

Luzerner Rundschau



Fritz Erni
«Ab Freitag, 2. September sind die Türen im Château Gütsch geöffnet»
SEITE 6



Judith Matter
Alte Pferde verbringen auf ihrem Gnadenhof den Lebensabend
SEITE 7



Maria L. Keller
«Die Integra AGP ist seit Jahren erfolgreich in der Erwachsenenbildung»
SEITE 17



Hans Küng
Der renommierte Theologe referierte vor Politikern und Unternehmern
SEITE 32

Weiterkommen, Erfolge realisieren
Nachhilfe & Lerntechnik
alle Stufen: Primar/ Sek./ Gymn. div. Fächer z.B. Mathe./ Naturw. zielführend und motiviert Lernen ab August, auch in den Ferien!
Info-Tel. 077 - 469 43 25

DIE WOCHENZEITUNG | Obergrundstrasse 44 | 6002 Luzern | Inserateannahme/Redaktion 041 249 46 46 | info@luzerner-rundschau.ch | www.luzerner-rundschau.ch

Den Opfern eine Stimme geben

LUZERN Nicole Dill setzt sich nach einer lebensbedrohenden Attacke für besseren Opferschutz ein

Wenn in Zürich am 9. September 2011 der Prix Courage vergeben wird, einen Preis, den der Beobachter seit 1997 alljährlich für ausserordentlich mutige Taten verleiht, befindet sich auch die Luzernerin Nicole Dill unter den sieben Nominierten. Die 42-Jährige hat ihre versuchte Ermordung überlebt und setzt sich seither für einen besseren Opferschutz ein.

Jedes Jahr gibt es einen 19. September. Und jeder Monat hat einen 19. Tag im Kalender. Seit vier Jahren kämpft die 42-jährige Luzernerin Nicole Dill an diesen Daten mit Erinnerungen, die ihr Leben für immer verändert haben. 2007 wurde sie von ihrem damaligen Partner vergewaltigt, stundenlang gefoltert. Er fügte ihr mit einer Armbrust lebensgefährliche Verletzungen bei. Dass ihr damaliger Freund ein verurteilter Mörder war, wusste Nicole Dill nicht. Die Polizei, seine Ärzte und Therapeuten verschanzten sich hinter Datenschutz und Amtsge-



Die Luzernerin Nicole Dill hat ein Buch geschrieben und ist für den Prix Courage nominiert.

heimnis. Und obwohl vom Täter eine grosse Rückfallgefahr ausging, fühlte sich keiner «der Mitwisser» verantwortlich, Dill zu warnen.

Nicole Dill wirkt zerbrechlich und trotzdem stark. Sie trägt langes, blondes Haar und hat eine sportliche Figur. Zuerst fallen einem ihre

ausdrucksstarken blauen Augen auf. Klar und bestimmt blicken sie ihr Gegenüber an.
> SEITE 3

Eurobedingte Preisabschläge im Perry Markt

LUZERN Jetzt purzeln die Preise und die Kunden freut's



Auch im Perry Markt gibt es Positives von der Preisfront zu berichten.

Folgende nationale und internationale Marken haben bis jetzt auf die währungsbedingte Preisentwicklung reagiert und die Preissenkungen an Perry Markt Luzern AG weiter gegeben. Selbstverständlich

werden diese Preisvorteile umgehend an alle Perrykundinnen und -kunden weitergegeben. Somit profitieren sie laufend von den Preisabschlägen.

Bei folgenden Marken sind die Preise gesenkt: Zweifel Chips, Nivea Produkte, Chio Chips, Krombacher Biere, Buitoni

Pizza, Findus Fischstäbchen, Coppenrath Biscuits, XL Energy Drink, Astra Fruchtgummi, Nestle Tiermahl, Uncle Bens Reis, De Cecco Teigwaren, Rio Mare Thon und viele mehr. Mit etlichen Lieferanten sind die Verantwortlichen noch in Verhandlung. Man ist beim Perry Markt überzeugt, dass weitere Preissenkungen folgen werden.

