

«Zehn Jahre Behindertengleichstellungsgesetz in Liechtenstein»

# Ausstellung «begegnig» im Gemeindesaal Eschen

**ESCHEN** Am 11. und 12. November veranstaltet der Liechtensteiner Behinderten-Verband (LBV) eine Sensibilisierungs-Ausstellung im Gemeindesaal Eschen. Anlass für dieses Event ist das Jubiläum «Zehn Jahre Behindertengleichstellungsgesetz in Liechtenstein». Die Tore sind am Samstag ab 12 und am Sonntag ab 10 Uhr geöffnet. Der Eintritt ist frei. Es gibt auch Verpflegung vor Ort. Neben spannenden Aktivitäten gibt es weitere Höhepunkte wie zum Beispiel einen Auftritt der Guggamusik Ratačtsch oder Kurzvorträge zum Thema Demenz. Das detaillierte Programm finden Sie auf [www.lbv.li](http://www.lbv.li). Besuchen Sie die Ausstellung und machen Sie viele interessante «begegniga». Unterstützt durch Fachpersonen, Betroffene und freiwillige Helferinnen und Helfer bekommen die Besucherinnen und Besucher einen Einblick in das Leben von Menschen mit Behinderungen. Der Rundgang durch die Ausstellung umfasst fünf Posten mit unterschiedlichen Schwerpunkten.



Der LBV lädt zu «begegniga» im Eschner Saal ein. (Illustration: ZVG)

cours zu bewältigen. An diesem Posten gibt es auch einen Alterssimulationsanzug zum Ausprobieren.

• **Rollstuhlparcours:** Versuchen Sie, mit dem Rollstuhl einen Par-

• **Psychische Erkrankung:** Künstlerinnen und Künstler sowie Betroffene haben versucht, mittels unterschied-

lichen Räumen, psychische Erkrankungen darzustellen.

• **Gebärdensprache:** An diesem Posten finden Sie Kurzfilme sowie Informationstafeln. Eine gehörlose Person wird anwesend sein und steht für Fragen bereit. Um Ihr Wissen zu testen, können Sie ein Quiz absolvieren.

• **Blindenparcours:** Meistern Sie blind den vorgegeben Weg. Wie ist es für Sie, nichts zu sehen? Welche Hilfsmittel gibt es für blinde Personen?

• **Grob- und Feinmotorik:** Bei diesem Posten sind Ihre motorischen Fähigkeiten gefragt. Bewältigen Sie mehrere motorische Aufgaben und finden Sie heraus, wo Ihre Stärken liegen.

**Spannenden Vorträge**

Abgerundet werden die Ausstellungstage jeweils mit einem spannenden Vortrag.

• **Samstag, 11. November, 15 Uhr - Vortrag der App-Entwicklerin Kristina Wilms:** Kristina lebt mit einer Depression. Aus ihrer persönlichen

Betroffenheit entstand die Idee einer Selbsthilfe-App. Kristina erzählt aus ihrem Leben als Betroffene und wie sie zur Unternehmerin wurde.

• **Sonntag, 12. November, 15 Uhr - Buchvortrag von Josef Schovanec:** Josef ist Autist und Autor, Politikwissenschaftler und Doktor der Philosophie. Er beherrscht 10 Sprachen, hat als Kleinkind aber mehrere Jahre lang nicht gesprochen. Ob man es seiner Intelligenz, der Lebhaftigkeit seines Geistes oder seinem ausgeprägten Sinn für Humor zuschreibt: Josef ist besonders ... wie jeder andere auch. Das Buch «Durch den Wind» wurde in Frankreich innert kürzester Zeit zum Bestseller. (pr)

ANZEIGEN



Erwachsenenbildung

## Wie die Ernährung unsere Hirnfunktionen beeinflusst

**SCHAAN** In jedem Organ sind die Interaktionen zwischen den Zellen bedeutend, jedoch sind diese Interaktionen nirgendwo so lebenswichtig wie im Nervensystem. Damit diese Interaktionen optimal verlaufen können, benötigen wir chemische Substanzen. Die Herstellung dieser Substanzen hängt unmittelbar mit der Einnahme, Absorption und Verarbeitung verschiedener Nahrungsmittel zusammen. Sowohl die Menge, als auch die Qualität unserer Ernährung spielt dabei eine wichtige Rolle. Der Referent Nelson Annunciato ist Professor und Leiter der Abteilung für Entwicklungsstörungen an der Universität Mackenzie in São Paulo, betrieb Forschungen an der Deutschen Akademie für Entwicklungsrehabilitation in München, und ist durch sein Seminar- und Vortragstätigkeiten in Südamerika und Europa bekannt. Der Vortrag (Kurs 301) findet am 15. November um 19 Uhr im SAL (Kleiner Saal) in Schaan statt. Anmeldung und Auskunft bei der Erwachsenenbildung Stein Egerta (Telefon: 232 48 22; E-Mail: [info@steinegerta.li](mailto:info@steinegerta.li)). (pr)

