

Tierschutzhaus

Katze aufgefunden: Bitte melden

Diese Katze wurde am 8. Oktober in Schaan gefunden und ins Tierschutzhaus gebracht. Wer etwas über diese Katze weiss, wird gebeten, sich im Tierschutzhaus in Schaan unter Tel. +423 239 65 65 oder E-Mail info@tierschutzverein.li zu melden.



Polizeimeldung

Sich vor Einschleichen in Fahrzeugen schützen

Eine unbekannte Täterschaft wird verdächtigt, in der Zeit von Montag, 10. Oktober, ca. 17 Uhr bis Dienstag, 11. Oktober, ca. 8 Uhr, aus mehreren unverschlossenen Fahrzeugen in Triesen diverse Gegenstände und Bargeld entwendet zu haben. Es entstand Vermögensschaden in bislang unbekannter Höhe. Um sich vor solchen Einschleichen zu schützen, rät die Landespolizei:

- Das Fahrzeug auch bei kurzem Verlassen immer abschliessen, auch Fenster und Schiebedach.
- Keine Gegenstände sichtbar im Fahrzeug liegen lassen und diese im Kofferraum einschliessen.
- Beim Abschliessen mit der Fernbedienung kontrollieren, ob das Auto verschlossen ist.
- Das Fahrzeug an gut beleuchteten und keinen abgelegenen Parkplätzen abstellen.
- Das Fahrzeug auch in geschlossenen Garagen abschliessen.

Bei Verdacht – Anruf!

Durch die Kampagne «Bei Verdacht – Anruf!» soll die Bevölkerung motiviert werden, verdächtige Feststellungen der Landespolizei jederzeit zu melden. Es zeigt sich immer wieder, wie wichtig zeitnahe Informationen für die Ermittlung sind, um allfällige Straftaten zu verhindern oder gar einen Tatverdächtigen zu verhaften. (*ikr*)



Umfrage der Woche

Frage: Es ist Wildsaison. Sind Hirsch, Reh, Wildschwein und Co. Ihr Ding?

19%
Ja. Ich habe mir dieses Jahr schon Wild gegönnt.

65%
Nein. Aber ich werde bestimmt noch Wild essen.

16%
Nein – ich mag kein Wild bzw. esse kein Fleisch.

Aktueller Zwischenstand von gestern Abend: xxx Teilnehmer.
Jetzt mitmachen auf: www.vaterland.li

Impressum

Herausgeber: Vaduzer Medienhaus AG
Geschäftsführer: Daniel Bargetze
Chefredaktor: Patrik Schädler (sap)

Druck: Samedia Partner AG, 9469 Haag

Adressen:
Vaduzer Medienhaus AG, Postfach 884, 9490 Vaduz
Tel. +423 236 16 16, Fax +423 236 16 17.

Redaktion: Tel. +423 236 16 16, E-Mail: redaktion@vaterland.li, sport@vaterland.li
Inserate: Tel. +423 236 16 63, Fax +423 236 16 17, E-Mail: inserate@vaterland.li

Abonnementdienst: Tel. +423 236 16 61, E-Mail: abo@vaterland.li

Internet: www.vaterland.li

Heute kein Vaterland im Briefkasten?

Dann rufen Sie von Montag bis Freitag, 7.30 – 10.00 Uhr, unsere Abo-Hotline unter +423 236 16 61 an. Nachlieferung erfolgt bis mittags.

Vaterland



Anlässlich des Coming-out Day veranstaltete der Verein Flay eine Gesprächsrunde.

Bild: Simone Quaderer

Queeres Erzählcafé

Der Verein Flay lud zum Erzählcafé, bei dem Menschen von ihrem Coming-out berichteten.

Simone Quaderer

Unter dem Motto «Jeder hat seine eigene Geschichte» veranstaltete der Verein Flay gestern eine Gesprächsrunde im Literaturhaus in Schaan. Dabei waren die Gäste eingeladen, von ihrem ganz persönlichen Coming-out-Erlebnis zu erzählen.

Was als «queeres Erzählcafé» startete wurde jedoch schnell zu einem interessanten Austausch über die Vorurteile, Schwierigkeiten und Ängste, mit welchen die LGBTIQ+-Community konfrontiert ist. Wer jetzt schon den Faden mit den Begrifflichkeiten verloren hat, dem soll geholfen werden.

«Beim Coming-out dem Gegenüber Zeit geben»

«Queer» ist ein Sammelbegriff für Personen, die nicht der he-

terosexuellen Geschlechternorm entsprechen. Dabei steht die englische Abkürzung LGBTIQ+ auf Deutsch für lesbisch, schwul, bisexuell, trans, queer, intersexuell und asexuell. Kurzum: Für Menschen mit unterschiedlichen Identitäten oder sexuellen Orientierungen.

