

Brunch im Gletschergarten, Palmenstrand und Gletscherwelt

Auch dieses Jahr nahm die Sonne unsere Einladung zum Brunch an, so dass wir uns am Samstag Morgen, den 23. Juni im Gletschergarten zum outdoor-Brunch trafen. Das reichhaltige Buffet lud zum Verweilen: herrliche Fleischplatten vom Metzger Doggwiler und ein «gluschtiges» Käsesortiment vom Käser Barmettler, für den Zopf und grosse Brotauswahl sorgte die Bäckerei Heini. Natürlich gab's auch verschiedene Getränke, so, was das Herz begehrt und Butter und Konfi.

Es herrschte ein Kommen und Gehen, da und dort begrüßte frau/man Altbekanntes und es galt auch neue Bekanntschaften zu machen. Gegen 11.00 konnten wir noch auf eine kurze Exkursion über «Steine» und wer wollte, nahm sich das Buch: «Stein», von Meinrad Ammann, Petra Blaser und Adam Vecsei verfasst, mit nach Hause.

Im weiteren erfuhr ich, dass der Gletschergarten seine Trägerschaft ausbaut. «Das als Verein neu gegründete Forum Gletschergarten Luzern setzt sich zum Ziel, den Gletschergarten Luzern als Institution zu unterstützen und dessen Projekte und Anliegen zu fördern.»

Der Gletschergarten hat sich seit seiner

Entdeckung im Jahre 1872 zu einem vielgestaltigen Museum entwickelt und mit etwa 120'000 BesucherInnen pro Jahr als erfolgreiche Institution in der Museum und Tourismuslandschaft Luzern etabliert. Doch die Zeit bleibt nicht stehen. Der Gletschergarten verändert laufend sein Gesicht und passt sich neuen Gegebenheiten an.

Die heutigen Angebotsbereiche:

1. Geothermenpark mit Eiszeit, Gletscher und Klima
2. Alt Luzern mit Reliefs, Kartographie und Tourismus
3. Spiegellabyrinth

In Zukunft will der Gletschergarten diese Schwerpunkte gestalterisch und in den Erlebnisangeboten klar voneinander abgrenzen. Der Gletschergarten plant, die Bereiche Gletscher und Klima der Gegenwart und Zukunft ins Zentrum zu rücken. Wer Interesse an einer Gönner oder Forumsmitgliedschaft hat: Info unter Mail: www.gletschergarten.ch, forum@gletschergarten.ch oder telefonisch 041 410 43 40. Fürs Jahr 2008 bieten sich verschiedene interessante Anlässe.

Empfehlenswert ist auch die neue

Wir stellen uns vor...

Der Gemeinnützige Frauenverein Stadt Luzern setzt sich seit der Gründung 1889 unbürokratisch und aktiv für Frauen, Kinder und Familien ein. Wir unterstützen in finanziellen Notsituationen, geben Hinweise auf offizielle Beratungsstellen und hören zu, falls dies gewünscht wird.

Bestens ausgebildete Fachleute, ehrenamtliche Delegierte und ein von Mitgliedern gewählter Vorstand sind verantwortlich für unsere professionellen Angebote an sozialen Dienstleistungen vielfältiger Art.

Die Dienstleistungen werden aus eigenen Mitteln, Spenden und Schenkungen finanziert. Nach zügiger Vorabklärung wird in finanziellen Engpässen an Frauen, Kindern und Familien ein Notgroschen ausgerichtet.

Seit über 20 Jahren führen wir einen Babysitter-Vermittlungsdienst zur Betreuung von Kleinkindern. Vom Roten Kreuz ausgebildete Jugendliche übernehmen Aufgaben rund ums Babysitten wie

Wickeln, Mahlzeiten eingeben, Beschäftigung der Kinder, Hüten während der Schlafenszeit.

Wir vermieten unsere Räume im 6. Stock des Hotel Waldstätterhof beim Bahnhof mit vollständiger Einrichtung zum Selbstkostenpreis an zwei ausgebildete Pädagoginnen zur Halbtages- und Tagesbetreuung von Kleinkindern. Es werden Kinder ab zehn Monaten bis fünf Jahren im «Chenderzemer» aufgenommen.

Im Herbst offerieren wir dem Alters- und Pflegeheim Elisabethenheim für die Bewohnerinnen und Bewohner einen Ausflug mit kleinem Imbiss. Im Dezember organisieren wir einen Adventsnachmittag mit musikalischer Unterhaltung und Kuchenbuffet.

