

QUARTIER NACHRICHTEN

März / April 2023 Nr. 2

Lachen, Feldli, Schönenwegen, Sömmerli, Waldacker, Waldau, Schönauf

Einfach herrlich – unser Naturpark vor der Haustüre!



Aus dem Inhalt

Gib dem Stau keine Chance	3	Angebote für Kinder	23/24
Natur findet Stadt / Plauderbänkli	4	Neu: MP Kosmetik und	25
OL Kreuzbleiche	5	Fusspflege	
Platz für ...? ...!	7	Tag der Nachbarn	26
Gesundheitsseite	9	otmars Theater	27
Quartierstamm	11	Lehrstellenforum	29
Jugendtreff Lollypop	13	Informationen	31
tiRumpel	15/16	Landeskirchen	32/33
Milizfeuerwehr SG West	17	VALIDA: neue Wäscherei	34
Öko Markt 2023	19	Agenda / Impressum	35
Naturmuseum	21		



Sanitär / Heizung / Service

GEHT NICHT, GIBT'S NICHT.

Qualität, die überzeugt – bei Service und Kundenprojekten.
071 274 20 74 / www.kreiswasser.ch

kreis
wasser

Unsere Profis
für Sanitär
und Heizung.



Seit über 100 Jahren im Baugeschäft.

- > Neubauten > Umbauten > Renovationen
- > Fassaden > Isolationen > Kundenarbeiten

Baugeschäft Bärlocher AG

Schuppisstrasse 3 | 9016 St.Gallen | T 071 282 49 49 | F 071 282 49 40 | www.baerlocher-bau.ch

WIR HELFEN IHNEN
GERNE: **071 277 33 44**

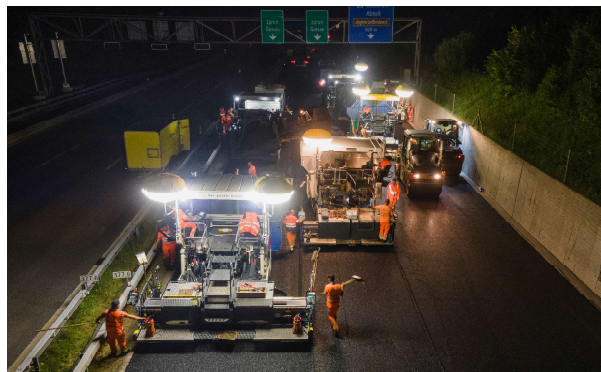
fehr
transporte

Muldenservice > Kippertransporte > Kies-, Sand-
und Betontransporte > Belagtransporte >
Kranarbeiten > Winterdienst > Spezialfahrzeuge

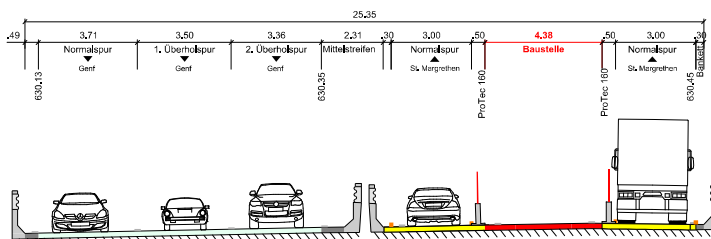
Fehr Transport AG > Föhrenstrasse 1 > 9000 St.Gallen > www.fehrtransporte.ch

Gib dem Stau keine Chance.

Nach 30 Jahren Betriebszeit muss die A1 saniert werden. Damit Sie auch in den nächsten 15 bis 20 Jahren sicher ans Ziel kommen, Um die Beeinträchtigungen so gering wie möglich zu halten, brauchen wir Ihre Unterstützung. Damit der Verkehr über die Dauer der Sanierung fliessen kann, muss er in den Spitzenzeiten zwischen 7 und 8 Uhr morgens und 17 und 18 Uhr abends um 10 Prozent reduziert werden.



Sitterviadukt-Kreuzbleiche: Beispiel einer Verkehrsführung mit Spurabbau



Aktuelle Einschränkungen

Etappe 1: 2022 bis 2023 (Feb.-Nov.)

Zwischen den Anschlüssen Winkel und Neudorf werden die offene Strecke und der Tunnel Stephanshorn saniert. Die Arbeiten finden auch tagsüber statt. Während der Bauzeit muss die Breite der Fahrstreifen reduziert werden. Betreffend die Verkehrsführung sind folgende Punkte zu beachten:

Vom Anschluss Winkel bis zum Anschluss Kreuzbleiche stehen in Fahrtrichtung St. Margrethen nur zwei statt drei Fahrstreifen zur Verfügung.

