

Haus Gutenberg

Die Zauberkraft des Singens

BALZERS Die positiven Wirkungen vom Singen werden gerade in jüngster Zeit zunehmend von der Wissenschaft entdeckt. Singen hat ganz konkrete und messbare Auswirkungen. Es werden Endorphine - also Glückshormone - und körpereigene Abwehrstoffe ausgeschüttet. Singen ist ein hochwirksames Antidepressivum, stärkt das Immunsystem und schafft eine Verbundenheit zwischen den Sängern. Singen ist Lebensart, Alltagskultur, Lust und Leidenschaft. Die Chorleiterin Ingeborg Krachler unterstützt am Samstag, den 8. Oktober, von 9.30 bis 17 Uhr im Haus Gutenberg in Balzers die Entwicklung und Entdeckung der eigenen Stimmvielfalt. Die Liebe zur Stimme steht im Vordergrund. Jede Stimme darf sich frei erleben und entfalten. Dabei entstehen ungeahnte Klangräume, die uns auf unterschiedliche Art und Weise inspirieren, begleiten, Freude und Kraft schenken. Ingeborg Krachler, Stimpfpädagogin und Qi-Gong-Lehrerin, lässt Freude am Singen erleben, die eigene Stimme erforschen, die Stimmkraft und den Stimmumfang erweitern. Dazu tragen Klangexperimente bei, der Zusammenhang von Bewegung und Ton wird kennengelernt sowie einfache Lieder werden erarbeitet und das gemeinsame Singen rundet den Tag ab. Weitere Informationen und Anmeldung: Haus Gutenberg, Telefonnummer 388 11 33 oder per E-Mail an gutenberg@haus-gutenberg.li. (pd)

www.volksblatt.li

Hohe Temperatur, hohe Aggression

Wespenplage So viele Wespen wie heuer gab es schon lange nicht mehr. Das ist vor allem auf die konstanten Temperaturen im Winter und den frühen Frühlingsbeginn zurückzuführen. Welchen Schutz gibt es vor den lästigen Insekten? Und was, wenn sie bereits zugestochen haben?

VON VICTORIA FITZ, MARTINA METZLER UND LISA WINTER*

«**W**ir verzeichnen heuer deutlich mehr Patienten mit Wespenstichen als sonst. Täglich kommen zirka drei Fälle ins Krankenhaus, die entweder im Gesichtsbereich gestochen wurden oder allergisch reagieren», erklärt Lukas Hinterhuber, Leitender Arzt des Liechtensteiner Landesspitals. Biologen erklären das Phänomen mit einem konstant kühlen Winter und dem frühen sonnigen Frühling. Die Wespenköniginnen, die überwintert haben, hatten beste Bedingungen für den Nestbau und haben damit für mehr Nachwuchs gesorgt.

Hohe Temperatur, hohe Aggression

Der Grund für die erhöhte Aggressivität der Wespen in diesem Jahr liegt im rasanten Temperaturanstieg der Augusttage. Angezogen werden die lästigen Insekten von eiweisshaltigen Speisen wie Wurst und Fleisch, aber auch Süßigkeiten und Limonaden. Vor allem im Spätsommer, wenn die natürliche Nahrung wie Blütennektar, Fliegen und Mücken nach und nach abhanden kommt, fliegen Wespen vermehrt auf andere Futterquellen. Der Verzehr dieser Speisen sollte somit im Freien möglichst vermieden werden. Bei Stichen im Mundraum oder einer allergischen Reaktion sollte umgehend der Rettungsdienst ge-



Nicht alle vom «Volksblatt» Befragten nahmen die heuer häufig herumgeisternden Wespen als Plage wahr. (Foto: Shutterstock)

rufen werden. Dennoch gibt es althergebrachte Hausmittelchen.

Gibt aus Stich herausaugen

Studentinnen der Internationalen Sommerakademie für Journalismus und PR haben sich auf der Strasse umgehört um herauszufinden wie die Liechtensteiner mit der Wespenplage umgehen. Wenn möglich sollte das Gift aus dem Stich herausgesogen werden. Erste Linderung schafft

auch das Kühlen der Einstichstelle mit Eiswürfeln. Durch die Kälte ziehen sich die Blutgefäße zusammen, das wirkt der Schwellung entgegen. Auch eine frische, in zwei Hälften geschnittene Zwiebel soll laut Umfrage helfen. Diese kühlt und desinfiziert gleichzeitig die Wunde. Und vielleicht hat diese olfaktorische Therapie gleich eine Nebenwirkung: Auch andere aufdringliche Verehrer ziehen sich zurück.

***Über die Autorinnen**



Victoria Fitz (26, aus Lustenau), Martina Metzler (25, aus Feldkirch) und Lisa Winter (22, aus Salzburg) nahmen an der Internationalen Sommerakademie für Journalismus und PR an der Universität Liechtenstein teil. Das «Volksblatt» wird weitere Beiträge veröffentlichen.

Umfrage

Die Wespen sind heuer besonders aktiv. Das «Volksblatt» fragte Passanten: Was tun Sie gegen die Wespenplage?



«Ich stelle eine Mischung aus Bier und Seifenlauge auf. Das zieht die Wespen an, und sie ertrinken dann darin.»

