

Einladung zum Wäldertanz

Faschingssonntag, 3. März, von 14 – 17 Uhr im Wäldersaal

Wir freuen uns auf viele „Mäschgerle“ und einen schönen Tanznachmittag mit Unterhaltung durch das Duo Travellers! Für beste Bewirtung ist gesorgt! Das Tanz-Team!



Veranstaltungskalender ... März 2019

So 3. März 2019

14:00 Uhr – **Wäldertanz** mit Duo Travellers im Wäldersaal Seniorenbund

20:00 Uhr – **Erzählabend** im Gasthof Traube

Mo 4. März 2019, 20:00 Uhr

Feuerwehrball im Wäldersaal Feuerwehr

Di 5. März 2019, 14:00 Uhr

Seniorentreff im Gemeinschaftsraum im Lindohus Seniorenbund

Fr 8. März 2019, 9:30 Uhr

Umgang Bregenzerwald, Führung in Lingenau mit
Treffpunkt beim Tourismusbüro

Sa 9. März 2019

14:00 Uhr – **Trainingslauf** der LSG Vorarlberger von Bregenz
nach Lingenau mit Ziel beim Parkplätz gegenüber vom Quellengarten
19:30 Uhr – **Dorffunken** im Hehl Fasching- und Funkenzunft

Di 12. März 2019, 14:30 Uhr

Gemeinsames Singen im Gemeinschaftsraum im Lindohus

Mi 13. März 2019

15:00 Uhr – **Elternberatung** im Gemeinschaftsraum im Lindohus
20:00 Uhr – **Jahreshauptversammlung** im Adler Tourismusverein

Do 14. März 2019

11:30 Uhr – **Gemeinsamer Mittagstisch** Krankenpflegeverein u MOHL
20:15 Uhr – **Jahreshauptversammlung** im Adler Obst- u Gartenbauverein

Mo 18. März 2019, 14:30 Uhr

Jahreshauptversammlung im Gasthof Löwen Seniorenbund

Di 19. März 2019

09:30 Uhr – **Sprachen-Café** in der Bücherei Bücherei u 60+ aktiv
14:00 Uhr – **Seniorentreff** im Gemeinschaftsraum, Lindohus Seniorenbund

Fr 29. März 2019, 19:00 Uhr

Vortrag „Bewegung Bewegt“ - mit Theoretischer Kurseinführung
„Die Fünf Tibeter“ mit Gerhard Holzknecht, MSc., MA
im Kulturraum, Lingenau Kneipp-Aktiv-Club

Sa 30. März 2019, 8:00 Uhr

Altpapiersammlung Feuerwehr

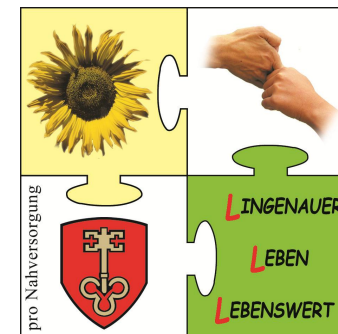
Impressum: Lebenswert leben-Kernteam der Gemeinde Lingenau

Amtliche Mitteilung!
Zugestellt durch Post.at

Lebenswert leben

... was tut sich in Lingenau

März 2019



ALT.JUNG.SEIN. Kurs

Mit Lebensfreude gut älter werden in Lingenau

Wie kann ich gut alt werden und dennoch im Herzen und im Kopf möglichst jung bleiben? Beim „ALT.JUNG.SEIN. Lebensqualität im Alter“ Kurs in Lingenau erfahren Sie, dass dies sehr wohl möglich ist. Mit lustigen Merk- und Konzentrationsübungen wird Elfi Vögel dafür sorgen, dass Ihr Gedächtnis verbessert wird. Bei leichter Bewegung wird zudem die Stand- und Trittsicherheit gestärkt (wichtig zur Vermeidung von Stürzen) und auch die Feinmotorik gefördert. Tipps zur Alltagsgestaltung – von der Ernährung bis zum sicheren Wohnen – sorgen für eine gute Lebensqualität und spirituelle Impulse können Kraftquellen fürs gute Älterwerden sein. Das ganzheitliche Programm wird seit vielen Jahren vom katholischen Bildungswerk in ganz Vorarlberg durchgeführt. Machen Sie mit beim Wohlfühlprogramm für Körper, Geist und Seele und lassen Sie sich überraschen, was auch im höheren Alter möglich ist!