Infolge des Fahrstreifenabbaus in Richtung St. Margrethen wird bei der Einfahrt Winkel eine Dosieranlage eingerichtet. Damit werden der Verkehrsfluss auf der A1 verbessert und Rückstau vermindert. Die Dosierstelle ist werktags zu den Hauptverkehrszeiten in Betrieb. Die Betriebszeiten sowie die Stärke der Dosierung werden je nach Verkehrslage angepasst.

In Richtung Zürich können ab Kreuzbleiche auch während der Bauarbeiten grundsätzlich drei Fahrstreifen genutzt werden.

Der Tunnel Stephanshorn kann tagsüber in beide Fahrtrichtungen zweiseitig befahren werden.

Nachts kann es zum Abbau von weiteren Fahrstreifen und Sperrungen auf der Stadtautobahn kommen. Nächtliche Umleitungen werden signalisiert.

So können Unternehmen aktiv werden, um eine Verkehrsüberlastung zu verhindern:

Stosszeiten meiden

07.00–08.00 Uhr morgens und
17.00–18.00 Uhr abends

Helfen Sie mit, den Verkehr zu Stosszeiten zu vermindern.

Im Stau bleiben

Wenn sich der Verkehr auf der Stadtautobahn staut, bleiben Sie bitte auf der A1, damit das umliegende Strassennetz nicht überlastet wird. Sie erreichen ihr Fahrziel nicht schneller, wenn es in der Stadt staut.

Prüfen Sie die Verkehrslage

Vor Abfahrt können Sie die aktuelle Verkehrslage online prüfen.

stadtautobahn.ch/verkehrslage



Mobilitätsberatung für Unternehmen

Nutzen Sie die kostenlose Mobilitätsberatung CLEVERMOBIL für Unternehmen.

Daniel Schöbi, dipl. Ing. ETH/SVI
T 078 711 88 88, daniel.schoebi@clemo.ch



Weitere Informationen finden Sie unter:
stadtautobahn.ch

Danke für Ihre Unterstützung



Naturvielfalt entdecken von St.Otmar bis Rotmonten

Mit der Naturpfade-App können Interessierte auf Entdeckungsreise gehen. Sie erfahren dabei Spannendes über die Artenvielfalt und die Naturschätze in der Stadt. Das Angebot ist Teil des Modellvorhabens «Tobelwelt Sitter für alle».

Die Artenvielfalt in den St.Galler Siedlungsgebieten beginnt schon direkt vor der eigenen Haustür. Auf dem Spaziergang entlang des Naturpfades Rotmonten - St.Otmar können zahlreiche Natur-Hotspots entdeckt werden. So finden sich eindrucksvolle schattenspendende Bäume, vielfältige Biodiversitäts-projekte auf Schulanlagen, wertvolle Hecken für kleine tierische Wanderer und bunte Wildblumenwiesen am Strassenrand.



Die kostenlose interaktive App «Naturpfade» führt Naturbegeisterte an acht verschiedene Standorte und motiviert, das Wissen über die heimische Natur, Tiere und Pflanzen auf spielerische Weise zu vertiefen.

In Zusammenarbeit mit der Stiftung Praktischer Umweltschutz PUSCH besteht ein weiterer Naturpfad in der Stadt St.Gallen - dieser führt vom Gübsensee bis nach Bruggen und zeigt unterwegs weitere spannende Biodiversitäts-Hotspots in den Quartieren.

Weitere Informationen:
www.stadtsg.ch/naturfindetstadt

**NATUR
FINDET
STADT**



Ein Plauderbänkli fürs Lachenquartier

Ein Schwatz mit einer Freundin, einem Nachbarn oder einer unbekannten Person ist ein Aufsteller, für einsame Leute kann er fast lebenswichtig sein. Obwohl man überall miteinander plaudern kann – im Treppenhaus, beim Einkaufen, auf dem Trottoir – ist es nett, wenn man im öffentlichen Raum zum Plaudern eingeladen wird. Das merkte vor einigen Jahren der englische Polizist Ashley Somerset. Er bezeichnete ein öffentliches Bänkli mit einem Schild als „Happy to Chat Bench“ (etwa „glückliche Plauderbank“), und die Idee schlug ein. Personen, die sich nicht kannten, kamen dort miteinander ins Gespräch.