DORIS LÜCHINGER, 50+ VADUZ



«Am besten: nicht bewegen. Ich selbst habe Wespen und Hornissen ums Haus. Das stört mich aber nicht besonders.»

ALOIS MATTLE, 64 MAUREN



«Wenn man Kupfermünzen auf den Tisch legt, dann kommen keine Wespen mehr. Und auch eine Schale mit Honig soll Wespen anziehen und man kann in Ruhe essen.»

KATRIN SCHMUCK, 50 MAUREN



«Für mich gibt es keine Wespen. Wenn du glaubst, es gibt Wespen, reagierst du nervös. Das ist radikaler Konstruktivismus nach Watzlawick.»

URS BALDEGGER, 50 OBERRIET



«Mich hat noch keine Wespe gestochen. Auch im Gastgarten gab es noch keine Zwischenfälle. Ab und zu schwimmt eine im Glas eines Gastes.»

PRISKA SELE, 30 TRIESENBERG

Faszinierender Einblick in die Alltagsfotografie

Sonderausstellung Die Kulturkommission sowie die Betriebskommission Kulturgütersammlung Mauren eröffnete unlängst die Sonderausstellung zum Thema «Fotografie im Alltag». Die Vernissagebesucher zeigten sich enthusiastisch.

Gemeinderat und Kulturkommissionspräsident Robert Matt gab bei seinen Begrüßungsworten in der Kulturgütersammlung des Mehrzweckgebäudes Mauren-Schaanwald seiner Freude Ausdruck, dass so viele Kultur- und Brauchtumsfreunde aus Mauren und der Region ihr Interesse an der neuen Sonderausstellung bekundeten.

ne umfangreiche Sammlung von Fotoapparaten ältester Jahrgänge sowie allgemein in die Geschichte der Fotografie. «Dank der Vielfalt der Sammelgüter, die in den letzten Jahren in Mauren zu einem wertvollen und in dieser Form einzigartigen Kulturschatz zusammengetragen worden sind, war es überhaupt möglich», hob Gemeinderätin Walburga Matt

bei der Vorstellung der Sonderschau hervor, «diese Präsentation mit authentischen «Zeugen» aus der Vergangenheit auf die Beine zu stellen.»

Seltene Sammlerstücke

In der Kulturgütersammlung in Mauren können in den nächsten Wochen zahlreiche Sammlerstücke der letzten 100 Jahre bewundert wer-

den. Neben dem Aufzeigen der Funktion und Entwicklung der Fotoapparate reicht das Repertoire der Ausstellung «Fotografie im Alltag» von alten Fotoalben, die aus dem Alltagsleben, von Familiengeschichten und Ausflügen erzählen, bis hin zu Porträts von Menschen, Landschaften und alten Gebäuden. Faszination lösten auch die verschiedenen Dia-Shows mit Diapositiven aus dem früheren Vereinsleben aus. Im stillvoll eingerichteten Fotostudio konnten die Besucher auch ein Porträt im Stil des vergangenen Jahrhunderts als Erinnerungsstück aufnehmen.

Perfekt nachgestellte Demonstration

Das Waschen ging früher nicht so einfach vor sich wie heute. Am Vorabend musste alles zurechtgelegt werden, der Brennstoff, die Zündhölzer, die Waschmittel, der Holzuber, die Wäsche musste bereits eingeweicht werden usw. In einer perfekt nachgestellten Demonstration wurde am Eröffnungstag durch Ingeborg Hilty als Sonderattraktion aufgezeigt, wie zu Grossmutterzeiten ein Waschtag - den man heute als sehr mühsame Arbeit einstufen würde - vor sich ging. Das Ziel war früher wie heute dasselbe: Der Stolz der Hausfrau war eine blütenweisse Wäsche. (red/pd)



Zeigten sich von der Sonderausstellung angetan, von links: Martha und Xaver Kieber, Gemeinderat Robert Matt und Antonia Matt. (Foto: Michael Zanghellini)

Kraft und Mut

Taizé-Gebet im Kloster St. Elisabeth

SCHAAN Für die meisten von uns sind die Sommerferien vorbei. Wer für den Anfang des neuen Schul- und Arbeitsjahres Kraft und Mut aus der Stille, dem Gebet und meditativen Gesang schöpfen möchte, ist heute Mittwoch zum Taizé-Abendgebet eingeladen. Beginn ist um 19.30 Uhr in der Klosterkapelle in Schaan. (pd)

Uchenegg-Vorträge

Heute in Schaan, morgen in Triesenberg

SCHAAN/TRIESENBERG Heute Mittwoch, den 7. September, findet in Schaan im Pfarreizentrum an der Reberastrasse um 19 Uhr ein Vortrag von Martina Uchenegg vom Lebenszentrum Graz über die Fristenlösung statt. Morgen Donnerstag, den 8. September, referiert Martina Uchenegg dann zum gleichen Thema in Triesenberg: um 18 Uhr im Betagtenheim St. Theodul. (pd)

ANZEIGE
3 Radl Stuchly Wrann
 T 05522 71202 | 3af@stuchly.at
stuchly
 die tischlermeister
 IHR INTERNORM PARTNER IN GISINGEN Internorm