

# SCHRUNS IM BILDE

+ + AMTLICHE MITTEILUNGEN DER MARKTGEMEINDE SCHRUNS + +

N<sup>o</sup> 10 18.03.2010

NEUGIERIG . . . . .  
VERANSTALTUNGEN .

## NEUGIERIG

**Kneipp Aktiv Club Montafon: Sitzgymnastik, ab Mittwoch 10.03.** jeweils 14.00 bis 15.00 Uhr mit Erna Ganahl, im Sozialzentrum Aussermontafon, Schruns, 10 Einheiten. Für bewegungseingeschränkte Seniorinnen und Senioren ist es die Gelegenheit, sich zu treffen und dabei gemeinsam aktiv zu sein! Sitzgymnastik erhöht das körperliche und seelische Wohlbefinden auf sanfte Art. Ziel ist die Förderung und Stabilisierung der Koordination und der Beweglichkeit, aber auch die Verbesserung der Reaktionsbereitschaft und der Konzentration durch Dehnungs- Kräftigungs- bzw. Entspannungs-übungen. Kosten: € 30,- für Mitglieder / € 35,- für Gäste. **Beckenboden und Inkontinenz**, Vortrag von Dr. Thomas Lang, Gynäkologe in Schruns. Was ist der Beckenboden? Funktion und Bedeutung; Was schwächt den Beckenboden? Wahrnehmungsübungen / praktische Übungen. Am Mi, **17.03.** um 20.00 Uhr, Haus des Gastes in Schruns, freiwillige Spenden. **Beckenboden-training**, ab Fr, **19.03.** mit Hannelore Bahl um 15.30 in St. Anton im Montafon Gemeindezentrum Vereinssaal, 6 Einheiten. Ab Mi **24.03.** mit Erna Ganahl um 18.30 Uhr in Tschagguns, VS-Turnsaal, 6 Einheiten. Mitzubringen: 1 Liegeunterlage oder Wolldecke, 1 Handtuch, warme, bequeme, lockere Kleidung, dicke Socken. Kursbeitrag: Mitglieder € 30,- Gäste € 35,-

**Praxiseröffnung Dr. Werner Feuerstein**, Arzt für Allgemeinmedizin und Urologische Facharztausbildung in der ehemaligen Ordination von Dr. Bartl. **Ordinationszeiten:** Mo von 07.00 bis 11.00 Uhr, Di und Mi von 07.00 bis 11.00 Uhr und 16.00 bis 19.00 Uhr, sowie Fr von 14.00 bis 16.00 Uhr und nach Vereinbarung, Tel.: 78088, Fax 78088-3. Alle Kassen.

**Vorarlberger Seniorenbund Schruns – Tschagguns – Bartholomäberg: Winterwanderung nach Rellseck**, am Do, **18.03.**, Treffpunkt um 11.20 bei der Kirche Bartholomäberg. Anfahrt

MBS – Bus ab Schruns Bahnhof um 11.05 Uhr oder privat PKW, Rückfahrt MBS – Bus ab Bartholomäberg Kirche um 16.12 Uhr. Senioren mit eingeschränkter Kondition können für ca. die Hälfte der Wegstrecke den Wanderbus (€ 4,-) benützen. Die Wanderung findet nur bei schönem Wetter statt. Nicht vergessen: Winterkleidung, feste Schuhe, Wanderstöcke, Sonnenbrille usw. Wir wandern auf eigene Gefahr. Rückfragen bei Albert Versell unter Tel.: 77391. **Schitag Kapell**, am Di, **23.03.**, Treffpunkt um 10.30 Uhr bei der Bergstation Kapell. **Jassen im Grabher**, Schruns. **Jeden Mittwoch** von 13.30 bis ca. 17.00 Uhr. [www.mitdabei.at](http://www.mitdabei.at)

**Architektur vor Ort**, am Fr, **19.03.** um 17.00 Uhr im Mehrzweckgebäude, Bartholomäberg. In der monatlichen Architekturführung des vai Vorarlberger Architektur Instituts ist diesmal das Montafon dran. Die Feuerwehr Bartholomäberg vereint beispielhaft auch Clubräume und Kinderbetreuung zum optimal ausgelasteten Mehrzweckgebäude. Architekt Hans Hohenfellner und Bürgermeister Martin Vallaster erläutern Konzept u. Entwurfsgedanken.

**Offene Jugendarbeit Montafon:** Leider muss das **Jugend-Fachreferat**, angesetzt auf Fr, **19.03.**, 18.30 Uhr im Sternestaal in Schruns, **abgesagt** werden.