Die Stadtparlamentarierin Veronika Meyer (Grüne) schlug im Herbst 2019 dem Stadtrat vor, einzelne, gut ausgewählte Ruhebänke in der Stadt als Plauderbänkli zu bezeichnen. Leider verwarf der

Stadtrat diese Idee; es gebe genug Möglichkeiten für Kontakte (Treffpunkte, Aktivitäten von Quartiervereinen oder Kirchgemeinden usw.). Aber ein Plauderbänkli ist viel niederschwelliger als derartige Angebote. Man setzt sich einfach hin, und vielleicht gesellt sich eine Person dazu, die auch gerne ein paar Worte wechseln will.

Der Quartierverein Lachen will in dieser Sache beispielhaft handeln und hat beschlossen, im Frühjahr eines der Bänkli bei der Sömmerliwiese, als Plauderbänkli zu bezeichnen. Probieren Sie es aus!



Quartierorientierungs- lauf mit Ausgangspunkt Schulhaus Schönenwegen

Am Mittwoch, 10. Mai 2023, findet mit Ausgangspunkt Schulhaus Schönenwegen erstmals ein Quartier-OL statt. Die OL-Gruppe St. Gallen/Appenzell organisiert diesen Anlass mit Standards, wie sie auch bei OL-Profis anzutreffen sind. Dazu gehört auch ein elektronisches Auswertungssystem. Für die sogenannte Bahnlegung ist die St. Gallerin Eliane Deininger verantwortlich. Sie hat als erste Schweizerin überhaupt an den Ski-OL-Europameisterschaften im Februar eine Medaille gewonnen. Angesprochen sind vor allem auch die Quartierbewohner*innen. Man kann die OL-Plauschrouten sportlich oder auch spazierend zurücklegen. Spezialkenntnisse braucht es keine. Die für die Auswertung benötigten Badges sind im Startgeld inbegriffen und werden vom Veranstalter zur Verfügung gestellt. Es wird auch eine kleine Festwirtschaft geführt. Gestartet werden kann zwischen 17:30 und 19:00 Uhr. Der Lauf findet im Rahmen einer fünfteiligen Serie statt mit weiteren Läufen in St. Georgen (26.04.2023), Gais, Appenzell und Teufen. Diese Laufserie wurde in den letzten 20 Jahren im Rheintal durchgeführt mit total über 32'000 Teilnehmenden.

In diesem Jahr wird die Laufserie unter dem Namen OL-CHALLENGE im Raum St. Gallen neu lanciert.

**Weitere Infos siehe
OLCHALLENGE.CH**



OL
CHALLENGE
ST.GALLEN – APPENZELL



OL Kreuzbleiche

17:30 – 19:00 Uhr

 **Mittwoch, 10. Mai 2023**

mit Festwirtschaft

 **Ort: Schulhaus Schönenwegen**

Plausch-Kategorien

 **OL einfach ausprobieren!**

Veranstalter

**OLG
ST.GALEN
APPENZELL**

Weitere Informationen



www.olchallenge.ch

Gold-Sponsoren


MIGROS

Silber-Sponsoren


**HUBER+SUHNER
Stiftung**





Überall für alle

SPITEX

St.Gallen

Dank uns Zuhause bleiben. Mehr Alltag möglich machen.

Wir bieten

- Allgemeine Pflege
- Psychosoziale Pflege
- Pflege bei Demenz
- Unterstützung im Alltag
- Wundbehandlung
- Palliative Pflege

Wandlinge

Kleine Ausstellung von

eruk t. soñschein



24. März bis 23. Juni 2023

Vernissage:

Freitag, 24. März 19h

eruk.t.soenchein@bluewin.ch

Rab Bar

Landsgemeindeplatz 6

9043 Trogen

www.rab-bar.ch

RAB



Dringend gesucht:

Du kennst sicher den öffentlichen
Kompostplatz in der Waldau.

Wer keinen eigenen Grüncontainer zur Verfügung hat, kann hier seine Rüstabfälle aus der Küche deponieren, statt diese der Kehrichtabfuhr mitgeben zu müssen. Aus Abfall wird wertvolle Gartenerde.



 **Schönenwegen Treff**
Restaurant und Tagesbetreuung

Restaurant

Planen Sie einen privaten oder betrieblichen
Anlass, eine Vereinsversammlung mit
Apéro oder eine Feier mit Freunden?

