

NACHRICHTEN

Tagung Verband der öffentlichen Arbeitslosenkassen

VADUZ – Am 5. und 6. Juni findet in Liechtenstein die Tagung zum 25-jährigen Bestehen des Verbandes der öffentlichen Arbeitslosenkassen der Schweiz und des Fürstentums Liechtenstein statt. Auf dem Programm stehen neben der ordentlichen Sitzung und Generalversammlung und einem Vortrag von Hubert Büchel, Leiter des Amtes für Volkswirtschaft, ein Aperitif, gegeben von der Regierung, im Beisein von Regierungsrat Alois Ospelt, sowie eine Besichtigung des Skimuseums in Vaduz. (paf)

Signierstunde mit dem Baron

VADUZ – Am Freitag, den 6. Juni findet in der Buchhandlung Bücherwurm AG, Vaduz von 16 bis 17.30 Uhr eine Signierstunde mit Baron von Falz-Fein statt. Baron von Falz-Fein wird das soeben auf Deutsch erschienene Buch: «Ein russischer Aristokrat in Liechtenstein» signieren, das von der Russin Nadeshda Danilewitsch geschrieben wurde und mit 150 Fotos illustriert ist.

Zollrechts-Tagung in Vaduz

VADUZ – Im Jubiläumsjahr der schweizerisch-liechtensteinischen Zollunion kommt es vom 3. bis 5. Juni in Vaduz zu einer Premiere: Erstmals seit 80 Jahren findet nämlich die vom Schweizer Zoll jährlich durchgeführte Zollrechtstagung nicht auf Schweizer Boden statt. Der Anlass ist für Schweizer und Liechtensteiner Zollrechtsexperten ein wichtiges Forum, an dem auch Vertreterinnen und Vertreter der deutschen und österreichischen Zollbehörden teilnehmen. Neben der Behandlung aktueller Zollrechtsfragen dient die Tagung vor allem dem Informations- und Erfahrungsaustausch zu grenzüberschreitenden Problemen. Zur diesjährigen Tagung in Vaduz, die vom 3. bis zum 5. Juni dauert, haben sich über 40 Teilnehmer angemeldet. Auf Einladung der fürstlichen Regierung und des Amtes für Zollwesen wird das 80-Jahr-Jubiläum der schweizerisch-liechtensteinischen Zollunion mit einem gemeinsamen Nachessen begangen. Vorgängig trifft der liechtensteinische Regierungschef, Otmar Hasler, den Schweizer Oberzolldirektor, Rudolf Dietrich. Auf dem Programm steht ausserdem eine Besichtigung des im Import und Export tätigen Unternehmens Hilcona in Schaan.

«Es hat klick gemacht»

Jürg Mäder hat es geschafft: Er ist seit 3 1/2 Jahren Nichtraucher

BUCHS – Raucher kennen es: das ständige Verlangen nach dem nächsten Glimmstengel, das nervöse Zittern, wenn man stundenlang auf seinen Nikotinschub verzichten muss. Jürg Mäder aus Buchs ist die ungesunde Angewohnheit los: «Ich bin frei.»

• Lucas Ebner

31. Mai, der «Tag des Nichtrauchens». Für viele Raucher ist dieser Tag ein Anlass, ihre Sucht aufzugeben. Sie versuchen es zumindest. Laut einer Studie des Schweizer Bundesamts für Gesundheit gelingt es nur einem von 20 Rauchern, dauerhaft davon loszukommen.

Auch bei Jürg Mäder war dies ein langer Prozess. Er ist Schulleiter und Pädagoge der «Freien Volksschule Werdenberg» in Buchs. Er hat 20 Jahre lang geraucht – und das nicht zu knapp. «1,5 bis 2 Schachteln pro Tag.» Dann folgten die Beschwerden: «Ich hatte starken Raucherhusten. Wenn ich mich schlafen legte, klopfte mein Herz sehr heftig. Meine Partnerin ist ausserdem Nichtraucherin. In der Position des Schulleiters wollte ich natürlich auch eine Vorbildfunktion für die Schüler übernehmen», erklärt Mäder seine Beweggründe, das Rauchen aufzugeben. Den Wunsch hegte er schon lange, versuchte vor einigen Jahren schon einmal damit aufzuhören – ohne Erfolg. «Ich fing wieder an.»

