

Wächter TV+Communications AG, Schaan, Zollstr. 39. Tel. 260 06 06

FL1 versteht sich von selbst. mobilkom (Liechtenstein)