Die Woche

Luzerner Museumsnacht LUZERN Am 09. September findet zum 11. Mal die Luzerner Museumsnacht statt. 12 Luzerner Kulturhäuser zeigen Geschichte, Innovation, Virtuosität und Kuriosität. Kunst- und Kulturinteressierte geniessen an diesem Freitagabend ein Spezialprogramm mit Sonderführungen und Konzerten bis um 01.00 Uhr. Die Kunstplattform akku in Emmenbrücke lässt die Besucher dieses Jahr als Gastteilnehmer eine «weisse Nacht» erleben und ermöglicht Malen, Gestalten und Spielen im Kinderatelier. Für Mobilität zwischen den Museen sorgen Schiff, Extrabus und Oldtimershuttle. Neu haben Interessierte auch die Möglichkeit mit den Fahrrädern von nextbike durch Luzern zu fahren. Kleine Köstlichkeiten und Erfrischungen gibt's zum Beispiel im Sommercafé, unter dem Dach des KKL oder im Bourbaki Bistro. Tickets sind erhältlich bei allen teilnehmenden Museen, dem LZ Ticket Corner und dem Tourist Office Luzern. Erwachsene 20.-, Kinder und Jugendliche bis 16 Jahre haben freien Eintritt.



Spar-Tipp der Woche

1/2 Preis

Hakle
Toilettenpapier
Naturals, 3-lagig
24 Rollen
statt Fr. 20.00



Fr. 10.00

Weitere Angebote siehe letzte Seite
www.perry-markt.ch

ANZEIGE

Implantologie & Zahnmedizin - CLINIODENT Dental Clinic Luzern



ZAHNIMPLANTATE

Höchste Qualität: Jetzt in der Schweiz endlich bezahlbar.

Zahnimplantate sind in der modernen Zahnmedizin allgemein anerkannt als die beste Behandlungsmöglichkeit für fehlende Zähne. Zahnimplantate können dauerhaft fehlende Zahnwurzeln ersetzen. Spezialisierte Zahnärzte führen bei CLINIODENT in einem einfachen Eingriff ambulant aus. Moderne Implantat-Systeme und Behandlungsmethoden ermöglichen in den meisten Fällen eine sofortige oder kurzfristige Wiederherstellung der Zahnreihen. Implantate sind im Gegensatz zu Prothesen und Brücken **100% stabil & unbeweglich** und können **ein Leben lang** halten.

CLINIODENT hat es sich zur Aufgabe gemacht, hochwertig Implantatlösungen leistbar zu machen. Durch das eigene **zahntechnische Meister-Labor** kann im CLINIODENT Implantat Zentrum für jede Situation die passende Lösung individuell angefertigt werden.

LÖSUNG 1: PROTHESENFESTIGUNG

Totale Prothesen sind oft nicht fest genug oder unbequem und geben nicht das Gefühl von festem Halt. Zahnimplantate können Ihnen das Gefühl und die Sicherheit von festen Zähnen wiedergeben. CLINIODENT kann mit zwei bis vier Implantaten minimalinvasiv eine feststehende Prothese anfertigen.

LÖSUNG 2: PROTHESE ERSETZEN DURCH FESTE ZÄHNE

Wollen Sie ganz auf Ihre Prothese verzichten, bietet CLINIODENT Ihnen mit dem All-on-4 System eine minimalinvasive Methode Ihre Prothese durch fest verankerte, nicht herausnehmbare Zähne zu ersetzen.

LÖSUNG 3: EINZELNE ZÄHNE ERSETZEN

Nahezu jeder fehlende Zahn kann durch die modernen Verfahren der Implantologie heutzutage patientenfreundlich ersetzt werden.



PREISBEISPIEL:
Implantat ab 999 CHF
Implantat mit Krone
komplett ab 1.999 CHF

GUTSCHEIN ZUM CLINIODENT SOMMER-SPECIAL

GUTSCHEIN FÜR IHRE IMPLANTAT-BERATUNG
Einlösen bei CLINIODENT - Dr. med. dent. Klaus-Uwe Busch & Dr. med. dent. Andrea Busch-Doehr 6004 Luzern, Hertensteinstrasse 51
Vereinbaren Sie einen Termin unter Tel.: 041 420 90 80 oder besuchen Sie uns auf www.cliniodent.ch

Der Gutschein kann nur bei der Implantat-Erstuntersuchung vom 29.08. - 29.09.2011 eingelöst werden, er ist nicht auszahlabar und beinhaltet keine Röntgenaufnahmen.

