

# LKW unterstützen KIT mit 20 000 und Gehörlosen-Kulturverein mit 15 000 Franken

**Spendenübergabe** Die Liechtensteinischen Kraftwerke (LKW) unterstützen jedes Jahr ausgewählte soziale oder karitative Institutionen in Liechtenstein, die sich um schwächere oder hilfsbedürftige Menschen in Liechtenstein kümmern. Dieses Jahr unterstützen die LKW das Kriseninterventionsteam (KIT) mit einer Spende von 20 000 Franken und den Gehörlosen-Kulturverein Liechtenstein mit einem Betrag von 15 000 Franken.

Das KIT hilft Menschen, die extremen Belastungen ausgesetzt sind. Dazu gehören Beteiligte, nahe Bezugspersonen oder Zeugen, die mit einer für sie aussergewöhnlichen Unglückssituation oder dem (drohenden) Verlust eines Menschen konfrontiert werden. Das Team aus Fachkräften im Bereich der Psychologie und Psychiatrie, Medizin, Sozialarbeit und Pädagogik unterstützt und begleitet betroffene Menschen in den ersten schwierigen Stunden nach einem Unglücksereignis jeweils vor Ort und leistet mit professionellem Einsatz die notwendige «Erste Hilfe für die Seele». Der Gehörlosen-Kulturverein Liechtenstein sensibilisiert die Öffentlichkeit zum Thema Gehörlosigkeit und Gebärdensprache. Der Verein macht darauf aufmerksam, was es in der heutigen Gesellschaft bedeutet, nicht hören



Das Foto zeigt von links: LKW-Verwaltungsratspräsident Philipp Elkuch, Heidi Öhri (Präsidentin des Gehörlosen-Kulturvereins Liechtensteins), KIT-Geschäftsführerin Vanessa Schaffhauser und Gerald Marxer, Vorsitzender der LKW-Geschäftsleitung. (Foto: ZVG/LKW)

zu können und zeigt auf, wie man mit einfachen Grundregeln mit Gehörlosen kommunizieren kann. Mit Erwachsenenbildung für Gehörlose wird die Gebärdensprachgemeinschaft in ihrer Identität gestärkt und Wissenslücken gefüllt.

LKW-Verwaltungsratspräsident Philipp Elkuch freut sich, die ausgewählten Organisationen finanziell unterstützen zu dürfen: «Dieses Jahr hat besonders aufgezeigt, wie wichtig soziales Engagement in einer Gesellschaft ist. Das KIT und der Gehörlosen-Kulturverein setzen sich unermüdlich für Menschen in Notsituationen und für Menschen mit Beeinträchtigungen ein. Es freut uns, auch in diesem Jahr das soziale Engagement und den Einsatz von zwei liechtensteinischen Institutionen mit einem finanziellen Beitrag zu würdigen.» (pr)

## Herbert Ospelt Anstalt

### Auszeichnung für Nachhaltigkeit

**BENDERN** Der Bereich Tiernahrung der Herbert Ospelt Anstalt wurde von der Rating-Agentur EcoVadis mit einer Silbermedaille für nachhaltiges Wirtschaften ausgezeichnet. Die Bewertung erfolgte nach europaweit geltenden Corporate Social Responsibility Standards. Nachhaltiges Handeln und Wirtschaften gehört zu den Leitlinien der Geschäftspolitik der Ospelt Gruppe mit Hauptsitz in Bendern. Die Prinzipien des täglichen Handelns des Liechtensteiner Familienunternehmens lauten Offenheit, Klarheit, Courage, Sorgfalt und Verantwortung. Daraus resultierend sind klare Nachhaltigkeitsziele definiert und diese werden durch eine Vielzahl an Massnahmen konsequent angestrebt. Bereits heute produzieren Malbuner in Bendern und die Sandwich-Produktion in Geroldswil CO<sub>2</sub>-neutral. Auch die Auszeichnung in Sachen Lohngleichheit am Standort Bendern zeugt von dieser Haltung. Die Bestrebungen der Ospelt Gruppe in Sachen Nachhaltigkeit wurden in den vergangenen Monaten in einem Film dokumentiert. Dieser Film vermittelt die Grundhaltung des Unternehmens zum Thema und soll sowohl intern als auch gegenüber Partnern, Kunden und Besuchern eingesetzt werden. Im Rahmen von umfassenden Audits hat sich die Rating-Agentur EcoVadis mit der Herbert Ospelt Anstalt intensiv auseinandergesetzt. Dabei geht es um ökologische, soziale und ethi-