Bei BayWa

## Weihnachtsausstellung – Vorfreude beginnt



BayWa-Mitarbeiterin Maria Mühlebach: «Schauen Sie vorbei.» (Foto: ZVG)

**LAUTERACH** Alle Jahre wieder stehen wir bei BayWa vor der schönen Aufgabe, stimmungsvollen Christbaumschmuck und Weihnachtsaccessoires für Sie und Ihr Zuhause auszuwählen. Denn der schönste Ausdruck für die Vorfreude aufs Fest ist das liebevolle Herrichten und Dekorieren des Hauses und Gartens bis alles glänzt und funkelt.

**XXL-Weihnachtsausstellung**

Die Besucherinnen und Besucher erwartet wieder ein wirklich umfassend neues Angebot an passender Dekoration und Ausstattung mit überraschenden Geschenkideen. Dieses Jahr haben wir uns von drei Themen inspirieren lassen: Nostalgie, Romantik und Vintage. Für diejenigen, die es eher traditionell mögen, sind auch wieder Accessoires in typisch weihnachtlichem Rot und Creme-Gold mit dabei. Weiter gehts in elegantem Silber und dazu super

kombinierbaren Pastelltönen. Von verspielt und romantisch bis schlicht - für jeden Geschmack ist etwas dabei!

**Kerzenauftakt**

Es ist das Kerzenflackern und das warme Licht in der dunklen Jahreszeit, was die Adventszeit so stimmungsvoll und gemütlich macht. Davon können wir einfach nicht genug bekommen. Müssen wir auch nicht, denn wie vielseitig sich Windlichter, Duftkerzen oder Stumpenkerzen in verschiedenen Farben dekorieren und einsetzen lassen, sehen Sie bei uns. Bereiten Sie zum Beispiel Ihren Gästen einen stimmungsvollen Empfang! Einfach mehrere Kerzen in Laternen auf der Treppe oder der Haustür arrangieren. Tipp: Wenn Sie LED-Wachskerzen verwenden, können diese auch unbeaufsichtigt flackern und wirken täuschend echt.

**Mitarbeiter-Statement**

Maria Mühlebach: «Wohn-Accessoires, Geschenke, Christbaumkugeln, Laternen, Kerzen, Krippenfiguren und vieles mehr, geben Ihrem Heim ein schönes weihnachtliches Ambiente. Schauen Sie vorbei und lassen Sie sich inspirieren, wir freuen uns auf Sie!» (pr)

ANZEIGE



Berufliche Weiterbildung

## Präsentieren wie die Profis

**SCHAAN** Erfolgreich mit klarer und zielgerichteter Rhetorik und Präsentation. Hier lernen die Teilnehmenden Information mit Unterhaltung in ihren Präsentationen so zu verknüpfen, dass sie ihr Publikum auf der Emotions- statt auf der Sachebene treffen. Ganz nach dem Motto «Klar in der Sache, gewinnend im Ton». Inhaltliche Schwerpunkte

sind: Struktur einer guten Präsentation, Selbstbewusstsein ausstrahlen, Spannung entstehen lassen, in Bildern argumentieren und höchste Überzeugung erreichen, Kennziffern gross erscheinen lassen, praktische Tipps für nützliche Hilfsmittel wie Powerpoint & Co. Das Zweitagesseminar (549) beginnt am Donnerstag, den 30. November, 8.30 Uhr im Seminarzentrum Stein Egerta in Schaan. Referentin: Dr. Gerlinde Manz-Christ, Trainerin und Rednerin. Anmeldung und Auskunft bei der Stein Egerta (Telefon: 232 48 22; E-Mail: [info@steinegerta.li](mailto:info@steinegerta.li)). (pr)