### Haus gesucht!

Nettes, junges Paar sucht zwischen St. Anton und St. Gallenkirch ein Haus zur Miete / Kauf, gerne auch mit Garten. Tel: 0664/2542350 oder [susysunshine@hotmail.com](mailto:susysunshine@hotmail.com)

**Selbstverteidigungskurs für Mutter und Tochter/Sohn:** Jeweils am Freitag, dem **19. und 26.03.** findet im Turnsaal der unteren Rätikonhalle ein Selbstverteidigungskurs für Mutter und Tochter/Sohn statt. An zwei Abenden wird Barbara Müller (Trainerin für Polizei, Leibwache und Türsteher) Selbstverteidigungsmöglichkeiten zeigen: -Befreiung aus Würge- und Haltegriffen, -Abwehr von Faustschlägen, Ohrfeigen, Schwingern, -Möglichkeiten der Vorbeugung, -Üben von Beinritten und Faustschlägen zur Verteidigung, -Abwehr von Angriffen mit Stock oder Messer. Die Kursabende beginnen um 19.00 Uhr, dauern 2,5

Stunden und kosten € 30,- pro Person. Bitte lockere Kleidung, saubere Turnschuhe und Winterhandschuhe mitbringen. Anmeldungen unter Tel.: 72720. Organisation: Renate Neve (Frauensprecherin von Vandans).

**„Das kann mein Kind auch – oder Zugang zur Kunst“** Teil 1 am Di, **23.03.** um 16.30 Uhr, Teil 2 am Mi, **24.03.** um 16.30 Uhr im Kunstforum Montafon, Schruns, Kronengasse 6 (ehem. Lodenfabrik). Ziel des Vortrages ist es, an Hand von Bildvergleichen usw. den Zugang zur Kunst der Moderne und zur zeitgenössischen Kunst zu erleichtern. Für Ihre unverbindliche Anmeldung bei Frau Vogl, Tel.: 74693 oder [vogl\\_familie@hotmail.com](mailto:vogl_familie@hotmail.com) bis So, 21.03. wären wir Ihnen sehr dankbar. Interessensgemeinschaft Bildende Kunst Schruns.

### Pflegen ja – Burnout, nein danke!

Ein Referat von Diakon Johannes Christof Heil, am Di, **23.03.** von 19.30 bis 21.30 Uhr im Gesundheits- und Sozialzentrum Aussermontafon, Ausserlitzstraße 71, Mehrzwecksaal. Eintritt: € 5,- Infos bei Jutta Unger, Tel.: 72243.

**Sprechstunde für Menschen mit Alkoholproblemen** und Angehörigenberatung vom Sozialmedizinischen Dienst der Caritas im Gemeindeamt Schruns, Zimmer 2. Folgende Termine, **jeweils Mittwochs in den geraden Kalenderwochen** von 09.00 bis 10.00 Uhr: 24.03., 06.04., 21.04., 05.05., 19.05., 02.06., 16.06., 30.06., Tel. Terminvereinbarungen: Mag. Konrad Biedrawa 05522/200-2016.

**Frauenbund Schruns - Kaffeenachmittag** im Hotel Fernblick Bartholomäberg, am Mi **24.03.**, wir treffen uns um 14.00 Uhr am Bahnhof Schruns und fahren mit dem Bus um 14.05 nach Bartholomäberg bis zum Hotel Fernblick wo wir einen gemütlichen Nachmittag verbringen möchten. Wir würden uns über eine rege Teilnahme freuen. Der Ausschuß des Frauenbundes Schruns.

**Kurse der Volkshochschule Bludenz: Schachteln aus Draht**, am Mi, **24.03.** um 19.00 Uhr in der Volksschule Schruns – Dorf, Werkraum. 1 x 4 UE mit Irmgard Kühne. **Österliches Gebäck**, am Fr, **26.03.** →

um 19.00 Uhr in der Hauptschule Schruns – Grüt, Schulküche, 1 x 5 UE mit Luzia Martin – Gabriel. Informationen und Anmeldung unter Tel.: 05552/65205, [www.vhs-bludenz.at](http://www.vhs-bludenz.at) oder [info@vhs-bludenz.at](mailto:info@vhs-bludenz.at)

**Vorarlberger Seniorenring, Bezirksgruppe Oberland – Montafon: Winterwanderung Bartholomäberg – Innerberg**, am Do, **25.03.** um 11.00 Uhr, Treffpunkt: Busbahnhof Schruns. Je nach Teilnehmer und Witterung haben wir mehrere Routen und Einkehrmöglichkeiten zur Auswahl. Anmeldung bei Christl Geiger-Juen, Tel.: 72123.

**Litz-Stöbli/Apparthotel Litz\*\*\*\***  
Schruns **sucht** dringend für die (ab) Sommersaison **eine Servicefachkraft** mit Erfahrung. Wir freuen uns auf Ihren Anruf: 74290 oder 0660/4690602.

**Hannes Bertle – Vom Naturalismus zur Abstraktion, Ausstellungseröffnung** am Fr, **26.03.** um 19.00 Uhr, in der Pfarrkirche Tschagguns, anschließend geht es mit den Shuttle – Bus zur Galerie montARTphon. Die Ausstellung ist bis 28.05., von 18.00 bis 20.00 Uhr zu besichtigen. Zur Ausstellung erscheint ein Sonderband zur Montafoner Schriftreihe.