CLINIODENT
DENTAL CLINIC DR. BUSCH & DR. BUSCH-DOHR

Den Opfern eine Stimme geben | Fortsetzung von Seite 1

Auf die Frage, was ihr Kraft gegeben habe, diese Gräueltat zu überleben, antwortet sie: «Als Marathon Inline Skaterin bin ich es gewohnt, mein Ziel zu erreichen, auch wenn ich dafür an meine Grenzen gehen muss. Als ich damals lebensgefährlich verletzt und stundenlang in meinem Blut lag, hielt mich nur ein Gedanke am Leben: Ich werde nicht sterben, diesen Gefallen tue ich ihm nicht.»

Druck und Drohungen

Nicole Dill ist eine Frau mit Lebenserfahrung, als sie ihren Täter kennenlernt. Anfangs war alles gut. Nach ein paar Monaten fing er an sie zu kontrollieren, ihr nachzuspionieren, wenn sie alleine wegging. Er setzte sie unter Druck, drohte sich umzubringen, falls sie ihn verlassen würde. «Seine Gewalttätigkeit äusserte sich immer verbal, niemals körperlich», erzählt Dill.

Dill suchte Hilfe, bei seinem Hausarzt, bei der Polizei. Niemand klärte sie auf. Bis am 19. September 2007 das Schreckliche geschah. An jenem Abend hatte sie ihm eine E-Mail geschrieben, dass sie sich von ihm trennen wolle. Da rastete er aus. «Mein Albtraum dauerte die ganze Nacht bis zum anderen Morgen. Ich bin damals aus meinem Körper herausgetreten», sagt Dill. Erst am Morgen des 20. Septembers konnte der Mann von der Polizei in Gewahrsam genommen werden. In der U-Haft beging er Selbstmord. Dass der Täter nicht mehr da ist, helfe ihr bei der Rückkehr ins Leben, sagt sie. Das Erlebte hat sie im Buch «Leben! Wie ich ermordet wurde», (Wörterseh Buchverlag) niedergeschrieben.

Last und Befreiung

Gewaltopfer würden sich verschiedener Verarbeitungsmechanismen bedienen, so Dill. Für sie sei der Schritt in die Öffentlichkeit ein enorm wichtiger gewesen, sozusagen ein Befreiungsschlag. «Ich wollte denjenigen Menschen eine Stimme geben, die selber nicht die Kraft haben über das, was ihnen angetan wurde, zu sprechen. Sie habe anfangs geschrieben, wie Forrest Gump im gleichnamigen Film ge-



Nicole Dill

rannt sei. Pausenlos, schonungslos, akribisch. Bis ihr Körper streikte, ihr Grenzen setzte. Sie, die immer vorausplante, musste lernen, ihr Leben Tag für Tag neu anzugehen. «In der Journalistin Franziska K. Müller fand ich eine grossartige Ghostwriterin», erzählt sie. Es sei für sie Last und Befreiung gleichermaßen gewesen, alles niederzuschreiben.

Edelsteine

Bei der Aufarbeitung ihrer Geschichte haben Nicole Dill neben ihrer Familie und den Freunden auch ihr Mann und Sohn geholfen. «Seit zwei Jahren säumen Edelsteine meinen Weg», erzählt sie. «Ich habe einen wundervollen Mann an meiner Seite, der mich unterstützt und vor einem Jahr bin ich Mami geworden.» Ihrem Kind will sie Liebe, Ehrlichkeit und Vertrauen mit auf den Weg geben. Das Geschehen rücke zwar mit der Zeit in den Hintergrund, es bleibe jedoch ein schwieriger Begleiter. «Ich werde jeden Tag meines Lebens damit konfrontiert». Seien es nur schon die Gedanken, oder wenn sie einen Mann sehe, der dem Täter gleiche. Oder wenn sie die gleiche Automarke entdecke, die ihr Peiniger gefahren habe.

