

Standpunkte

EvB-Parcours in Luzern



Thomas Scherrer
Regionalgruppe Zentralschweiz
Erklärung von Bern

In zwei Wochen jährt sich zum 30. Mal die Ermordung des salvadorianischen Erzbischofs Oscar Romero. Die damalige Regierung liess ihn erschliessen, weil er sich für soziale und politische Rechte der armen Bevölkerung einsetzte. Diesem Anlass widmet das RomeroHaus zusammen mit andern Organisationen eine Reihe von Veranstaltungen, die verschiedene Aspekte der heutigen Situation in einigen lateinamerikanischen Ländern beleuchten. Auch die Erklärung von Bern EvB setzt sich auf verschiedenen Ebenen für Themen wie gesicherte Lebensgrundlagen

für alle, menschliche Arbeitsbedingungen, politische Mitsprache usw. ein. Darum engagiert sich die Regionalgruppe Zentralschweiz der EvB ebenfalls für das Projekt RomeroTage. Unsere Gruppe hat zu diesem Zweck einen Stadtparcours organisiert unter dem Motto «Wer findet die Wölfe im Schafspelz?». Seit dem 6. März und bis Ende Monat können Sie sich auf einem kleinen Rundgang informieren über die Gedankenwelt von Bischof Romero, über die Clean Clothes Campaign der EvB, über die Arbeitsbedingungen in Teilen des heutigen Lateinamerikas sowie in frühindustrieller Zeit in der Schweiz. In einem Wettbewerb machen Sie sich Gedanken zu diesen Themenblöcken, beantworten Fragen, stellen eigene Überlegungen an und können einen attraktiven Preis aus fairem Handel gewinnen. Die Unterlagen dazu gibt es im RomeroHaus oder unter www.romerohaus.ch/romerotage. Falls Sie sich eingehender mit den Themen der EvB – nicht nur im Hinblick auf Lateinamerika, sondern weltweit – auseinandersetzen oder sogar aktiv werden möchten, dann sind Sie in der Regionalgruppe Zentralschweiz herzlich willkommen! Setzen Sie sich mit uns in Verbindung unter folgender Adresse: regru.zentralschweiz@evb.ch.

Thomas Scherrer

Sucht im Alter



Jürg Lauber, Pro Senectute Kanton Luzern.
Leiter Kommunikation/Tagungsleiter
Fachtagung «Sucht»

Alkohol- und Medikamentenmissbrauch sowie -abhängigkeit werden in unserer Gesellschaft kaum thematisiert, obwohl die Auswirkungen meist gravierend sind und hohe Gesundheitskosten verursachen. In der Schweiz trinken beispielsweise rund 73 000 Menschen über 65 regelmässig zu viel Alkohol, und der Schmerz-, Schlaf- und Beruhigungsmittelkonsum steigt bei älteren Menschen steil an. Die Abhängigkeit von Medikamenten ist auch im Alter vorwiegend eine Erkrankung der Frauen, während Alkoholsucht bei Männern häufiger ist. Worin liegen die Ursachen von Sucht-

krankheiten im Alter? Wie steht es um die Behandlungsmöglichkeiten der Betroffenen? Können Vorsorgemassnahmen und Entzugstherapien auch im Alter erfolgreich sein? Ist der kontrollierte Suchtmittelkonsum, d.h. die Abkehr vom Abstinenzprinzip, der richtige Therapieansatz? Haben ältere Abhängige gute Chancen, ihre Sucht zu überwinden? Diese und weitere Fragen werden an einer Tagung aus verschiedenen Perspektiven beleuchtet und mit Fachleuten, Betroffenen sowie mit allen am Thema Interessierten diskutiert. Die Veranstaltung soll aktuelle Tendenzen und Erkenntnisse aufzeigen, Orientierungshilfen bieten und einen Beitrag leisten zur Steigerung der Behandlungsmöglichkeiten suchtkrankter älterer Menschen. Es referieren Richard Müller, Präventionsfachmann und Autor, Gerontopsychiater Dr. Thomas Schumann sowie Katharina Hubacher, Stellenleiterin des Sozialberatungszentrums Sursee, und Helmut Bachmaier, Präsident der Tertianum-Stiftung. Das Podiumsgespräch leitet die Journalistin Andrea Willimann Misticoni. Der Anlass findet am 25. März von 13.30 bis 17 Uhr im Seminarhotel Sempachersee in Nottwil statt; Tagungskosten Fr. 50.– pro Person. Anmeldung bei Pro Senectute Kanton Luzern, 041 226 11 88.