Seit 3 1/2 Jahren «clean»

Schlussendlich hat es aber vor 3 1/2 Jahren «klick» gemacht und Jürg Mäder konnte sich von «einer



Jürg Mäder hat seine Sucht überwunden. Derzeit trainiert er für den «Swiss Alpine Marathon».

Laßt, die mich 20 Jahre lang begleitet hat», befreien. «Es war nicht unbedingt die Angst vor Lungenkrebs. Es war vielmehr die Vorfreude, danach ein besseres Leben zu führen – einen Schritt in Richtung mehr Lebensqualität zu machen.»

Ein altbekanntes Problem liess dann aber nicht lange auf sich warten. Er hat ungemein zugenommen. «Das Essen war ein Ersatz, ganz klar.» Doch auch dafür fand er eine Lösung: Sport. Jürg Mäder hat sich Turnschuhe gekauft und fing an zu joggen – sehr zur Freude seines lauffreudigen Hundes. Anfangs war nach zwei Kilometern Schluss. «Ich hechelte regelrecht nach Luft.» Im Laufe der Zeit konnte er sich allerdings steigern, joggte zwei

bis drei Mal pro Woche. «Es bereitete mir dann immer mehr Freude. Ich bekam mehr Luft, verlor Gewicht und habe mir dann ein Ziel gesetzt: Ich will eine spezielle 7-Kilometer-Strecke laufen können.» Dieses Ziel konnte er sehr schnell erreichen, ein neues musste her.

Am Marathon teilnehmen

Während einer Joggingrunde traf Jürg Mäder einen anderen Läufer. Sie kamen ins Gespräch und es stellte sich heraus, das dieser für einen Halbmarathon trainiert. Ein neues Ziel war geboren: die Teilnahme am «Swiss Alpine Marathon». Dieser stellt mit einer Gesamtlänge von 42,195 Kilome-

tern und einer zu überwindenden Höhendifferenz von 1800 Metern, eine ziemliche Herausforderung dar. «Ich trainiere zusammen mit einem Freund. Zur Zeit laufe ich circa 100 Kilometer pro Woche. Im Juli ist es dann so weit.»

Erinnern ja, vermissen nein

Das Rauchen aufzugeben, war für Jürg Mäder «einer der besten Schritte meines Lebens». Er erinnert sich zwar noch daran wie es war, beispielsweise nach dem Essen eine Zigarette zu rauchen – vermissen tut er es definitiv nicht. Jürg Mäder ist sich sicher: «Ich werde nie mehr damit anfangen. Allein schon deshalb nicht, weil ich weiss, wie schwierig es ist aufzuhören.»

Ohni Rooch blibsch cool!

Lions Club Liechtenstein fördert Nichtrauchen bei Jugendlichen

VADUZ – Zum seinem 50-jährigen Jubiläum will der Lions Club Liechtenstein 50 000 Franken in eine Präventionskampagne fliessen lassen, bei der Jugendliche zum Verzicht auf Tabakgenuss animiert werden.

Mit der Aktion werden Schülerinnen und Schüler des 6. bis 9. Schuljahrs angesprochen. Unter den teilnehmenden Klassen werden fünf Hauptpreise zu 2000 Franken verlost. Die übrigen Klassen erhalten bei erfolgreicher Teilnahme 300 Franken in die Klassenkasse. Untersuchungen zeigen, dass der Zigarettenkonsum Jugendlicher in den letzten Jahren drastisch gestiegen ist. Der Anteil der wöchentlich mindestens einmal Rauchenden hat sich seit 1986 bei den 15-Jährigen verdoppelt und bei den 13-Jährigen gar verdreifacht. Das Einstiegsalter sinkt weiterhin.

Einstieg ins Rauchen verzögern

Es ist auch erwiesen, dass Personen, die vor dem 20. Lebensjahr zu rauchen beginnen, später zu 95 Prozent täglich Tabakprodukte konsumieren. Deshalb ist es aus präventiver Sicht wünschenswert, den Einstieg in den Tabakkonsum möglichst lange hinauszuschieben und Jugendliche durch geeignete Information und Motivation von einem Einstieg in die Droge Tabak abzuhalten.