Wir bieten uns sehr gern an für Anlässe mit bis zu
35 Personen.

Gern sind wir auch ausserhalb unserer Öffnungszeiten
für Sie da.

Ob ein Grillabend an der Feuerschale, ein Familienfest,
ein Firmenanlass, ein Mittag- oder Nachtessen.

Wir freuen uns auf Ihre Reservation.

Sommer-Öffnungszeiten:

1. Mai 23 bis 31. Okt. 23

Mo-Fr 10:00-21:00 Uhr

bis mindestens



Schönenwegen Treff | Rechenstrasse 5e | 9000 St. Gallen

Tel: 071 232 42 64 | www.schoenenwegen-treff.ch | info@schoenenwegen-treff.ch

Nun ist unser Team von Freiwilligen unverhofft von fünf
auf drei geschrumpft. So kann es leider nicht weitergehen.

Wir suchen dringend deine Mithilfe:

- 2-3 Stunden pro Monat am Samstagmorgen
- körperliche Arbeit an der frischen Luft
- gibt gutes Gefühl

Bitte melde dich bei mir:

Christoph Schefer 079 527 39 90

christoph.schefer@hotmail.com

Cool, vielen Dank und bis bald!



von Mensch zu Mensch ... St.Gallen

Blumen Lachen

Zürcherstrasse 33

9000 St.Gallen

071 278 66 56

www.blumenlachen.ch

Wir sind für Sie da am

Mo-Mi / Fr 08.00-12.00

13.00-18.30

Do 08.00-12.00

Sa 08.00-16.00



Dä E-Druck't für alli



E-Druck AG
PrePress & Print
Lettenstrasse 21
9016 St. Gallen
+41 71 246 41 41
andreas.feurer@edruck.ch
www.edruck.ch

Digital- & Offsetdruck für **Firmen, Vereine und Privatpersonen**

Wohn- und Lebensraum.



Wir planen, bauen, vermieten und
verkaufen Wohn- und Geschäftsräume.
Wohnqualität hat einen Namen.



PFISTER

Max Pfister Baubüro AG • pfister-baubuero.ch
Burgstrasse 108 • Postfach • 9014 St. Gallen • T 071 274 17 17

Heuschnupfen - die lästige «Schönwetterallergie»

Alljährlich, wenn die ersten Gräser blühen, beginnt für viele, ob Gross oder Klein, aufs Neue ein Leidensweg: Heuschnupfen. Die Augen röten sich, bei ununterbrochenem Niesen läuft die Nase, manchmal kommt es zu Fieber, das Wohlbefinden ist gestört. Über 20% der Bevölkerung klagt über Heuschnupfen: die Geplagtesten sind die 20-30 jährigen; im Allgemeinen lässt die Empfindlichkeit mit zunehmendem Alter wieder nach. Jahr für Jahr nimmt die Zahl der Patienten zu.

Die häufigsten Symptome des Heuschnupfens sind: Nasenschleimhautschwellung und Rötung, lästiger Schnupfen mit reichlich wässriger Schleimabsonderung; verstopfte, verklebte oder laufende Nase; Augenfluss, Tränen, rote Augen, Niesreiz. Eine Verschlimmerung tritt bei trockenem, sonnigem Wetter ein, vor allem wenn der Wind die Verbreitung von Blütenpollen begünstigt. Erleichterung erfährt der Patient bei Regen und kühlem Wetter, im geschlossenen Raum und nachts. Gelegentlich tritt leichtes Fieber auf. In manchen Fällen entwickelt sich während dem Heufieber ein Asthma, oft verbunden mit einem Krampfbild der Lungen.

Im Normalfall ist der menschliche Organismus in der Lage, sich mit Stoffen zu arrangieren, mit denen er über die Atemwege, die Haut und Hornhaut an den Hand- und Fussflächen in Berührung kommt. Fehlt diese natürliche Fähigkeit und kommt es zu einer Überempfindlichkeit gegenüber Pflanzenstoffen, kann eine Allergie entstehen. Der Organismus ist nicht mehr in der Lage, die eindringenden Pollen bereits im Schleimhautgebiet der Atmungsorgane, insbesondere in der Nase, abzubauen. Sie dringen in die Schleimhaut ein und verursachen eine Entzündung oder eine allergische Reaktion. Der Körper versucht, durch mechanische Ausschwemmung, Fliessschnupfen, Niesen und Auswurf Fremdkörper auszuschalten. Heuschnupfen ist keine Krankheit, sondern eine organspezifische Entgiftungsreaktion, die man unterstützen und nicht bekämpfen sollte.