Neu in Ruggell

## R.E.S.E.T – Energetische Kiefergelenksbalance

**RUGGELL** Das «R.E.S.E.T.»-System wurde von dem Australier Philip Rafferty zur Entspannung des Kiefergelenks und der am Kiefergelenk beteiligten Muskulatur entwickelt. Aus verschiedenen Therapien ist bekannt, dass das Kiefergelenk einen starken Einfluss auf sämtliche Körperfunktionen hat. Verspannungen und Fehlstellungen des Kiefergelenks können durch verschiedene Ursachen entstehen wie Sturz, Unfall, Schleudertrauma, Sport (zum Beispiel Kopfbälle, Zusammenstöße), bei Zahnbehandlungen, Stress und belastenden Situationen. Viele Menschen reagieren bei seelischen Belastungen unbewusst mit nächtlichem Zähneknirschen und Zähnezusammenbeißen, was ebenfalls zu einer verspannten Kiefergelenksmuskulatur führen kann. Das «R.E.S.E.T.» wirkt über das Kiefergelenk auf das Skelett, Muskel-, Meridian- und Nervensystem sowie den Wasserhaushalt. In verschiedenen Fällen kann «R.E.S.E.T.» hilfreich sein: Knacken im Kiefergelenk, nächtliches Zähneknirschen, Kaubeschwerden, ständiges Zähnezusammenbeißen, Nachtschiene, Zahnsprosse, Zahnpflege, diverse Schmerz- und Verspan-



Gioia Büchel mit einer Klientin. (Foto: ZVG)

nungszustände im Kiefer-, Kopf-, Nacken- und Rückenbereich, Kopfweh, Migräne, Becken-, Hüft- Knie- und Fussproblemen, Lern- und Konzentrationsstörungen, Schnarchen, Schlafstörungen, nächtliche Atemstörungen, Stress, Burn-out, chronische Müdigkeit, Erschöpfung, Hochsensi-

bilität, Schwindel, Tinnitus, Hörminderung, Verdauungsproblemen, Allergien (etwa Heuschnupfen). (pr)

**Kontaktdaten Gioia Büchel – Adresse:** Habrütli 19, 9491 Ruggell, Liechtenstein; **Telefon:** +423 373 55 44; **Mobil** +41 77 415 15 78; **E-Mail:** [auszeitpraxis@powersurf.li](mailto:auszeitpraxis@powersurf.li); **Homepage:** [www.auszeitpraxis.li](http://www.auszeitpraxis.li).

Jubiläum im Domus

## «Zehn Jahre Hilfswerk Namaskar India»

**SCHAAN** Einladung zum Jubiläum «10 Jahre Hilfswerk Namaskar India» mit Buchvernissage («Leena - Ein indisches Frauenschicksal», verfasst von Verena Städler). Vernissage-Rede: Dr. Peter Geiger. Am 25. Januar 2002 hat sich das Leben von Leena von einer Minute zur anderen schicksalhaft verändert - durch Feuer. Das Buch schildert den jahrelangen Überlebenskampf der jungen indischen Frau Leena aus Belgium im Bundesstaat Karnataka. Die Autorin Verena Städler hat sie dort getroffen. Leenas Lebensgeschichte gibt zugleich Einblick in die Gesellschaft im heutigen Indien. Der gesamte Verkaufserlös der Bücher wird vollumfänglich an ein Sozialprojekt in Belgium gehen, wo Leena heute eine Arbeitsstelle hat. Die Vorstandsmitglieder laden alle ganz herzlich zu dieser kleinen Feier ein und freuen sich auf viele Besucherinnen und Besucher am Freitag, den 10. November, um 18 Uhr im Do-



(Illustration: ZVG)

mus in Schaan. Keine Anmeldung nötig, Eintritt frei. Infos und Programm unter [www.namaskarindia.li](http://www.namaskarindia.li) oder [www.domus.li](http://www.domus.li).

Erwachsenenbildung

## Deutschprüfungen A2, B1, B2

**VADUZ** Die drei Tests überprüfen die Fähigkeit zur selbstständigen Sprachverwendung in Situationen des Alltags- und Berufslebens. Die A2-Prüfung findet am Donnerstag, den 14. Dezember, die B1-Prüfung am Freitag, den 15. Dezember, und die B2-Prüfung am Samstag, den 16. Dezember, im Alten Pfarrhaus in Vaduz statt. Spätester Anmeldetermin: ein Monat vor der Prüfung. Mit Voranmeldung. Anmeldung und Auskunft bei der Stein Egerta (Telefonnummer: 232 48 22; E-Mail-Adresse: [info@steinegerta.li](mailto:info@steinegerta.li)). (pr)

ANZEIGE