Auszeichnung csr. (Foto: ZVG)

sche Leistungen, die genau unter die Lupe genommen werden. Die anerkannte Rating-Agentur EcoVadis arbeitet mit unzähligen Unternehmen zusammen, um eine universelle Scorecard, Benchmarks und Instrumente zur Leistungsverbesserung im Bereich der Nachhaltigkeit zu erhalten. Verwaltungsratspräsident Alexander Ospelt, der in der Unternehmensgruppe Ospelt als Treiber für Nachhaltigkeit steht, nimmt die Auszeichnung von EcoVadis mit Genugtuung entgegen. «In Sachen Nachhaltigkeit sind wir nicht am Ziel, aber wir sind auf sehr gutem Weg», betont er in diesem Zusammenhang und bekräftigt, dass die Auszeichnung allen Mitarbeitenden gelte, die täglich dabei helfen, die Unternehmens- und damit die Nachhaltigkeitsziele zu erreichen. (pr)

## Erwachsenenbildung Deutsch Grammatik und Konversation B1

**ONLINEKURS** Die Teilnehmenden festigen bekannte Strukturen, entde-

cken neue grammatische Regeln und erweitern ihren Wortschatz. Gemeinsame Lektüre fördert die Freude am Lesen, unterhaltsame Quizfragen helfen beim Wiederholen. Onlinekurs IOA11 beginnt am 15. Januar. Mit Voranmeldung (pr)

## Aus dem Haus der Gesundheit

### Unsere Gefässe unter Druck – Das ist wichtig beim Blutdruckmessen!



www.haus-der-gesundheit.li



(Foto: iStock)

**ESCHEN** Ein unbehandelter, erhöhter Blutdruck, die sogenannte arterielle Hypertonie, führt langfristig zur Schädigung verschiedener Organe wie Herz, Gehirn, Nieren und Augen. Stehen die Blutgefässe permanent unter einem zu hohen Druck, verhalten sich die Gefässe wie ein Fahrradschlauch, der dauerhaft zu viel Luft enthält. Er kann Risse entwickeln, sich ausdehnen und im schlimmsten Fall platzen. Dass ein zu hoher Blutdruck somit behandelt werden muss, ist unumstritten. Nur welcher Blutdruck ist ein «normaler» Blutdruck?

Diese Frage ist nicht ganz einfach zu beantworten, da verschiedene Faktoren den Blutdruck und somit auch die Zielwerte beeinflussen. Dazu gehören persönliche Risikofaktoren, das Alter und die eingenommenen Medikamente. Des Weiteren wird die Messung auch durch die Person beeinflusst, die die Messung durchführt. Der sogenannte «Weisskittel-effekt» beschreibt das Phänomen, dass der Blutdruck bis 10 mmHg hö-

her sein kann, wenn der Arzt den Blutdruck misst im Vergleich zur Messung mit dem gleichen Gerät durch den Patienten selbst. Da man einen hohen Blutdruck häufig nicht spürt und dessen Folgen oft erst langfristig erkennbar sind, ist es nicht immer ganz einfach, frühzeitig einen erhöhten Blutdruck zu erkennen. Nur durch eine regelmässige Blutdruckmessung kann ein erhöhter Blutdruck frühzeitig erkannt und behandelt werden. Die Blutdruckmessung kann selbstständig mit einem geeigneten Gerät zu Hause durchgeführt werden. Um korrekte Werte zu erhalten, sollte Folgendes beachtet werden:

- Aufrecht sitzende Position, Rücken anlehnen, Beine nicht überkreuzen, Füsse flach auf dem Boden
- Die Manschette fest um den unbedeckten Arm legen
- Messung auf Herzhöhe
- Die Manschettengrösse muss entsprechend des Armumfangs gewählt werden

Des Weiteren ist es ratsam, sich beim Kauf eines Blutdruckmessgerätes beraten und sich das Gerät in Ruhe erklären zu lassen. Und wenn die Messung dann durchgeführt wird, empfiehlt es sich, die Werte zu notieren, sodass der Arzt diese kontrollieren und interpretieren kann.

In der Apotheke haben Sie die Möglichkeit, sich Ihren Blutdruck jederzeit durch eine Fachperson kostenlos messen und erklären zu lassen. Des Weiteren bietet die Apotheke hochwertige Geräte an, die Sie vor Ort testen und ausprobieren können. Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich beraten - wir freuen uns auf Sie! (pr)



**Name:**  
Florentina Öhri

Eidg. dipl. Apothekerin

Apotheke am  
St. Martins-Ring

www.apotheke-am-stmartinsring.li

ANZEIGE

Wir wünschen Ihnen einen  
schönen vierten Advent.

www.llb.li

Liechtensteinische  
Landesbank 1861  
Tradition trifft Innovation.