«Ein Coming-out ist so vielfältig, wie es Menschen gibt», startete Elias Deplazes, Vorstandsmitglied vom Verein Flay die Gesprächsrunde. Von seinem eigenen Coming-out, also dem Prozess seiner sexuellen Orientierung und Identität bewusst zu werden und diese auch gegenüber anderen Menschen darzustellen, hatte er überwiegend positive Erinnerungen. «Ich habe zuerst im Freundeskreis gesagt, dass ich

trans bin, um zu schauen wie sie reagieren», so Deplazes. Bei der Familie sei es ihm schwieriger gefallen, sich zu «outen». Denn: «Die Familie kann man schliesslich nicht einfach wechseln.» Er habe durch sein Coming-out vorallem gelernt, dem Gegenüber Zeit zu geben, um damit klar zu kommen. Sein Coming-out sei sehr befreiend gewesen und obwohl er sich verändert habe, sei die Lebensqualität enorm gestiegen. «Natürlich gab es auch Hürden, vorallem persönliche.» So machte es ihm anfangs Mühe, anstatt die Frauen-, die Männer- und die Män- nertoilette aufzusuchen.

Altersdurchmischter Austausch

Genau die umgekehrte Transition, also vom Mann zur Frau,

macht eine Besucherin des Erzählcafés durch. Als Frau fühle sie sich bereits seit über 20 Jahren. Den Körper an die Geschlechtsidentität anzupassen, fing sie erst vor knapp einem halben Jahr an. Inspiriert von dieser Reise erzählten auch die jüngeren Gesprächsteilnehmenden von ihren Erfahrungen. Daraus entstand ein altersdurchmischter Austausch, bei dem man vorallem eines besonders heraushören konnte: Den gegenseitigen Respekt füreinander, den sich die Community auch von der Gesellschaft wünscht.

Hinweis

Der Verein Flay freut sich immer über neue Gesichter. Sie sind über die Website «www.flay.li» erreichbar.

Rheuma: Die unsichtbare Krankheit

Die regionale Rheumaliga hilft Betroffenen, trotz Schmerzen den Alltag zu meistern.

Die moderne Medizin kennt bis zu 200 verschiedene rheumatische Erkrankungen. Betroffen sind Muskeln, Sehnen, Gelenke, Knochen oder das Bindegewebe – kurzum: der gesamte Bewegungsapparat. Schmerz- und Rheumabetroffene und ihre Angehörigen müssen in ihrem Alltag zahlreiche krankheitsbedingte Herausforderungen meistern.

Diesen Menschen steht die Regionale Rheumaliga, die auch für Liechtenstein zuständig ist, zur Seite.

Circa 25 Prozent der Bevölkerung betroffen

Zu den am meisten verbreiteten Formen von Rheuma zählen die Gelenksabnutzung (Arthrose) und -entzündung (Arthritis),

das Weichteilrheuma, Osteoporose, sowie Rückenschmerzen. Rheuma ist die Volkskrankheit Nummer eins, wobei circa 25 Prozent der Bevölkerung unter rheumatischen Erkrankungen leiden. «Neben den Schmerzen und den damit verbundenen Beeinträchtigungen im Alltag, begegnen Betroffene auch oft körperlichen und gesellschaftlichen Problemen am Arbeitsplatz», so Doris Averkamp-Peters von der Rheumaliga Schweiz anlässlich des Welt-Rheuma-Tag.

Hier setzt die Gesundheitsorganisation an: «Die Rheumaliga stellt eine unentgeltliche Beratungsstelle für Betroffene zur Verfügung. Wir wollen Betroffene befähigen, ihre Selbstständigkeit zu erhalten und das

Selbstmanagement im Alltag zu fördern», sagt Averkamp-Peters weiter. Dies ganz unter dem Motto der Rheumaliga: «beraten, bilden, bewegen.» Darüber hinaus bietet die Organisation diverse Bewegungskurse an. Laut Averkamp-Peters ist Bewegung wichtig, um Rheuma vorzubeugen. Denn mangelnde Bewegung oder einseitige Belastungen führen zu Beschwerden am Bewegungsapparat. «Wenn man bereits Rheuma hat, gilt es, die Bewegungen anzupassen.»

Denn auch Personen mit bereits bestehenden Beschwerden wie Arthrose, Rückenschmerzen oder Osteoporose profitieren von einem gezielten Training unter fachkundiger Anleitung. Die Rheumaliga or-

ganisiert auch Tagesanlässe zu bestimmten Themen wie Ernährung oder Schmerz, Fachreferate und Selbsthilfegruppen. «Zusätzlich bieten wir in unseren Fachstellen Hilfsmittel für den Alltag, wie zum Beispiel spezielle Pet-Flaschenöffner und Infobroschüren an», so Averkamp-Peters weiter. Diese sollen das tägliche Leben von Rheuma-Patienten erleichtern und diese informieren.

So unterstützt die Rheumaliga Menschen durch Prävention und Information bei der Erhaltung ihrer Gesundheit. Rheuma-Patienten mit eingeschränkter Gesundheit erfahren Hilfe durch verschiedene Massnahmen.

Simone Quaderer