

Neubau Alp Tiefensee Ruggell beteiligt sich mit 45 000 Franken

RUGGELL Die Gemeinde Ruggell besitzt auf der Vorarlberger Alp Tiefensee 15 der 34 Weidrechte. Die Hütte der Alpengenossenschaft ist inzwischen in einem solch schlechten Zustand, dass sie nicht mehr saniert werden kann. Ein Gutachten zeigte, dass ein Neubau her muss. Wie aus dem Gemeinderatsprotokoll der Sitzung vom 21. Oktober hervorgeht, beteiligt sich Ruggell mit einem Förderbeitrag von 45 000 Franken. Diesen Entscheid fällte der Gemeinderat mit sieben zu zwei Stimmen. Insgesamt kostete der Neubau rund 465 000 Franken. 40 Prozent davon, also 185 000 Franken, deckten Liechtenstein und das Bundesland Vorarlberg. Den Restbetrag müsse die Alpengenossenschaft übernehmen. Da diese aber kaum über Eigenkapital verfüge, ist sie auf Gönner angewiesen. Aus diesem Grund habe sich der Gemeinderat Ruggell auch für den Förderbeitrag ausgesprochen. Diese Ausgabe kann gemäss Protokoll im Jahresbudget 2021 berücksichtigt werden. Baubeginn der neuen Alphütte soll bereits im kommenden Frühjahr sein. (mw/pd)

Verbindung verbessern Neuer Radweg in Gamprin geplant

GAMPRIN Mit einem neuen Radweg sollen vor allem die Bedürfnisse der Pendler, die mit dem Fahrrad unterwegs sind, befriedigt werden. Dazu wird voraussichtlich nächstes Jahr eine etwa 750 Meter lange landwirtschaftliche Wegverbindung in Gamprin zu einem Radweg umgebaut. Im Leitbild «Kompass 2022» schrieb die Gemeinde Gamprin dem Ausbau von Fuss- und Radverkehrsnetz bereits eine grosse Bedeutung zu. Einige Fusswege wurden während der vergangenen Jahre weitergeführt. Um nun auch den Radverkehr optimaler zu gestalten, hat sich die Gemeinde mit Eschen, Vaduz, und Schaan zusammengeschlossen und ein gemeinsames Projekt ausgearbeitet. Dieses hat zum Ziel, direktere Radwegverbindungen zu bauen und den Langsamverkehr damit attraktiver zu gestalten. Vor einigen Jahren hat die Regierung bereits ein Radroutenkonzept erarbeitet. Mit den geplanten Ergänzungen der vier Gemeinden soll dieses nun verbessert werden. Wie im Gemeinderatsprotokoll von Gamprin beschrieben, erfolgt ein Umstieg auf das Fahrrad eher, wenn eine geeignete Infrastruktur vorhanden ist. Der Abschnitt in Gamprin, der umgebaut werden soll, befindet sich auf dem Gebiet «Ober Atzig - Broggmeder» und wird gemäss Schätzung mit 785 000 Franken zu Buche schlagen. Das Land Liechtenstein sowie das Agglomerationsprogramm Werdenberg-Liechtenstein werden sich an diesen Kosten jedoch mit 50 beziehungsweise 30 Prozent beteiligen. Der Gemeinderat Gamprin hat in seiner Sitzung am 21. Oktober einstimmig beschlossen, das Projekt zu bewilligen und den restlichen Betrag ins Budget 2021 aufzunehmen. (ag/pd)

Erwachsenenbildung Eintöpfe und Suppen: Die ganze Welt aus einem Topf

TRIESEN Die Teilnehmenden lernen den Reichtum der Aromen unterschiedlichster Eintöpfe und Suppen kennen. Durch die Verwendung von verschiedensten Kräutern und Gewürzen in Verbindung mit frischem Gemüse und vielerlei Getreidearten sind der Vielfalt keine Grenzen gesetzt. Die kulinarische Reise führt durch verschiedene, herrlich duftende Eintopfgerichte und Suppentöpfe. Der Kurs 9A21 unter der Leitung von Werner Vögel findet am Freitag, den 30. Oktober, um 18 Uhr in der PS Triesen statt. Anmeldung und Auskunft: Erwachsenenbildung Stein Egerta, Telefon +423 232 48 22, E-Mail: info@steinegerta.li (pr)



Netzwerk-Vorstand Engagiert für die Menschen

Prävention und Gesundheitsförderung stehen beim Netzwerk, Verein für Gesundheitsförderung, seit fast 30 Jahren im Mittelpunkt. Der amtierende Vorstand – Sonja Hersche, Christof Becker (Präsident) und Roswitha Vogt (von links) – hofft, dass das neue Angebot «helpchat» rege genutzt wird. (Foto: ZVG)

Bortolotti Hug: «Unser «helpchat» bietet Beratung in Kurzform an»

Interview Um die Menschen bestmöglichst zu unterstützen, bietet die Organisation Netzwerk, Verein für Gesundheitsförderung, mit «helpchat» eine neue, professionelle Beratung an. Geschäftsleiterin Monica Bortolotti Hug erklärt die Hintergründe.

VON SILVIA BÖHLER

«Volksblatt»: Frau Bortolotti Hug, wann spricht man eigentlich von einer psychischen Gesundheit?