Verschiedene Faktoren können den Heuschnupfen verstärken: emotionelle Störungen, Übermüdung und Dauerstress, Vitamin-B-Mangel, schlechte Darmtätigkeit, Leberfunktionsschwäche, histaminreiche Nahrung mit zuviel Schweinefleisch, Reizung durch ständige Abgase und Industrieluft, erbliche Veranlagung. Bei einer Therapie gilt es, diese Einflüsse gezielt abzubauen.

Wir empfehlen Ihnen aus unserem Sortiment folgendes:

Vorbereitung vor der Heuschnupfensaison:

Spenglersan Staphylococcus aureus,



Emser Nasenspray und Schwarzkümmelöl stärken das Immunsystem und die Schleimhäute und machen den Körper widerstandsfähiger. Alle drei werden vorbeugend wie auch unterstützend in der Saison verabreicht.

Behandlung während der Heuschnupfenzeit:

Bewährt bei Heuschnupfen hat sich unsere spagyrische Essenz mit Pestwurz, Küchenzwiebel (als D4), Cardiospermum, Natrium chloratum und Augentrost. Dreimal täglich bis stündlich angewendet ein guter Helfer!

Telfastin oder Triofan Nasenspray pflegen die Schleimhäute in der Nase, reinigen sie und bauen einen robusten Schutzfilm auf. So kann effizient die Einnahme von Heuschnupfen-tabletten reduziert werden.

An Tagen mit hohen Pollenbelastungen empfehlen wir das Antihistaminikum Telfastin Allergo. Es hilft schnell, zuverlässig und macht kaum müde. Einmal täglich 1 Tablette einnehmen.

Unterstützend sind immer gut:

Nasenspülungen (Rhinomer) täglich anwenden zur Reinigung von Pollen und zur Schleimhautunterstützung.

Augentropfen (Similasan, Hylo Fresh, Weleda ...) befeuchten, sind entzündungshemmend und schützen die Augen.

Zudem helfen häufig duschen und Haare waschen, im Freien eine Sonnenbrille tragen, die Wäsche nicht im Freien trocknen lassen, Pollenberichte beachten und sich entsprechend verhalten.

Gerne beraten wir Sie bei uns in der Lachen Drogerie, helfen weiter und wünschen Ihnen eine möglichst beschwerdefreie Sommerzeit!



Gesund leben & schön pflegen



Lachen Drogerie

Ulmenstrasse 9 · 9000 St.Gallen · Tel. 071 278 26 23 · www.lachen-drogerie.ch



Ihr Dachdecker in St. Gallen seit 1878!

DÄCHER · FASSADEN · SOLAR

merz+egger

Die Apotheke in Ihrem Quartier



Wir beraten Sie gerne
Gesund bleiben.
Gesund werden.

West Apotheke, 9013 St.Gallen
Dr. med. et dipl. Pharm. Stephan Zahner
Arzt und Apotheker ETH
Zürcherstrasse 31, Postfach
Tel. 071 277 33 88, Fax 071 278 57 57

Inserate



SUTTER AG
H O L Z B A U

sutter ag holzbau
mingerstrasse 12, 9014 st. gallen
071 277 11 57 / www.sutteragholzbau.ch



STÖCKLE
METALLBAU

T 071 272 54 24 | www.stoeckleag.ch





Quartierstamm Lachen

**Wer Zeit und Lust hat, kommt einmal im Monat
ab 19 Uhr zum Quartierstamm Lachen**

Daten

Mi, 26. April

Kreuz Bistro, Zürcherstrasse 25

Fr, 26. Mai

Bistro Sooty's, Zürcherstrasse 19

Ziele

- Leute vom Quartier kennen lernen
- Wünsche mitteilen
- Plaudern über ...
- Lachen und Sein
- Begegnungsorte (Restaurants/
Bars) im Quartier kennen lernen

Kontakt

Elisabeth Koller

079 374 16 36



//st.gallen
Stadtpolizei



Quartierpolizist

Meinrad Müller
Stadtpolizei SG
Vadianstrasse 57
9001 St.Gallen
meinrad.mueller@stadt.sg.ch
Direkt: 079 243 15 30
Zentrale: 071 224 60 00
www.staposg.ch



Physiotherapie zu Hause



Besuchen Sie
uns im Internet

Wir sind Ihr Domizil-
Physiotherapie Spezialist.

physio@home, Alpsteinstrasse 3, 9014 St. Gallen
076 296 61 65



STUTZ BAUUNTERNEHMUNG
ST.GALLEN
www.stutz.ch

**Ob Sie bauen oder renovieren –
auf uns ist Verlass!**

maltech
müller



Ihr Partner für ...