**Pflege daheim leicht(er) gemacht – Kurs für pflegende Angehörige: Schlaganfall – was nun?** Am Sa, **27.03.** von 08.30 bis 12.30 Uhr beim Roten Kreuz Bludenz, Walsenweg 12, Kurskosten € 21,- Anmeldung unter Tel.: 05522/77000-9041 oder [www.rotekreuz.at/vorarlberg](http://www.rotekreuz.at/vorarlberg)

**Präsentation von zwei interkulturellen Projekten in Schruns:** Das **Gartenprojekt** des Flüchtlingshauses Maria Rast und das Projekt **Tandem Movinu** präsentieren sich der Öffentlichkeit am Sa, **27.03.** um 19.30 im Sternensaal. Mit Podiumsdiskussion und anschließendem Buffet (heimische Produkte und Süßspeisen von AsylwerberInnen zubereitet). Eintritt frei. Wir freuen uns auf zahlreichen Besuch!

**Großer Sommer - Kinderbasar in Gantschier**, am So, **28.03.** von 10.00 bis 13.00 Uhr im Mehrzwecksaal des Poly – Gantschier. Der Eislaufverein Montafon veranstaltet auch dieses Jahr wieder einen Kinderbasar Bekleidung für Kinder und Jugendliche sowie Sport- und Freizeitartikel, aber auch Spielsachen und Bücher können hier verkauft

bzw. gekauft werden. Die Anmeldung zur Warenabgabe ist ab sofort bei Hr. Gunter Langner, Tel.: 0664/2700768 täglich von 15.00 bis 19.00 Uhr oder [anmeldung.evm@gmail.com](mailto:anmeldung.evm@gmail.com) möglich.

## VERANSTALTUNGEN

vom 18. bis 28. März

18 do	09.30   „Alti Gme“ Tschagguns <b>Stillgruppentreffen</b>
	11.20   Kirche Barthomäberg <b>Seniorenbund Winterwanderung</b>
	14.00   Kirchplatz Schruns <b>Wintermarkt</b>
19 fr	15.30   St. Anton i.M. <b>Beckenbodentraining</b>
	17.00   Bartholomäberg <b>Architektur vor Ort</b>
	19.00   Rätikonhalle Vandans <b>Selbstverteidigungskurs</b>
	19.30   ehem. Lodenfabrik <b>Kunstforum Schruns 13. Jahreshauptversammlung</b>
	20.00   Kulturbühne Schruns <b>Fleisch&amp;Fleisch Mundartmusik</b>
20 sa	21.30   Irish Pub Einbahn <b>Refresh</b>
	18.00   Haus d. Gastes Schruns <b>Christus Gem. Montafon, Gottesdienst</b>
	18.30   Kloster Gauenstein <b>Wortgottesdienst</b>
22 mo	19.00   JAM <b>Guitar Hero Battle</b>
	14.00   ehem. Josefsheim <b>Elternberatung</b>
23 di	19.30   Kloster Gauenstein <b>„Höre auf dein Herz...“</b>
	10.30   Bergstation Kapell <b>Seniorenbund Schitag Kapell</b>
	16.30   Kunstforum Montafon <b>„Das kann mein Kind auch“</b>
	19.30   Sozialzentrum Schrun <b>Pflegen ja, Burnout, nein danke!</b>

24  
mi

09.00   Gemeindeamt Schruns <b>Sprechstunde Alkoholprobl.</b>
14.00   Bahnhof Schruns <b>Frauenbund Kaffeenachmittag</b>
15.30   Tschagguns <b>Beckenbodentraining</b>
16.30   Kunstforum Montafon <b>„Das kann mein Kind auch“</b>
19.00   VS Schruns – Dorf <b>Schachteln aus Draht</b>

25  
do

11.00   Busbahnhof Schruns <b>Seniorenring Winterwanderung</b>
14.00   Kirchplatz Schruns <b>Wintermarkt</b>

26  
fr

19.00   Rätikonhalle Vandans <b>Selbstverteidigungskurs</b>
19.00   Pfarrkirche Tschagguns <b>„Hannes Bertle – Vom Naturalismus zur Abstraktion“</b>
19.00   HS Schruns – Grüt <b>Österliches Gebäck</b>
21.30   Irish Pub Einbahn <b>Texas Rangers</b>

27  
sa

08.30   Rotes Kreuz Bludenz <b>„Schlaganfall – was nun?“</b>
18.00   Haus d. Gastes Schruns <b>Christus Gem. Montafon, Filmabend m.d. Helimission</b>
18.30   Kloster Gauenstein <b>Hl. Messe</b>
19.30   Sternensaal Schruns <b>Präsentation Maria Rast Gartenprojekt &amp; Tandem Movinu</b>
20.00   Kulturbühne Schruns <b>Antonio Malinconico Akustik Gitarre</b>

28  
so

09.45   Haus d. Gastes Schruns <b>Christus Gemeinde Montafon, Gottesdienst</b>
10.00   Poly – Gantschier <b>Sommer - Kinderbasar</b>

Impressum

Herausgeber: Marktgemeinde Schruns,  
Christoph Wirnsberger, Tel 05556/72435-101,  
Fax, 05556/72435-109, [schrunsimilde@schruns.at](mailto:schrunsimilde@schruns.at)  
Für den Inhalt verantwortlich: Bgm. Dr. Erwin Bahl