

## PERSÖNLICH

## Herzliche Glückwünsche unseren Jubilaren

Wir gratulieren recht herzlich zum Geburtstag und wünschen weiterhin alles Gute und Gottes Segen.

## Heute Dienstag

Emil ESTERMANN, Zöllnersteig 6, Mauren, zum 86. Geburtstag

Alfred GSTÖHL, Kappelstrasse 14, Eschen, zum 85. Geburtstag

Viktoria FROMMELT, Landstrasse 150, Triesen, zum 84. Geburtstag

## ARZT IM DIENST

Notfallnummer Liechtenstein 230 30 30

## Interreligiöser Stammtisch

**VADUZ** – Der ökumenische und interreligiöse Stammtisch trifft sich wieder morgen Mittwoch, den 10. März, im «New Castle Inn» in Vaduz. Angehörige aller Religionen und Weltanschauungen sind willkommen. Beginn ist um 19 Uhr. (pd)

## Verbleibende Zeit ist verkürzt

**ARBON** – Unter diesem biblischen Motto werden Jehovas Zeugen am kommenden Wochenende an einer eintägigen Veranstaltung in Arbon teilnehmen. Es wird anhand der Bibel besprochen, wie wir trotz heutiger Herausforderungen wie Wirtschaftskrise oder Klimawandel positiv in die Zukunft blicken können. Interessierte Personen sind herzlich willkommen. (pd)

## HAUS GUTENBERG

## «BubenPowerTag»



**BALZERS** – Pubertät ist ja bekanntlich die Zeit, in welcher die Eltern beginnen, schwierig zu werden: «Sehr schwierig», mögen sich wohl manche Buben sagen. Doch mindestens ebenso schwierig für Buben ist das eigene Mann-Werden. Am Samstag, den 27. März, von 10.15 bis 17.15 Uhr wird wieder in Zusammenarbeit mit der «Fachstelle für Sexualfragen» im Haus Gutenberg in Balzers der bewährte «BubenPowerTag» angeboten. Dieser Tag nur für Buben dauert einen Tag und richtet sich an Jungs der 1. und 2. Klasse von weiterführenden Schulen. Beim «BubenPowerTag» können 12 bis 13-jährige Buben diskutieren sowie sich spielerisch und kreativ mit Themen rund ums Erwachsenwerden beschäftigen. Wie verändern sich meine Gefühle und mein Körper in der Pubertät? Wo sind meine Stärken? Wie kann ich cool sein und trotzdem ich selber bleiben? Welche Fragen stelle ich mir rund um die Themen Freundschaft, erste Liebe, Sexualität und Verhütung? Dies sind Fragen, die zusammen mit dem Sexualpädagogen Stefan Vogt-Schweizer (Foto) auf spielerische und erlebnisreiche Art aufgenommen werden.

## Infos und Anmeldungen

Weitere Informationen und Anmeldung: Haus Gutenberg, Telefonnummer 388 11 33 oder per E-Mail an [gutenberg@haus-gutenberg.li](mailto:gutenberg@haus-gutenberg.li). (pd)

## Radeln für guten Zweck

Liechtensteiner «quält» sich für Strassenkinderprojekte von «Word Vision»

**MAUREN** – Rainer Kiworra wird beim «Race across America» 5000 Kilometer und 30 000 Höhenmeter zurücklegen müssen. Der Maurer macht das für einen guten Zweck.

• Hubert Hasler

Bereits zum zweiten Mal steht der Extremsportler am Start des härtesten Rennens der Welt. Im Jahre 2008 noch im Zweierteam als Dritter klassiert, nimmt er die Strecke in diesem Jahr alleine unter die Räder. Und das für einen guten Zweck: Zusammen mit dem Maurer Verein «Ride to help» und der bekannten Hilfsorganisation «World Vision» versucht er Spenden für Strassenkinder zu sammeln. Dabei können Kilometer zu je 20 Franken gekauft werden. «Wir streben natürlich an, das Optimum herauszuholen und jeden Kilometer zu verkaufen», sagt Peter Rutz, Präsident von «Ride for help». Das wären rund 100 000 Franken.

Rainer Kiworra möchte dieses Jahr am «Race across America» (RAAM) unbedingt ein Wörtchen um den Sieg mitreden. «Ich strebe eine Zeit unter zehn Tagen an», sagt der Maurer Extremsportler. Dabei versucht er, mit täglich zwei Stunden Schlaf auszukommen und setzt auf flüssige Ernährung. Wichtig wird sein, dass er das Rennen nicht zu schnell angeht. «Das haben schon viele versucht und mussten dafür büssen.» Er strebt für die Zeit auf dem Velo ein Durchschnittstempo zwischen 27 und 28 Kilometer pro Stunde an. Das Rennen als Solofahrer zu bestreiten ist sein Lebensraum. «Deshalb dachte ich mir, wenn ich meine Träume ver-



Freddy Kaiser, Peter Rutz, und Extremsportler Rainer Kiworra informieren über das Projekt.

wirklichen kann, sollen auch andere davon profitieren können», sagt Kiworra. Als Familienvater dachte er sogleich an Kinder.

