

Starkes Bierfest

Feierlicher Anstich zum 3. Schellenberger Salvator-Starkbierfest. Etliche kräftige Schläge mit dem Holzhammer brauchte der Gampriner Vorsteher Donath Oehri, dann war das erste Fass Starkbier angezapft und das Fest eröffnet.

Schon früh war das sehr aufwendig dekorierte Festzelt beim Restaurant Kreuz bis auf den letzten Platz besetzt. Zahlreiche Persönlichkeiten aus Politik, Wirtschaft und Gesellschaft liessen es sich nicht nehmen, dem ersten Starkbierfest mit einer Gastgemeinde beizuwohnen. Der Abend stand ganz im Zeichen der beiden Gemeinden Gamprin und Schellenberg. Der Gampriner Vorsteher und Ehren-gast Donath Oehri betonte in seiner Ansprache die ausgezeichneten und freundschaftlichen Beziehungen der beiden Gemeinden. Dann schritt er zur Tat und stach gekonnt unter dem Jubel der Festgäste das erste Fass Starkbier an.

Gampriner siegen knapp

Im Anschluss mussten die Gemeinderäte von Gamprin und Schellenberg in zwei Ratespielen ihr Wissen über die jeweils andere Gemeinde unter Beweis stellen. Regierungsrat Martin



Nur Mut! Der Gampriner Vorsteher Donath Oehri durfte in seiner Funktion als Ehrengast das erste Fass Starkbier anstechen. Hoch konzentriert kam er dieser wichtigen Aufgabe nach.

Meyer amtierte als Schiedsrichter und konnte schliesslich die Gampriner zu einem knappen Sieg beglückwünschen.

Fest soll Austausch fördern

Festwirt Daniel Bargetze erklärte in seiner Ansprache die Idee, eine Gast-

gemeinde einzuladen. So sei Liechtenstein zwar klein und alles liege nahe beieinander. «Aber zwischen den Gemeinden herrschen doch grosse Unterschiede und oft bleiben die Einwohner lieber unter sich. Das Starkbierfest möchte den Austausch zwischen den Gemeinden fördern –



Gute Stimmung in gemütlicher Runde: VU-Landtagsabgeordnete Marlies Amann-Marxer mit ihrem Mann Manfred, Walter Kieber und VU-Landtagsabgeordneter Günther Kranz (v. l.).

Bilder Daniel Schwendener

zwar auf ungezwungene, gemütliche Art und Weise», sagte Bargetze. Abschliessend forderte er per Reim die Gastgemeinde auf: «Liebe Gäste aus Gamprin, Euch gehört der erste Starkbier-Humpen, jetzt wollen wir aber auch als Erste in euren neuen See gumpen!»

Heute, Freitag, spielt am Starkbierfest Martin Kofler zum Tanz auf. Als Abschluss und Höhepunkt gibt der Musikverein Konkordia Gamprin am Samstag, ab 19 Uhr, ein Dämmer-schoppen-Konzert. Anschliessend sorgt eine Vorarlberger Partyband für Stimmung im Festzelt. (db)

Gesünder glücklich alt werden



Die Veranstalter mit der Referentin: Judith Kaiser, Beate Weingardt, Kathrin Ospelt-Hilbe (v. l.).

Bild pko

Am Dienstagabend begeisterte Beate Weingardt aus Tübingen das Publikum mit ihrem über zweistündigen, faszinierenden und kurzweiligen Vortrag über das Glückseligkeit, Stress und einen gesunden Körper.

In ihrem Referat zeigte sie zuerst klar auf, dass der Körper und sein Geist untrennbar miteinander verwachsen sind und einander gegenseitig beeinflussen. Dies wussten schon die alten Römer und hielten es in dem Spruch «Mens sana in corpore sano» fest. Dieser bedeutet, ein gesunder Geist wohnt in einem gesunden Körper. Fügt man seinem Körper Schaden zu, leidet erwiesenermassen auch der Geist. Beispielsweise beeinflusst die Ernährung den Körper. Alkohol lähmt höhere Hirnleistungen, Kaffee macht wacher. Ungesättigte Fettsäuren, sogenannte Omega-drei-Fettsäuren, sind extrem wichtig für den Aufbau des Gehirnes. «Deshalb nehme ich jeden Tag einen Esslöffel Leinöl zu mir», gestand Weingardt nicht ohne Stolz und lud zur Nachahmung ein. Weiter erzählte sie: «Es ist bewiesen,

dass Leute, die viele Kohlenhydrate essen, belastbarer sind!»