An der Luegetenstrasse 9 vermieten wir seit 1993 elf Zweizimmer-Alterswohnungen. Für die Bewohnerinnen gestalten wir vier Morgenessen im Jahr, einen Grillabend und eine Weihnachtsfeier. Für die Mieterinnen

Freilichtausstellung «Zeitsteine», in der das hautnahe Erlebnis «Stein ab 2007» geographisch und zeitlich erweitert wird. Auf dem Weg vom Zeltdach hinauf zum Aussichtsturm (Tower Walk) sind 24 Zeitsteine entsprechend ihrem Alter aufgestellt. Sie führen durch die Epochen der Erdgeschichte zurück bis in die Karbonzeit vor 300 Millionen Jahren. Mit jedem Meter Weg schreitet man 3 Millionen Jahre zurück in die Vergangenheit. Die steinerne Auswahl beginnt mit Null Millionen Jahre altem Beton und Asphalt und endet mit dem Punteglias-Granit. Alle Steine zeugen von unterschiedlichen Entstehungsbedingungen, die vielfältiger und extremer kaum vorstellbar sind. Entstanden sind sie tief im Erinnern, am Grund der Meere oder auch an der Erdoberfläche. Sie erzählen von tiefgreifendem Klimawandel, von wüstenhaft heißen Trockenperioden, von gewaltigen Ueberschwemmungen und frostigen Eiszeiten.

So eine Wanderung bringt Feriengefühle – vom Palmenstrand zur Gletscherwelt und das alles an einem Tag.

steht ein geräumiger Aufenthaltsraum zur allgemeinen Benützung und ein grosszügiger Garten zur Verfügung.

Die beiden alkoholfreien Betriebe Hotel Krone und Hotel Waldstätterhof sind eine Stiftung des Gemeinnützigen Frauenvereins Stadt Luzern.

Für unsere Mitglieder organisieren wir einen Ausflug, einen Adventsnachmittag, diverse Jassnachmittage und verschiedene Mittagessen im Hotel Waldstätterhof. Neumitglieder und interessierte Frauen für die Vorstandsarbeit sind bei uns jederzeit herzlich willkommen. Wir freuen uns, Sie kennenzulernen. Unsere Adresse:

Schweizerischer Gemeinnütziger Frauenverein SGF
Sektion Stadt Luzern

Zentralstrasse 4, 6002 Luzern

Tel. 041 210 35 43, Fax 041 210 35 03

(Montag Vormittag, Dienstag ganzer Tag erreichbar)

PC-Konto 60-4316-2

Internet: www.sgf.ch oder sgf-luzern@freesurf.ch

Lebe bewusst und gehe deinen Weg

Am 1. November 2007 eröffne ich mein Mental Coaching & Training Studio an der Zürichstrasse 12 c/o Praxis physio-vital am Löwenplatz in Luzern.

Als Mental Coach zeige ich den Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen, wie gut sie wirklich sind und berate, fördere und begleite sie in ihrer Persönlichkeitsentwicklung.

In vielen Lebensbereichen ist mentales Training so hilfreich, beispielsweise:

- Allergien wie Heuschnupfen
- (Prüfungs-) Ängste abbauen
- Konzentration steigern
- Lernstrategien; denn es gibt keine schwachen Schüler nur falsche Lernstrategien
- Phobien
- Phantomschmerzen lösen
- private, berufliche, sportliche Ziele
- Trauma verarbeiten
- Visionen, Ideen, Pläne verwirklichen
- usf.

Mittels einer Erst-Gespräch-Analyse im Einzel-Coaching erkennen wir gemeinsam Probleme und lösen diese nachhaltig und unter Anwendung verschiedener mentaler Techniken und Eigenentwicklung.

Sie und ich, wir sind die Regisseure unseres Lebens!

Schön, wenn ich Sie auf Ihrem Lebensweg ein Stück begleiten darf.

Prisca Wicki
Mental Coaching & Training
Zürichstrasse 12
am Löwenplatz
6004 Luzern

079 779 88 57
mailto:prisca.wicki@vtxmail.ch

Und denken Sie daran, daran zu denken, was Sie denken?



Für delikate Drucksachen

druckerei ebikon ag

Druckerei Ebikon AG
Luzernerstrasse 30
Postfach
6031 Ebikon
Telefon 041 445 70 50
Telefax 041 445 70 55

WARUM MEHR BEZAHLEN ???

Bike Shop

Hünenbergstrasse 1, 6006 Luzern (vis a vis Maihofschulhaus)
Tel. 041 420 37 70 www.bikeshop-luzern.ch

Top - Marken
Top - Qualität
freundlicher, schneller
Top - Service

offizielle **TREK** - Vertretung
Villiger
Gary-Fischer

Ausserdem Top-Auswahl an Bike-Bekleidung, Bike-Schuhe, Herme und Zubehör.

Francina's
WOHNSHOP



Spezielle Geschenke &
Wohnideen im Landhausstil

Langsägestrasse 15a | 6010 Kriens | 041 - 310 32 46
(bei Brauerei Eichhof / neben Kellelerei St. Georg)
www.francinaswohnschop.ch

HOTEL DE LA PAIX



Ein Besuch bei uns
lohnt sich stets

CH-6004 Luzern
Museggstrasse 2

Telefon 041 418 80 00
Telefax 041 418 80 90

Ferdinand A. Zehnder