## Hilfe für Kinder

Um das ganze Projekt auf eine rechtlich solide Basis zu stellen, wurde der Verein «Ride for help» in Mauren gegründet. «Das Budget für das Team beträgt im Maximum 50 000 Franken und wird gedeckt von Sponsoren», sagt Kiworra. Somit kommt die gesamte Spendensumme des Projekts «Help! Hilfe für vergessene Kinder» der Hilfsorganisation «World Vision» zugute. Als Pate stellt sich der Skifahrer Marco Büchel zur Verfügung. Auch seitens der Gemeinde Mauren wird der Extremsportler finanziell unterstützt. «Der Sportler erhält von der Gemeinde Mauren einen gewis-

sen Beitrag an die Kosten erstattet», sagt der Maurer Gemeindevorsteher Freddy Kaiser. Zusätzlich kauft die

Gemeinde die ersten 100 Kilometer, die der Extremsportler zurücklegen wird, für 2000 Franken.

## SPENDEN LEICHT GEMACHT

Um das Projekt von «Ride for help» und «World Vision» zu unterstützen, kann via SMS und Internet gespendet werden.

• Man sende ein SMS an die Nummer 339 mit der Nachricht RIDE und fügen den Spendenbetrag an. Beispiel: Für 20 Kilometer für jeweils 20 Franken

Ride400 an die Nummer 339 senden. Anschliessend erhalten Spender ein SMS. Bestätigt man dies, wird die Spende der Handyrechnung belastet.

• Auch unter [www.rideforhelp.li](http://www.rideforhelp.li) kann gespendet werden. Sie erhalten dann einen Einzahlungsschein. (huha)

ANZEIGE

## Baumschnitt

Fallsgass 18, 9493 Mauren  
Tel. 00423 373 21 67

**MÜKO**  
GARTENGESTALTUNG

## Menschen in Liechtenstein

## Mit dem Rennrad in die Apotheke

**Von Job und Haushaltsstress erholt sich Katharina Gassner-Frick am Rheindamm – jedoch gemütlich darf man sich das nicht vorstellen.**

• Mia Frick

Die zweifache Mutter Katharina Gassner-Frick arbeitet Teilzeit als Bürofachfrau in der Postapotheke. «Ich habe vor zwei Monaten hier

her gewechselt, um am Nachmittag Zeit für meine Ausbildung als Genius und Coach zu haben.» Ziel der Ausbildung ist es, Kindern mit Lernschwächen wie Legasthenie zu helfen.

«Das hat sich einfach so ergeben, da ich die Lernprobleme von Kindern gesehen habe. Zuerst habe ich den Genius gemacht, aber schnell gemerkt, dass manche Probleme, die Kinder am Lernen hin-

dern, auch mit anderen Faktoren zusammenhängen». Mobbing und Ausgrenzung zum Beispiel. Daher lässt sich Katharina Gassner-Frick auch als Coach ausbilden, um gezielt auf Schulstress und Ängste eingehen zu können.

## Ausgleich in der Natur

Den Kopf wieder frei von Arbeit und Haushalt bekommt Katharina Gassner-Frick an der frischen Luft. Fahrten auf ihrem Rennrad bis nach Bregenz liegen da schon manchmal drin. «Ich fahre überall Rad, wo kein Verkehr ist. Der Rheindamm ist wirklich meine Strecke», meint die fitte Eschnerin. «Ich brauche das einfach zum Ausgleich zu Kinder, Job und Ausbildung».

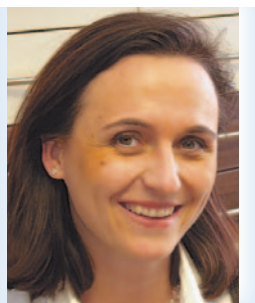
Doch auch für ruhigere Aktivitäten kann sie sich durchaus begeistern. «Ich fotografiere auch gerne», gesteht sie lächelnd. Am liebsten Motive in der Natur. «Fotografieren ist toll, um sich die Welt einmal genauer ansehen zu können», befindet sie. Aber nicht

nur Pflanzen und Tiere kommen ihr vor die Linse.

Auch Menschenmengen fotografiert sie gerne. «Es ist ein schönes Hobby», meint sie und gesteht, manchmal selbst überrascht und stolz zu sein über einen ihrer «Schnappschüsse», wie sie ihre Bilder bezeichnet.

## ZUR PERSON

**Name:** Katharina Gassner-Frick  
**Geburtsdag:** 07.12.1969  
**Beruf:** Bürofachfrau  
**Familie:** Verwitwet, Söhne Robin und Louis  
**Da bin ich daheim:** Eschen  
**Hobbys:** Natur, Rennrad, Fotografie  
**Darauf stehe ich:** Zeit in guter Gesellschaft zu verbringen  
**Ist nicht mein Ding:** Machtkämpfe  
**Am FL schätze ich:** Die familiäre Atmosphäre und Kleinheit



Katharina Gassner-Frick aus Eschen.