Das Denken beeinflusst den Körper Ihre Erzählungen führten von der Ernährung über Bewegung, genügend Schlaf, Berührungen, Licht und Natur, Gerüche bis hin zur Musik. Schliesslich zählte sie wichtige Energiegeber auf. Humor haben, dankbar sein, grosszügig sein, loben. «Alles, was man bewundert und geniesst, gibt grundsätzlich Kraft», so Weingardt überzeugend. Dankbarkeit ist sehr wichtig. Dankbar sein für alle die kleinen Dinge im Leben. Dankbar fürs Dach über dem Kopf, fürs Essen, keine Schmerzen, Familie u. v. m. Energiefresser gibt es auch: Zusammenfassen könnte man sie unter dem Stichwort Stress. Darauf reagiert der Körper langfristig mit Schäden. Angefangen von Schlafproblemen, Haarausfall, Verdauungsproblemen bis hin zu Herzinfarkt oder Krebs.

Glücklich sein mit dem Erreichten «Um diese negativen Punkte in seinem Leben zu reduzieren, hat der Mensch zwei Handlungsmöglichkeiten: 1. Die Sachlage für sich anders zu

bewerten. Jede identische Situation wird von verschiedenen Menschen unterschiedlich interpretiert und bewertet. 2. Etwas an diesem Zustand ändern. Sei es, eine Beziehung zu verändern, zu beenden oder den Druck zu reduzieren. Seine Belastbarkeit kann man beispielsweise erhöhen, indem man Hobbys pflegt und mit Menschen Kontakt hat, die einem gut tun. Vor allem Männer sollten lernen, über Belastendes zu sprechen», erzählte Weingardt. Gläubigen Menschen verleiht der Glaube an Gott Mut und Zuversicht als Gegengewicht zu Stress.

Beate Weingardt ist ausgebildete Psychologin, Theologin, mehrfache Buchautorin und konnte aus dem Vollen schöpfen. Sie schaffte es, durch viele kleine Alltagsbeispiele, eine ansprechende Sprache und ein fundiertes Wissen den zahlreichen Gästen die Materie näherzubringen. Organisiert hatte die Veranstaltung Judith Kaiser vom Stefanuskreis Liechtenstein und Kathrin Ospelt-Hilbe vom Amt für Gesundheit. Die Veranstaltung war Teil der Regierungskampagne zur seelischen Gesundheit. (pko)



Lehrbetriebe öffnen sich

Am Mittwoch konnten interessierte Jugendliche unter anderem in der Hoval AG in Vaduz Einblick in die unterschiedlichsten Berufsfelder nehmen, die dort im Zuge einer Berufslehre erlernt werden können. Die Orientierungsveranstaltung, die im Rahmen der Tage der offenen Tür in Industrie-Lehrbetrieben der Arbeitsgruppe «IndustrieLehre» der Liechtensteinischen Industrie- und Handelskammer statt fand, stiess bei den Jugendlichen auf grosses Interesse. Neben der Hoval AG öffneten am Mittwoch auch die OC Oerlikon Balzers AG und die Swarovski AG ihre Türen für lernwillige Jugendliche.

Text ehu/Bild Daniel Ospelt

Maiandacht bei der Waldkapelle

Am Sonntag, 24. Mai, um 17 Uhr, halten P. Anto Poonoly und die Theresienstiftung Schaanwald eine Maiandacht im Freien zum Thema «Maria, erfüllt vom Heiligen Geist». Gemeinsam sollen die besondere Beziehung Marias zum Heiligen Geist betrachtet werden und folgende drei Gedanken aufgegriffen werden: Maria, wie ein Krug, empfangend vom Heiligen

Geist; Maria, erfüllt vom Heiligen Geist und bewahrend wie ein Krug; Maria, weiterschenkend, wie eine Schale. Wie Maria, so sind auch die Gläubigen berufen, wie eine Schale weiterschenkend zu sein. Durch das Beten und Singen wollen die teilnehmenden ein besonderes Zeichen der Marienverehrung setzen. Herzliche Einladung. (pd)

Motorradtreffen

Am nächsten Samstag, 23. Mai, organisiert das British Corner Team das 5. Treffen für Freunde klassischer Motorräder. Sicher werden am Wochenende wieder viele Fahrer auf ihren Motorrädern aus alten Zeiten anreisen, um im British Corner ein gemütliches Fest mit kameradschaftlichem Charakter zu feiern. Am Treffen kann man bei Most und Bier wieder fach-

simpeln oder die vom Oldtimerseitenwagen bis zur reinrassigen Rennmaschine aufgereihten Maschinen begutachten. Es gibt eine richtige Töffler-Party, bei der auch der australische Singer-Songwriter Richi Pavledis mit seiner Gitarre für eine gute Stimmung sorgen wird. Weitere Informationen über das Treffen findet man auf www.britishcorner.net. (pd)