Jürg Lauber

Otto Normalverbraucher

Ein Herz für Hunde

Spätestens seit den Bonuszahlungen der Banken, die selbst in Krisenzeiten ungebrochen üppig ausfallen, weiss man, dass gute Kaderleute nur mit besonderen finanziellen Anreizen gehalten werden können. Nun hat die «Sonntagszeitung» enthüllt, dass es nicht immer fünfstelligen Beträge braucht, um die Leute bei der Stange zu halten. Ein simples Generalabonnement für Hunde – Kostenpunkt: 650 Franken – tuts auch. Dies zumindest sieht das Neureglement der Lohnnebenleistungen der SBB vor. Nicht nur die Familien von CEO Andreas Meyer sowie zehn weiteren Top-Managern fahren nun gratis Zug, sondern auch Waldi. Begründet wird dies damit, dass Hunde «auch zur Familie gehören». Auf Anhieb erschien mir das ein sympathischer Zug. Beim Weiterlesen blieb mir allerdings der Sonntagszopf im Hals stecken. Da stand, dass einfache SBB-Angestellte lediglich Anspruch auf einen GA-Rabatt für Familienmitglieder haben und der Antrag auf eine Vergünstigung für ein Hunde-GA abgelehnt wurde, dass diese «nicht zur Familie gehören». Wie bitte? Da darf die SBB-Spitze samt Kind, Kegel und Hund gratis fahren, während den Büzern grade mal ein Rabatt aufs Familien-GA gewährt wird. Hunde ausgeschlossen. Offenbar sind die Kaderleute der gleichen Meinung. Bereits am Montag liessen sie ausrichten, dass sie aufs Hunde-GA verzichten, damit man sie nicht in die Abzocker-Ecke stellt. Wäre ja gut möglich bei dieser enormen Summe.

Ratgeber Gesundheit

Die Frage

Was kann ich naturheilkundlich gegen Heuschnupfen tun?

Der Winter ist noch gar nicht richtig vorbei, und schon fliegen die ersten Pollen: So verursachen Hasel und Erle bereits jetzt die ersten Niesattacken. Bald kommt nun der Frühling richtig in Fahrt – und sorgt für gerötete Augen, laufende Nasen und brennende und kratzende Häuse. Was also tun? Am besten jetzt schon täglich dreimal eine Tasse Holunderblütentee trinken. Und das während der gesamten Heuschnupfenzeit. Den Holunderblütentee darf man nicht unterschätzen. Er kann nämlich etwas, das eigentlich nur Ihre Therapeutin kann. Denn bei Heuschnupfen ist es nach chinesischer Medizin wichtig, das Qi zu tonisieren, also die Grund- und Abwehrenergie zu stärken. Das Problem dabei: Wird das Qi tonisiert, schliesst sich automatisch die Oberfläche, damit nichts in den

Körper eindringen und eine Krankheit auslösen kann. Das bedeutet zugleich: Das, was schon im Körper drin ist und die Symptome verursacht, kann nicht raus – und erzeugt so weiteren Ärger. Nun, der Holunderblütentee kann beides: Er tonisiert das Qi, und gleichzeitig öffnet er die Oberfläche. So stärken Sie Ihre Energie und Ihr Immunsystem, und das, was Ihre Heuschnupfen-Symptome verursacht, kann trotzdem entweichen. So lässt sich der Heuschnupfen recht gut lindern. Vom Heuschnupfen kurieren kann Sie die Naturheilkunde nur während der Zeit, in der Sie keine Symptome haben. Denn erst dann, wenn nichts Heuschnupfen-Auslösendes in Ihrem Körper ist, können Sie an der Ursache arbeiten und Ihr Qi richtig gut tonisieren. Konkret: Starten Sie Ihre Therapie im Herbst, das baut Ihre Energie und Ihr Immunsystem am besten auf, wenn es um Heuschnupfen geht. Sie werden sehen: Der nächste Heuschnupfen wird schon weniger stark ausfallen. Der übernächste noch weniger stark. Und was jetzt, wenn die Pollen fliegen? Ihre Therapeutin wird Ihnen mit Hilfe von Akupunktur, Diä-

etik, Phytotherapie oder Shiatsu die Symptome reduzieren, also die hitzige pathogene Situation wie beispielsweise die roten, juckenden Augen kühlen. Und Sie trinken täglich Holunderblütentee, morgens, mittags und abends eine Tasse. Beim Apotheker holen Sie sich dazu Sambucus nigra flos getrocknet. Für eine Tasse Tee übergiessen Sie einen Teelöffel davon mit heissem Wasser, lassen den Tee zugedeckt sieben Minuten ziehen. Absieben und, wenn Sie mögen, etwas Honig dazu.