- sämtliche Malerarbeiten
- Dekorative Techniken
- Verputze Aussenwärmedämmung
- Restaurationsarbeiten
- Brandschutzanstrich
- Fassadenrissesanierung

Maltech Müller AG

Gionatan Moscatiello

Schuppisstrasse 6, 9016 St. Gallen

T 071 626 26 36

info@maltech-mueller.ch

www.maltech-mueller.ch



**MP KOSMETIK
& FUSSPFLEGE**

Pittaya Baotum

Dipl. Kosmetikerin

Norbert M. Morser

Dipl. Fusspfleger

Anti-Aging

High-Tec Kosmetik

Microdermabrasion

Mesoporation

Professionelle Fusspflege

Zürcherstrasse 68 | 9000 St.Gallen | 071 277 24 26

 **079 841 72 82 | info@mp-kosmetik.ch | www.mp-kosmetik.ch**



Das neue Jahr ist bereits im vollen Gange. Der Frühling nähert sich. Der Jahresstart verlief sowohl im Jugendtreff lollypop als auch im Mädchentreff West zumeist friedlich. Die Jugendlichen verbrachten ein paar gesellige Nachmittage und Abende in den Treffs.

Im Mädchentreff West wurde den Mädchen zu Beginn des Jahres ein Einblick in die Selbstverteidigung mit dem Verein Skema gegeben. Leider gab es bei diesem Angebot nur wenig Interessierte. Das zeigt, wie unterschiedlich die Bedürfnisse und Interessen der Jugendlichen im Wandel der Jahre immer wieder sind.

Der Jugendtreff lollypop wird aktuell auch von vielen weiblichen Jugendlichen besucht. Diese schätzen den Austausch und das offene Gespräch mit der Leiterin Domenica sehr.

Für die Frühlingsferien ist ein Ausflug nach Mailand geplant. Dieses Angebot richtet sich an alle Jugendlichen ab der 1. Oberstufe. Wer interessiert ist, darf gern im lollypop vorbeikommen und sich informieren.

Die Turnhallenangebote für Mädchen und Jungs finden seit den Herbstferien statt. Besonders das

Offene Jugendarbeit West

Jugendtreff lollypop

Domenica Del Tiglio

E-Mail domenica.deltiglio@stadt.sg.ch

Telefon 071 224 63 38

Öffnungszeiten

Mi 14-18 Uhr, Fr 18-22 Uhr

Mädchentreff West

Elfi Blochberger

E-Mail elfi.blochberger@stadt.sg.ch

Telefon 071 224 44 51

Öffnungszeiten

Mi 14 bis 17 Uhr und Fr 17 bis 20 Uhr
jeden 2. Freitag Oberstufentreff 20-22 Uhr
(24.3. / 7.4.)

Instagram: @offenejugendarbeitwest

Facebook: Offene Jugendarbeit West

Angebot in der Turnhalle Kreuzbühl wird gut genutzt. Bis zu den Osterferien finden die Angebote noch an folgenden Terminen statt.

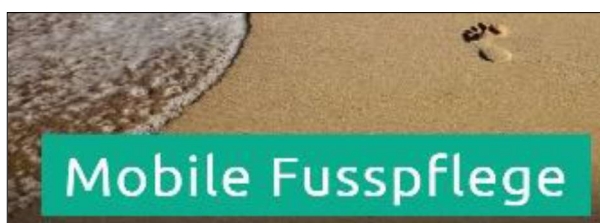
Turnhalle Kreuzbühl

Öffnungszeit von 16 - 18 Uhr, ab 5. Klasse
immer donnerstags: 06.04.2023

Turnhalle Schönauf

Öffnungszeit von 15 - 18 Uhr, ab 1. Oberstufe
immer samstags: 25.03.2023,

Wer einen Einblick in das aktuelle Programm des Jugendtreffs oder Mädchentreffs haben möchte, kann gern vorbeikommen oder sich mit uns in Verbindung setzen.



**Gesunde und gepflegte Füße
bei Ihnen daheim!**

Annette Weissweiler
Dipl. Fusspflegerin BVFS

Tel-Nr. 077 420 49 41
www.mobile-fusspflege-daheim.ch





«Worauf warten Sie noch?»