Monica Bortolotti Hug: Psychische Gesundheit basiert auf verschiedenen «Säulen». Dazu gehören ein tragfähiges soziales Umfeld, wertschätzende persönliche Beziehungen, ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Leistung und Erholung, der positive Umgang mit Stress und Belastung, eine gesunde Lebensweise mit Bewegung und der richtigen Ernährung sowie Erfolgserlebnisse und Anerkennung bei Beruf und Arbeit. Wenn dieses Fundament aus dem Lot gerät, kann die psychische Gesundheit gefährdet sein und es empfiehlt sich, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Themen wie Alkohol, Drogen und Gewalt scheinen immer präsenter – besonders auch bei Jugendlichen. Wie ist Ihre Einschätzung, haben die Probleme in diesen Bereichen zugenommen?

Nach unserer Beobachtung nehmen die Probleme deutlich zu. In den Medien wurden in den letzten Monaten von Vorfällen berichtet, die es in dieser Form so vorher nicht gegeben hat. Auch zeigt sich, dass die Nachfrage nach therapeutischer Unterstützung im Kinder- und Jugendbereich, z. B. bei Psychologen oder Psychiatern, deutlich zugenommen hat.

Welche Gründe gibt es Ihrer Meinung nach dafür?

Der Druck auf den Einzelnen nimmt zu. Wir erleben mehr Herausforderungen und Verunsicherungen, wie zum Beispiel aktuell die Coronakrise und das gesamte Spektrum des Klimawandels. Hinzu kommen persönliche Herausforderungen, die gemeistert werden müssen.

Wie beeinflussen Alkohol und Drogen die psychische Gesundheit – oder auch umgekehrt, wie beeinflusst die psychische Gesundheit den Konsum von Drogen und Alkohol?

Beides hängt miteinander zusammen und beeinflusst sich gegenseitig. Psychische Labilität macht anfällig für die Bereitschaft, Drogen oder Suchtmittel zu konsumieren. Und umgekehrt führt der Drogenkonsum zur Schwächung der Selbstkompetenz. Es ist wie eine Abwärtsspirale.

Welche Rolle spielt unsere Gesellschaft, geprägt vom Leistungsdenken und notorischem Zeitmangel?



Monica Bortolotti Hug ist seit fast einem Jahr Geschäftsleiterin von Netzwerk, Verein für Gesundheitsförderung. (Foto: ZVG)

Ja, die gesellschaftlichen Entwicklungen können zweifellos dazu beitragen, dass Menschen zunehmend in psychische Krisen geraten. Es ist eine Kombination von eigenen Persönlichkeitsfaktoren wie die Vulnerabilität oder frühere Lebensereignisse in Verbindung mit aktuellen sozialen, beruflichen oder stressbedingten Belastungssituationen, die zu psychischen Problemen führen.

Wie sieht es mit der psychischen Gesundheitsversorgung im Land aus. Gibt es hier ausreichend Unterstützung – insbesondere auch für Jugendliche?

Kürzlich wurde vom Jugendrat in Liechtenstein anlässlich der 5. Jugendsession zum Thema Drogenpolitik bemängelt, dass das Angebot in Liechtenstein noch ausbaufähig ist. Wir sehen den Bedarf einer niederschweligen Beratungsstelle, nicht nur für junge Menschen. Im Therapiebereich besteht ein Angebot an qualifizierten Psychologinnen und Psychologen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

Ist die psychische Gesundheit nach wie vor ein Tabuthema, über das man nicht gerne spricht?

Wir stellen über die letzten Jahre eine Tendenz fest, dass über psychische Probleme zunehmend offener kommuniziert wird und Hilfsangebote aktiver in Anspruch genom-

men werden. Ein Burn-out oder eine Depression zu haben, wird heute nicht mehr so tabuisiert wie früher. Das Bewusstsein dafür, wie wichtig es ist, psychische Erkrankungen professionell zu behandeln, und dass dies mit Erfolg möglich ist, nimmt zu. Aber es gilt, weiterhin Aufklärungsarbeit zu leisten.

Ihr Verein hat nun ein neues Hilfsangebot ins Leben gerufen. Wie ist es dazu gekommen?

Zuerst war eine Professionalisierung des in der Vergangenheit angebotenen «helpmail» geplant. Dies wurde dann aber aus Gründen der Datensicherheit verunmöglicht und so wurde daraus «helpchat».

Welche Menschen wollen Sie mit «helpchat» ansprechen?

Grundsätzlich kann sich jeder Mensch auf www.helpchat.li melden. In erster Linie werden sich sicher Menschen, die häufig E-Medien nutzen, melden. Das Angebot ist absolut anonym und kostenlos.

Die Sorgen, Probleme und Herausforderungen sind sehr individuell. Wie wird den Menschen geholfen? «Helpchat» bietet eine Erstberatung und keine Therapie. Jemand holt sich Rat für ein Problem und bekommt durch eine unserer drei Psychologinnen eine professionelle Beratung in Kurzform.

Wie schnell erhalten die Menschen Antwort von einer Psychologin?

In der Regel innert 24 Stunden, an Wochenenden kann es allerdings auch etwas länger dauern.

Wann ist ein Chat oder ein Gespräch nicht mehr ausreichend und vielleicht eine Therapie ratsam?

Die Beratung ersetzt keine Therapie. Aber vielleicht hilft der Austausch via Chat, neue Inputs zu bekommen, wie ein Problem gelöst werden könnte oder welche Hilfsangebote es gibt.

Ihr Verein ist bereits seit 1996 tätig. Können Sie kurz erklären, welchen Fokus der Verein setzt?

Wir sind in den Bereichen Sucht-, Gewalt- und Suizidprävention tätig. Wir haben ein Angebot für Schulen und seit Kurzem eben «helpchat». Wir bauen unsere Wirkungsfelder laufend aus. Dabei legen wir Wert darauf, Vernetzungen und Synergien zu schaffen.

ANZEIGE

help chat

www.helpchat.li ist ein Angebot des Vereins Netzwerk Liechtenstein