

Verein organisiert das Holz fürs Feuer. Ab 12.00 Spielplatz Schildgärtli (vor der ehemaligen Schild-Fabrik, Ecke Mozartstrasse/Libellenrain. Verschiebedatum: So, 9. September 07, nur bei gutem Wetter. Info über Durchführung unter 079 713 50 63 (Edi Rüegg) oder auf www.z-m-l.ch

Und am Samstag, 20. Oktober 07 gibt es eine Theatertour im Historischen Museum. Geschichte mal ganz anders: unterwegs im Museums-lager auf der Suche nach der Geschichte unserer Stadt und nach uns selbst? Theatralisch und spannend! 16.50 Uhr Historisches Museum, Pfistergasse 24, Luzern, Eintritt: Fr. 10.–, anschliessend internationales Essen im Sentitreff, Baselstrasse 21, Luzern Kosten: Fr. 20.–. Bitte bis 29. September 07 anmelden (beschränkte Anzahl Plätze) bei Christine Werder, Blumenrain 17, 6006 Luzern oder per Mail: chriglae@gmx.ch. Und dieselbe letztere Adresse gilt auch, falls sie Mitglied des Vereins Zusammen leben werden möchten

Verein impuls zürichstrasse

Eigentümer von Immobilien an der Zürichstrasse Luzern und Geschäftsinhaber haben den Verein «impuls zürichstrasse» im Jahre 2004 gegründet. Mit seinem Aktionsprogramm will der Verein positive Impulse für die Entwicklung der Strasse geben: - Impulse zur Steigerung der Attraktivität als urbaner Raum, - Promotion der Strasse zur Steigerung der Nachfrage für Geschäftsinhaber und Hauseigentümer.

Impulse für Immobilienbesitzer: Von ganz entscheidender Bedeutung für die weitere Entwicklung der Zürichstrasse ist der Zustand und die Pflege der Immobilien. Im Jahr 2007 organisiert deshalb der Verein «impuls zürichstrasse» einen Informationszyklus für Immobilienbesitzer. Pro Veranstaltung wird eine Liegenschaft in der Zürichstrasse besichtigt, welche saniert oder neu gebaut wurde. Die Bauherrschaft der entsprechenden Projekte informiert aus erster Hand über die gewonnenen Erkenntnisse. Der Verein will so mittels konkreter Beispiele aufzeigen, dass sich Investitionen in der Zürichstrasse in Luzern lohnen. Als erstes Beispiel wurde die Liegenschaft Zürichstrasse 64 am 13. März 07 besichtigt. Weitere Besichtigungen folgen. Der Quartierverein Hochwacht unterstützt diese Aktivitäten und ist auch im Vorstand vertreten.

Kontaktadresse: Verein impuls zürichstrasse, c/o Schärli & Partner Immobilien-Treuhand AG, Fluhmattweg 3, 6004 Luzern, Tel. 041 418 51 51 oder Mail: info@schaerli-partner.ch

Forum Schule Maihof: Eltern fordern sichere Schulwege

Wer kennt dies nicht: man schickt sein Kinde am Morgen los in die Schule und hofft, dass es auch sicher durch den Stossverkehr auf dem Pausenplatz ankommt? Am 7. Mai 07 hat diesbezüglich im Maihofschulhaus eine Aussprache zwischen dem Elternforum, dem Schulleiter,

dem Quartierverein Hochwacht und Vertretern der Stadtverwaltung (Tiefbau und Sicherheitspolizei) stattgefunden. Es ging vor allem darum, sichere Schulwege für Kindergärtner und Schulkinder zu ermöglichen. Zur Sprache kamen heikle Stellen (wie bsp. unübersichtliche Fussgängerstreifen oder unlogisch geschaltete Ampeln), Baustellen (Lastwagenverkehr, verstellte Trottoirs) wie auch mögliche Lösungsansätze (wie bsp. Verkehrsberuhigungsmassnahmen). Da auch viele Kinder aus dem Friedbergquartier, der Steinen-, Fluhmatt-, oder der Bergstrasse das Maihofschulhaus besuchen, sind auch Eltern aus diesen Quartierteilen herzlich eingeladen, sich aktiv an der Diskussion zu beteiligen, um eine möglichst repräsentative Übersicht über die Probleme der Verkehrssicherheit rund um das Maihofschulhaus zu gewinnen.