Schliessen Sie sich an und lösen Sie ein Grüngut-Abo.
Infos unter: www.gruengutbesser.ch

Ihr Vorhangspezialist in der Region

Vorhänge

Tischwäsche

Kissen

Accessoires

Beschattung



Schönbrunnstrasse 14 9000 St.Gallen 071 352 50 55 www.ewag-vorhangwelt.ch

umfassende Auswahl für jeden Geschmack
grosser Showroom
kostenlose Heimberatung
Massanfertigungen
Vorhangkonfigurator auf unserer Homepage





Das Programm

Begegnung

	HEKS Neue Gärten jeden Dienstag Vormittag	09–11
	Gärtnern, austauschen und Deutsch lernen Café-Pause um 10 Uhr (ab April)	Ort: Brache Lachen
	ElternCafé jeden Montag für Eltern mit und ohne Kleinkinder	09:15–11:15
	Spielen, austauschen, gemütliches Zusammensein	Ort: tiRumpel
	Mittagstisch vegetarisches Menu	25.05 10–13:30
	Mitkochen ab 10 Uhr, Essen ab 12 Uhr Anmeldung 077 458 48 70 SMS	Ort: Brache Lachen
	Aktionstag auf der Brache Lachen mit gemeinsamem Mittagessen	25.03 10–14
	Wir bringen die Brache in Schwung für den Sommer	Ort: Brache Lachen
	Frauen Lachen Kochen, plaudern, austauschen	31.03 09–11 28.04 09–11 12.05 09–11 26.05 09–11
	Frauen aus aller Welt begegnen sich und tauschen aus	Ort: tiRumpel

Kurse

	Malatelier für Alle und Eltern-Kind-Malen ca. alle zwei Wochen im Atelier beim Kinderlokal	03.04 09:15–11:15
	Malen und Gestalten, Eintritt frei, Kollekte	Ort: tiRumpel
	Yoga für Alle jeden Mittwoch	18:30–19:45
	Yoga für Gross + Klein, fließend + sanft, Kollekte (ab den Frühlingsferien auf der Brache)	Ort: tiRumpel

Information

	QuartierSchalter jeden Dienstag Nachmittag	09:15–11:45
	Raum für Fragen und Anliegen, kostenlos, ohne Anmeldung	Ort: tiRumpel

Kinder

	Kindertreff jeden Mittwoch für alle Kinder von 4 bis 12 Jahren	14–17
	Basteln, spielen, kochen, lachen + vieles mehr, ab den Frühlingsferien im Waldaupark	Ort: tiRumpel

**Maitli*treff**

jeden Donnerstag für alle Mädchen* von 4 bis 12 Jahren

15-17:30

Bauen, spielen, basteln, tanzen, kochen und vieles mehr

Ort: [tiRumpel](#)**Buebe*treff**

jeden Freitag für alle Knaben* von 4 bis 12 Jahren

15-17:30

Bauen, spielen, kämpfen, lachen, kochen und vieles mehr

Ort: [tiRumpel](#)**Frühlingswoche auf der Brache**

für alle Kinder ab 4 Jahren

14-17

Ferienangebot auf der Brache Lachen
11. bis 14. AprilOrt: [Brache Lachen](#)**Diverses****Tag der Nachbarschaft/Strassenfest**

Fest auf der Metallstrasse

26.05 | 18-22

Wir feiern auf der Strasse! Offener Grill,
Spiele und Konzert mit 'les reines prochaines'Ort: [tiRumpel](#)**Schweizer Vorlesetag im Park**

Lies eine Geschichte vor!

24.05 | 15-16

Offenes Mikrofon für kurze Texte oder
Geschichten im WaldauparkOrt: [Waldaupark](#)**Schenk mir eine Geschichte -Tigrinya**

Erzählstunde in Tigrinya

13.05 | 10-11:30

27.05 | 10-11:30

Kinder ab 3 Jahren mit Muttersprache Tigrinya in
BegleitungOrt: [tiRumpel](#)**Ausblick****Hauptversammlung Verein tiRumpel**

Mitgliedschaft für alle Teilnehmenden der Projekte

16.06 | 18-00

Hauptversammlung Verein tiRumpel - Der Verein
für Alle
Im Anschluss Konzert und Offener GrillOrt: [Brache Lachen](#)**eine schöne Zusammenarbeit mit****Informationen:**