Zu seinem 50-jährigen Jubiläum hat der Lions Club Liechtenstein die finanziellen Mittel für eine Kampagne zur Verfügung gestellt, bei der Jugendliche über die Schädlichkeit des Rauchens aufgeklärt und zum Nicht-Rauchen motiviert werden. Die Kampagne steht unter dem Motto «Ohni Rooch blibsch cool» und richtet sich an alle Schulklassen des 6. bis 9. Schuljahrs in Liechtenstein. Es wurden bereits entsprechende Unterrichtsmaterialien bereit gestellt, welche zur Vorbereitung und zur Begleitung der Aktion in den Schulklassen dienen können. Klassen, die am Wettbewerb teilnehmen wollen, müssen sich bis spätestens 12. September beim Schulamt anmelden.

Ziel: sechs Monate rauchfrei

Bei der Aktion geht es darum, dass sich ganze Klassen durch Unterschrift der Schülerinnen und Schüler verpflichten, während

sechs Monaten auf Tabakkonsum zu verzichten. Die Frist beginnt nach den Herbstferien am 20. Oktober 2003 und endet am 16. April 2004 vor den Osterferien. Die fachliche Begleitung der Aktion wird vom Verein NetzWerk übernommen, der in der Suchtprävention grosse Erfahrung hat. Es ist vorgesehen, regelmässige Kontrollen vorzunehmen und Klassen, bei denen Probleme auftreten, zu unterstützen.

In der Schweiz wurde im Jahr 2002 eine ähnliche Aktion durchgeführt, an der sich 2600 Klassen beteiligt haben.

50 000 Franken für Infomaterial und Preise

Die Kosten für die Herstellung des Informationsmaterials und für die Preise belaufen sich auf rund 50 000 Franken. Die Mittel stammen teilweise aus der Vereinskasse des Lions Clubs, werden aber auch durch öffentliche Aktionen zusammengetragen. So wurde beispielsweise am Weihnachtsmarkt in Vaduz und am Jahrmarkt in Schaan für die Aktion geworben und gesammelt. Am 5. Mai fand im Schlosshof Gutenberg ein Benefizkonzert mit der Gospelgruppe His Flame statt. Höhepunkt der Mittelbeschaffung wird aber der Jubiläumsanlass vom 13. Juni im Vaduzer Saal sein, zu dem rund 230

Gäste erwartet werden und dessen Erlös ebenfalls der Aktion «Ohni Rooch blibsch cool» zugute kommen wird.

LIONS CLUB FEIERT

VADUZ – Der Lions Club Liechtenstein feiert in diesem Jahr sein 50-jähriges Bestehen. Der am 13. Juni 1953 aus der Taufe gehobene Club zählt heute 47 Mitglieder aus den verschiedensten Berufen. Der Club gehört zur weltweiten Lions-Bewegung, die 1917 in Chicago gegründet wurde und die mittlerweile in 182 Ländern mit 43 300 Clubs und über 1,4 Millionen Mitgliedern vertreten ist.

ANZEIGE



WaterYear2003

UNO-Jahr des Wassers 2003
Ruggell, 2. Juni, 18.00 Uhr, Binnenkanalmündung Buchpräsentation «Befreite Wasser» und anschl. Gewässerbegehung der Binnenkanalmündung. Alle sind herzlich eingeladen. Eintritt frei.

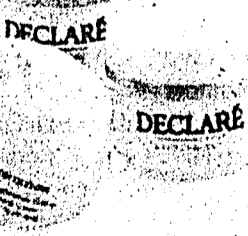
ANZEIGE



DECLARÉ
BEAUTY FOR SENSITIVE SKIN

Es ist gut zu wissen, dass empfindliche Haut zart und schön sein kann, wenn sie richtig gepflegt wird. Declaré enthält die Schönheit empfindlicher Haut mit wirkungsvollen, gleichzeitig sanften Produkten.

Enthüllen Sie mit Declaré die Schönheit Ihrer empfindlichen Haut



GUTSCHEIN

Mit diesem Gutschein erhalten Sie eine 8-Tage-Probierpackung Declaré abgestimmt auf Ihren Hauttyp

Beratungstag!

Dienstag, 3. Juni 2003

DROGERIE **imStädle** REFORMHAUS
FL 9490 Vaduz Tel. 00423/232 87 66