Zur Person:

Peter von Blarer leitet mit seiner Frau Ulrike von Blarer Zalokar die HPS Klinik für Naturheilkunde und die Heilpraktikerschule Luzern. www.heilpraktikerschule.ch www.hpsklinik.ch

Preisrätsel

Machen Sie mit

Gehören auch Sie zu den Gewinnern des Preisrätsels! Greifen Sie zur Feder und lösen Sie das nebenstehende Rätsel. Senden Sie uns das richtige Lösungswort auf einer Postkarte bis 12. März 2010 zu. Zu gewinnen gibt es einen **Gutschein für zwei Personen für ein Fondue Chinoise à discretion** im Seehotel Hergiswil im Wert von 78 Franken. Machen Sie mit und senden Sie eine Postkarte an folgende Adresse (Absender nicht vergessen):

«Anzeiger Luzern»
Preisrätsel
Reussgasse 9
Postfach
6002 Luzern

Neu: Miträtseln per SMS

Senden Sie uns das Lösungswort des Rätsels mit dem Keyword LW PR gefolgt von einem Abstand und dem Lösungswort (z. B. LW PR ESKIMO) an die Nummer 9229 (Fr. 0.90/SMS). Viel Glück.

Das richtige Lösungswort des letzten Preisrätsels lautet **DINOSAURIER**.

Folgender Rätselfreund hat einen Gutschein für zwei Personen für ein Fondue Chinoise à discretion im Seehotel Hergiswil im Wert von 78 Franken gewonnen: **Manuela Meier, Nebikon**

Obst- kern	Fuß- stoß	strom- erzeugender Fisch	8	Fremd- wortteil: gegen	europä- ische Halb- insel	Strom durch Ost- europa	Fondue Chinoise à discretion inkl. GRATIS-EINTRITT ins Dancing SPACE im Pilatuskeller oder ins Badecenter PALM PARK Täglich Seehotel Pilatus HERGISWIL Reservierungen unter Telefon 041 632 30 30 info@pilatushotel.ch www.pilatushotel.ch Chinoise + Tanzen: CHF 39.00 pro Person Chinoise + Baden: CHF 39.00 pro Person Chinoise + Baden + Tanzen + Schlummern im Doppelzimmer mit Frühstücks-Buffet: CHF 128.00 pro Person SPACE – Das Dancing mit Live-Bands im Pilatuskeller Hergiswil. Jeder Abend mit Spezialprogramm; Dienstag bis Sonntag, ab 20.30 Uhr.	polar	Auto- bahn- gasthaus	Pistolen (Gau- nersprache)	kleinstes Teichen	Unter- grund vieler Strände	Gegner Luthers † 1543
lang- same Gangart	Amts- bezeich- nung	deutsche TV- Anstalt (Abb.)	kurz für: in dem	Vorname der Derek	1	Wind- bluse mit Kapuze	engl. Männer- kurz- name	2	Kurzmit- teilung (Kw.)	Stadt in Böhmen (Cheb)	Neben- fluss der Aller		
italie- nisch: drei	griechi- sche Sieges- göttin	nicht ge- braucht	griechi- sche Sieges- göttin	beste Schul- note	3	jemandem Achtung erweisen	Leit- gedanke	3	schertz- haft: US- Soldat	4	US- Militär- sender (Abb.)		
Fenster- vorhang	polni- sche Münz- einheit	jorda- nische Königin	poetisch: scheu	Moment	7	auf- schlie- ßen, auf- machen	norwe- gische Münz- einheit	4	Auflösung des letzten Rätsels				
über- backene Speise	afrika- nisches Rund- dorf	oberster Punkt am Him- mel	span., italie- nisch: eins	Fuhr- unter- nehmen	5	hervor- ragend	Meeres- bucht	Vorname v. TV- Mo- derator Pflaume	italie- nische Tonsilbe	6	W-135		
indische Göttin, Gattin d. Rama	Tür- ein- fassung	span., italie- nisch: eins	Fuhr- unter- nehmen	1	2	3	4	5	6	7	8		

ABNEHMER
RHÄGER
HAREMB
V G K A P
ROSEN O E L
T A E R
HEIN N B
I L L I Z A
P F L U E G E N B Z A
T E E W I N D R O E S C H E N
L K A N T R A R L A G E

DINOSAURIER

W E N E R G I E
C I A L M
H E A U T O
S T A R T E R
L E E N U I
L K O R E A
G N O M E R L