Vorwärts schauen

Es liegt jedoch in Nicole Dills Natur, vorwärts zu schauen. «Ich be- wege mich viel an der frischen Luft,

machte diverse Therapien und spreche in der Öffentlichkeit über meine Geschichte. Und mein Ehemann und unser Sohn geben mir viel Kraft. Es gibt sogar wieder Momente, wo ich herzlich lachen kann.» Wenn sie heute, vier Jahre nach ihrer Ermordung, eine leere Leinwand bemalen müsste, würde das Bild farbig sein.

Mit einem schwarzen Fleck in der Mitte. Und sie feiert seit vier Jahren jeweils am 20. September ihren Geburtstag.

Betreuungsangebot und Selbsthilfegruppe

Seit kurzem hilft Nicole Dill mit dem Betreuungsangebot «www.Sprungtuch.ch» anderen Opfern bei der Aufarbeitung ihrer Geschichten. «Mein Angebot versteht sich als Ergänzung zu den bereits bestehenden Opferstellen», erklärt sie. Und sie ist die Initiatorin der ersten Selbsthilfegruppe für Gewaltopfer in Luzern. Gleichzeitig macht sie sich auf der juristischen Ebene stark, um eine Verhaltensänderung für einen besseren Opferschutz herbeizuführen. «Eine Staatshaftungsklage gegen den Kanton Luzern ist momentan hängig», sagt Dill. «Unsere Verwahrungsinitiative greift nicht. Seit ihrer Umsetzung 2007 sind weniger Menschen verwahrt worden, als vorher.» Sie werde niemals verstehen, warum man Tätern Hilfestellungen zukommen lasse, «die Opfer aber sich selber überlässt.»

Geben Sie ihre Stimme für den Prix Courage Nicole Dill www.beobachter.ch oder Telefon Nummer 0901 595 582.

Jeannette Voltz
voltz@luzerner-rundschau.ch

Verlosung

Wir verlosen 3 Exemplare des Buches von Nicole Dill. Schreiben Sie bis am 09. September eine Postkarte mit dem Stichwort «Leben» an die Luzerner Rundschau, Postfach 3339, 6002 Luzern. Bitte Telefonnummer nicht vergessen.

5 Fragen



Christoph Richter, welche Symptome treten direkt nach einem Trauma auf?

Werden wir von solchen Ereignissen betroffen, können unsere psychischen und körperlichen Verarbeitungskräfte versagen. Die akute Überforderung unseres Nervensystems zeigt sich z.B. durch Verlust der Kontrolle über die Emotionen mit Weinkrämpfen, starker Traurigkeit oder Erregung, durch Schlaflosigkeit und Alpträume, durch Apathie und Schmerzen. Man spricht von einer akuten Belastungsreaktion, wobei es sich noch immer um einen normalen Vorgang handelt. Auch heftige körperliche Reaktionen treten auf: Kreislaufprobleme bis hin zum Herzinfarkt oder «man altert» gewissermassen über Nacht. Bei einem guten Verlauf klingen die Symptome innerhalb von zwölf Wochen wieder ab.

Was passiert, wenn die Beschwerden nicht weggehen?

Wenn das Gleichgewicht des Nervensystems tiefer erschüttert wurde, spricht man von einer Posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS). Es besteht eine erhöhte Schreckhaftigkeit, bei der durch sogenannte Triggerreize, (z.B. Geräusche, Bilder von Unfällen) heftige seelische, geistige oder körperliche Reaktionen ausgelöst werden. Weitere Symptome sind sich aufdrängende Erinnerungen, Alpträume, Entfremdungsgefühle. Sekundär vermeiden die Betroffenen normale Alltagsaktivitäten, ziehen sich zurück, können emotional abgestumpft, misstrauisch oder depressiv werden.

Sind häufiger Unfälle oder Missbrauch die Ursache eines PTBS?