7-teiliger ALT.JUNG.SEIN. Kurs Lingenau

jeweils am **Donnerstag, ab 7. März**

von 15:00 – 16:30 Uhr im Kulturraum Lingenau

In Zusammenarbeit mit dem Katholischen Bildungswerk.

Mehr Infos auf www.altjungsein.at

Mitbringen: bequeme Kleidung

Preis: Kneippmitglieder EUR 49,00 / Nichtmitglieder EUR 55,00

Anmeldung: bei Elisabeth unter 05513/2537 oder elisabeth.kuer@aon.at



Vorankündigung: Jassen für einen guten Zweck

Der Kranken- und Altenpflegeverein Lingenau lädt die Dorfbevölkerung zum Preisjassen herzlich ein. Der Erlös kommt älteren und kranken Mitmenschen in unserer Gemeinde zugute. Gespielt wird vom 18. März bis 12. April zu Hause sowie in den Gasthäusern Löwen, Traube, Adler und Wälderhof. Die Preisverteilung findet am 26. April nach der Jahreshauptversammlung des Kranken- und Altenpflegevereins Lingenau im Gasthof Adler statt. Es gibt attraktive Preise zu gewinnen. Nähere Informationen und Spielzettel zum Preisjassen ergehen in den kommenden Tagen an jeden Haushalt.

Kranken- und Altenpflegeverein Lingenau sagt DANKE!

Unser „Alpenblick“ in Lingenau ist in der bisherigen Form nunmehr Geschichte...

Anlässlich der Abschiedseinladung durch Erika und Florian Kühne sind Lieferanten, Kunden, Freunde und Wegbegleiter im Alpenblick zusammengekommen.



Und wie bereits in der Vergangenheit, wurde auch an diesem Abend von Erika und Florian an die Menschen unter uns gedacht, die krank oder hilfsbedürftig sind. So dürfen wir uns vom Kranken- und Altenpflegeverein Lingenau bei allen Anwesenden und bei Erika und Florian für die großzügigen Spenden ganz herzlich bedanken. Ein herzliches „Vergelt's Gott“!
Der Vorstand

Kneipp-Aktiv-Club

Freude – Spaß – Spiel – Laufen – Klettern – Neues entdecken
Eltern-Kind-Turnen für Kinder von 2 bis 4 Jahren mit Elisabeth Rüb-Küer, jeweils mittwochs, ab 6. März, 15:30 bis 16:30 Uhr im Gymnastikraum der Mittelschule (5 Einheiten), Preis: Kneippmitglieder € 15,00 / Nichtmitglieder € 20,00, Anmeldung: bei Elisabeth, 05513/ 2537 oder elisabeth.kuer@aon.at
Kinderturnen für Kinder von 4 bis 6 Jahren mit Karin Rauch, jeweils mittwochs, ab 6. März, 15:30 bis 16:30 Uhr im Wäldersaal (5 Einheiten), Preis: Kneippmitglieder € 15,00 / Nichtmitglieder € 20,00, Anmeldung: bei Karin, 0664/1367707



Gruppentreffen DIABETIKER Bregenzerwald

SHV Bregenzerwald

Wir, eine Gruppe betroffener Diabetiker, treffen uns jeden ersten Donnerstag im Monat, ab 19:30 Uhr, zum Austausch, gemütlichen Beisammensein, Halt geben, motivieren, ... in Lingenau im „Lindohus“. Die Gespräche mit Gleichgesinnten, sich verstanden zu fühlen macht im Alltag dann auch vieles leichter. Willkommen sind ALLE, die in irgendeiner Weise von dieser Thematik betroffen sind oder sich dafür interessieren. Möchtest du auch Teil dieser Gruppe sein und deine wertvollen Erfahrungen mit uns teilen, komm einfach vorbei! Bei weiteren Fragen melde dich gerne bei mir, Daniela Maria Fink, T 0664 / 430 39 37, E engel@energetik-daniela.at