Kontaktadresse: Forum Schule Maihof, Peter Humm, Blumenrain 13, 6006 Luzern, Mail: peterhumm@bluewin.ch

Luzern – Leuchtenstadt

Nach einer alten Legende hat ein Engel den ersten Bewohnern von Luzern mit einem Licht die Stelle gewiesen, wo sie zu Ehren des Heiligen Niklaus, des Patrons der Fischer- und Schiffsleute, eine Kapelle errichten sollten. Heute erhebt sich über diese Stelle «unsere» prachtvolle Hofkirche.

Indische Genüsse in der Steinenstrasse – das Restaurant MASALA

Tauchen Sie in Feriengefühle ein und geniessen Sie die lauschige Pergola mit der malerischen Kulisse der Steinenstrasse. Sei esbeim Essen,beim Apéro, beim Plaudern.

Das Restaurant MASALA stellt sich vor: Mit einem starken Team führen wir seit September 03, das Restaurant MASALA. Unsere Produktion ist unsere grosse Leidenschaft. Wir legen äussersten Wert auf sorgfältig ausgesuchte Rohprodukte, verarbeiten sie fettarm und ohne Fertigprodukte zu ausgewogenen Gerichten. Wer dabei über das Traditionelle hinaus,

mehr Sinnlichkeit im Essen sucht, findet bei uns eine Oase der Genüsse – welche Sie von herb, bitter, sauer und süss auf einen Höhenflug mitnehmen. Die persönliche Art und Weise, aller Schaffenden im MASALA ist uns ebenso wichtig. Wir möchten Sie verwöhnen – für Sie da sein – für Sie ein Platz der Erholung werden – Sie eintauchen lassen in die angenehme Stimmung vom MASALA. Restaurant MASALA, Zürichstrasse 55/Steinenstrasse 2, 6000 Luzern 6, Tel. 041 240 12 64, Mail: www.Masala-Luzern.ch, montags geschlossen.



Fit und vital dank Wasser! – 10 Tipps zum Wassertrinken

1. Trinken Sie jeweils eine halbe Stunde vor jeder Mahlzeit ein Glas Wasser.
2. Trinken Sie immer dann, wenn Sie durstig sind – auch während einer Mahlzeit.
3. Trinken Sie 2,5 h nach einer Mahlzeit wieder Wasser.
4. Trinken Sie morgens nach dem Aufstehen unbedingt Wasser, um den Flüssigkeitsverlust während der Nacht auszugleichen.
5. Faustregel für die richtige Menge: Täglich gut 30 ml Wasser pro kg Körpergewicht. Das bedeutet bei 70 kg Körpergewicht 2,1 l Wasser pro Tag.
6. Achten Sie darauf, dass kein Salzverlust entsteht, wenn Sie mehr Wasser trinken. Bei etwa 2 l Wasser täglich braucht Ihr Körper einen halben Teelöffel Salz.
7. Alkohol, Kaffee und Schwarztee entziehen dem Körper Wasser – gleichen Sie dies durch zusätzliches Wassertrinken aus.
8. Wasser ist besonders wichtig für Menschen, die wenig Obst und Gemüse essen.
9. Trinken Sie Wasser vor dem Sport – wichtig fürs Schwitzen!

10. Reines Wasser ist durch nichts zu ersetzen – auch nicht durch Kaffee, Schwarztee, Alkohol, Milch oder Säfte.

Weitere Info unter:
www.wassertrinken.de

Nun denn, nicht nur die Blumen auf dem Balkon, auf Fenstersimsen oder im Garten brauchen Wasser – wir auch. Ein Prosit vom Quartiervorstand!

ACB-FAÇON DESIGN
Haldenstrasse 11
6005 Luzern
Tel: 041 410 74 40
Ankauf:
von Murano Glas
Alt – Silber
Studio Glas
Beleuchtung
(Lampen)
bis 1950 Kristall, etc.

Wir sind mit unserem Büro umgezogen ...
.....neu
Leu + Kälin
Steinenstrasse 29
Tel 041 420 47 60
Fax 041 420 47 57

Der Hof Gärtner P. Küng Hofstrasse 16, 6006 Luzern, 079 425 83 35

- _Empfiehl sich für alle Gartenarbeiten, auch die kleinsten!
- _Rosen-Hecken und Sträucher schneiden, rasenmähen, vertikulieren, jäten usw.
- _Grabunterhalt und Pflanzungen im Friedhof St. Leodegar

Ihr Quartier Gärtner

AGENDA

Brunch im Gletschergarten,
23. Juni 07, 9.00 – 11.00 Uhr

Geologischer Ausflug,
Mittwoch, 5. Sept. 07, 18.30 Uhr

Steinenstrasse-Fest,
Samstag, 25. August 07

(nähere Auskunft erhalten Sie via
„Flyer“ per Post)