Etwa 20% unserer Bevölkerung erleben einen schweren Unfall,

bei 8% davon entstehen PTBS-Symptome. Opfer einer Vergewaltigung werden etwa 6% der Bevölkerung, über die Hälfte von ihnen erleidet eine PTBS. Die Entstehung einer PTBS hängt von der Art des Traumas und von den individuellen Bewältigungskräften der Betroffenen ab. Die persönlichen Kräfte versagen häufiger dann, wenn das Trauma schwer begreiflich ist und der Betroffene wenig oder gar nicht darüber sprechen kann.

Wie sollen sich die Angehörigen verhalten?

Vor allem bei der Bewältigung von akutem Verlust sind die Angehörigen durch Gewährung von persönlichem Beistand die ersten und wichtigsten Helfer. Wenn Traumabetroffene innerhalb von etwa drei Monaten nicht wieder zu ihrer vorherigen Stärke zurückfinden, sollten Angehörige sie darauf anzusprechen. Viele Traumaopfer wollen der Familie nicht zur Last fallen und denken, wenn Symptome länger bestehen, seien sie selber schuld. Hier helfen Angehörige durch Ermunterung zu einem Arztbesuch bei gleichzeitiger Versicherung von Verständnis und persönlichem Beistand.

Welche Therapiemöglichkeiten gibt es?

Bei Unfällen kommt ein Care-Team zum Einsatz, das erste psychologische Hilfe leistet und entscheidet, welche weitere Unterstützung notwendig ist. Der Hausarzt im nächsten Schritt entscheidet, ob zusätzliche psychotherapeutische Hilfe angezeigt ist. Schon in der normalen Verarbeitungsphase kann psychologische Unterstützung nötig sein, nämlich wenn die Symptome sehr stark ausgeprägt sind. Eine PTBS gehört immer in fachärztliche Behandlung. Neben gezielten Gesprächs- und Therapietechniken kann auch der Einsatz von Medikamenten notwendig sein. jv

Dr. med Christoph Richter ist Oberarzt Psychiatrie Obwalden/Nidwalden im Kantonsspital Obwalden in Sarnen.



Wie schützen Sie sich vor Insekten?



Michel Blind, Basel Stadt

Da ich selten von Insekten gestochen werde, schütze ich mich nicht dagegen. Als kleines Kind war ich allerdings sehr anfällig auf Insektenstiche und musste öfters nachts ein Spray verwenden, das dazumals jedoch kaum Wirkung gezeigt hat. Für Ferien in fernen Ländern würde ich trotzdem nicht auf ein Schutzmittel verzichten und mich auch impfen lassen.



Corina Hunziker, Othmarsingen

Mit einem Giftspray schütze ich mich gegen die grösseren Krabbeltierchen wie Spinnen & Co.. Doch Fliegen und Motten fange ich und setze sie wieder frei. Im Sommer schützt mich dann ein Fliegengitter gegen lästige Mücken. Was mich sonst nervt und sticht, wird platt gedrückt. Mehr tue ich nicht, es hat mich bis jetzt noch kein Insekt gegessen.



Andreas Zumbühl, Emmenbrücke

Ich unternehme nichts Spezielles gegen Insekten, da ich die Stiche nicht als besonders schlimm empfinde. Sie verschwinden ja nach ein paar Tagen wieder ohne Spuren zu hinterlassen, solange man nicht wie wild darauf kratzt. Im Ausland schütze ich mich aber besser davor, durch herkömmliche Insektensprays oder -Salben.



Cornelia Zogg, Dübendorf

Grundsätzlich verwende ich keinen Insektenschutz. Ich bin eher diejenige, die erst dann etwas unternimmt, wenn es zu spät ist und ich am ganzen Körper von Mückenstichen übersät bin. Dann kommt meist eine kühlende Creme drauf. Auf Wanderungen allerdings reibe ich meistens präventiv vorher schon einen Mückenschutz ein.



Ramo Demaj, Emmenbrücke

Gar nicht. Ich habe eine altmodische Fliegenklatsche zu Hause, die ich gegen besonders lästige Stechmücken und Fliegen verwende. Ansonsten unternehme ich nichts, auch nicht in den Ferien im Ausland. Die einzige Ausnahme sind Bienen, denn dagegen bin ich allergisch. Deshalb habe ich vor ihnen viel mehr Respekt als vor anderen Insekten.

Für Sie unterwegs war Federico Gagliano.