Termine: 7. März, 4. April, 2. Mai, 6. Juni, 4. Juli

Lauftraining mit Workout

mit Elke Beck, ausgebildete (zertifizierte) Laufgruppen-Leiterin jeweils Mittwoch, ab 13. März, Treffpunkt: Dorfplatz Lingenau 17:45 Uhr (Anfänger), 19:00 Uhr (Fortgeschrittene) 5 Einheiten (bei Wunsch wird verlängert)
Für alle Laufinteressierten die in einer kleinen Gruppe laufen möchten? In diesem Lauftraining über 5 Wochen lernst du das Lauf-ABC, schwitzt bei einem kurzen Workout. Dehnungsübungen schließen das Training ab. Bei jeder Witterung!
Kosten: € 20,00, Anmeldung: bei Elke, 0676/7113644 oder elke.beck1965@gmail.com

gesundes
Lingenau



Bregenzerwaldarchiv

Das Bregenzerwaldarchiv führt eine bereits sehr beachtliche Sammlung von Sterbebildern und würde diese Ahnenforschung gerne erweitern (insbesondere der Vorderbregenzerwald weist noch erhebliche Lücken auf). Wer also alte Sterbebilder hat, kann diese gerne im Bregenzerwaldarchiv bzw. beim Gemeindeamt abgeben.

Gemeinsamer Mittagstisch

Am **Donnerstag, den 14. März** laden wir ganz herzlich zum gemeinsamen Mittagstisch um halb zwölf Uhr in das Gasthof Löwen ein. Über einen recht zahlreichen Besuch würden wir uns sehr freuen. Ort wird im Gemeindeblatt bekannt gegeben.
Der KPV und MOHI



Parken beim Gemeindearzt und der Apotheke

Leider müssen wir immer wieder feststellen, dass Autos, die vor der Ordination unseres Gemeindearztes bzw. bei der Apotheke parken, den Gehsteig als Parkfläche missbrauchen. Auch ist für die ankommenden Rettungautos oft kein Platz, sodass diese auf der Straße stillhalten müssen. Wir ersuchen daher, wenn möglich, die westlichen Parkplätze zu benutzen und den Gehsteig jedenfalls freizuhalten.

Freiwillige Helfer gesucht

die uns beim Einräumen der Schule vor Schulbeginn helfen

Wir suchen freiwillige Helfer, die uns in der Woche vor dem Schulbeginn dabei helfen, die Schule wieder einzuräumen. Wer es sich vorstellen kann, zu helfen, kann sich gerne beim Gemeindeamt Lingenau, T 05513/6464, E gemeinde@lingenau.at melden. Wir sind um jede helfende Hand dankbar.

Altpapiersammlung

Samstag, 30. März, ab 8:00 Uhr durch die Freiwillige Feuerwehr

Leider waren bei der letzten Altpapiersammlung wieder sehr viele Fremdstoffe in den abgegebenen Kartons, zB Windeln, Plastikmüll, Geschirr usw. Wir bitten bei der kommenden Sammlung am 30. März sehr genau darauf zu achten, was für die Feuerwehr bereitgestellt wird. **Es ist wirklich nur Papier und Karton bereitzustellen.** Die Feuerwehrleute müssen die Fremdstoffe mühsam aussortieren und auf Kosten der Allgemeinheit fachgerecht entsorgen, was Zeit und Kosten verursacht.

Starterwohnung im Lindohus

Mit voraussichtlich 1. Mai wird eine Starterwohnung im Lindohus frei. Starterwohnungen sind im Besonderen vorgesehen für junge Menschen, die beginnen, auf eigenen Füßen zu stehen. Interessiert, dann melde dich bitte beim Gemeindeamt Lingenau, T 05513/6464 oder E gemeinde@lingenau.at.

Ordinationszeiten der Ärzte am Wochenende

Ärztlichen Bereitschaftsdienstes - Ordinationszeiten von 10-11 und 17-18 Uhr

Wochenende	02./03.03.2019	Dr. Helbok / Krumbach
Wochenende	09./10.03.2019	Dr. Bilgeri / Hittisau
Wochenende	16./17.03.2019	Dr. Grimm / Lingenau
Wochenende	23./24.03.2019	Dr. Isenberg / Langen
Wochenende	30./31.03.2019	Dr. Lechner / Sulzberg
Wochenende	06./07.04.2019	Dr. Grimm / Lingenau

Dr. Grimm, Lingenau (41020), Dr. Bilgeri, Hittisau (30001), Dr. Isenberg, Langen (05575/4660), Dr. Lechner, Sulzberg (05516/2031), Dr. Helbok, Krumbach (8120)