Frauen Lachen	Carola	071 224 05 34
Pro Senectute	Sandra	071 227 60 08
Yoga	Ishtar	077 435 43 41
Elterncafé	Kathrin	077 458 48 70
Malatelier	Sandra	079 303 26 13
HEKS Neue Gärten	Adelheid	076 476 83 82
Valida	Nina	079 285 44 83
Gartenkind	Sibylle	078 746 05 27
Verein tiRumpel	Kathrin	077 458 48 70

Verein tiRumpel
Stahlstrasse 3
9000 St.Gallen
071 277 27 87
info@tirumpel.ch
brachelachen.ch

Orte[tiRumpel](#) Stahlstrasse 3, St.Gallen[Brache Lachen](#) Schönaustrasse 68, St.Gallen



Gute Vorbereitung ist das halbe Leben

So oder so ähnlich hat es sicher schon jeder gehört. Nicht anders ist es bei uns in der Feuerwehr, besonders wenn es um unsere Übungen geht. Schulübungen, Atemschutzübungen, Einsatzübungen. Und jede hat seine besonderen Eigenheiten und Ansprüche. Sie soll der Mannschaft Spass machen, aber nicht der Unterhaltung dienen, sie soll Wissen vermitteln aber nicht nur in der Theorie, sondern auch praxis-orientiert sein. Sie soll die ganze Mannschaft auf ein gemeinsames Niveau bringen, aber möglichst jeden einzelnen Wissenstand beachten. Gewisse Themen werden vorgegeben, bei anderen besteht gewisser Spielraum.

Die Vorbereitung obliegt dem Kader, z.B. trägt eine Offizierin/ein Offizier die Gesamt-Verantwortung und ein oder mehrere Unteroffizierin/Unteroffizier übernehmen die Vorbereitung und Leitung einer Lektion. Um den Überblick zu behalten, gibt es zu jeder Übung eine sogenannte Übungsvorbereitung, in der die Rahmenbedingungen und die Lektion bzw. Lektionen beschrieben sind. Hier ist möglichst «alles» schriftlich und bildlich festgehalten. Grundsätzlich ist das Ziel, dass mit diesem Dokument «jeder» weiss, wie die Übung zu halten wäre.

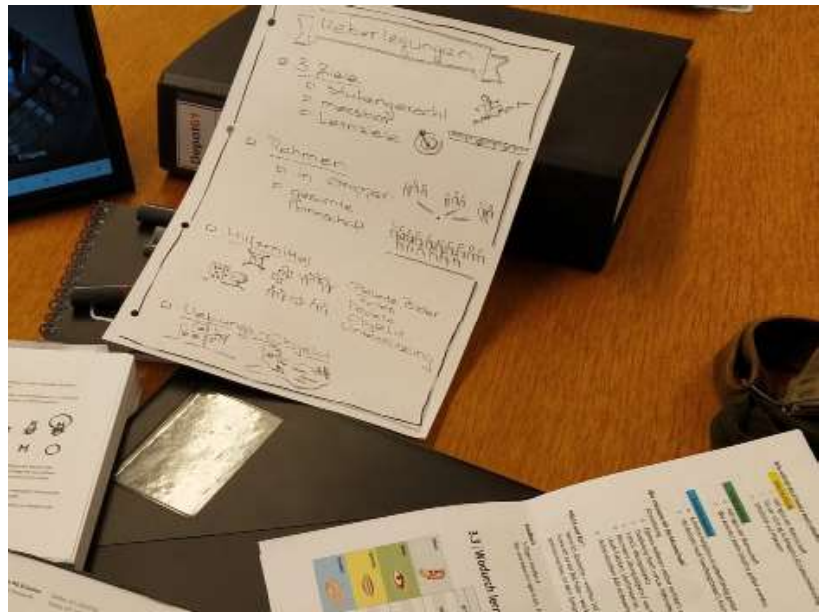
Rahmenbedingungen sind u. A. wie viel Zeit steht zur Verfügung, welches Thema soll behandelt werden, was für Material wird benötigt, wer hält welche Lektion, gibt es etwas Besonderes zu beachten etc. Das Lernen muss stufengerecht stattfinden. So wird in einer Schulübung «ganz Neues» gezeigt, es wird hauptsächlich theoretisch mit Vorzeigen, Mit- bzw. Nachmachen, Plakaten, Modellen und Wiederholungen gearbeitet. Der nächste Schritt ist, das Gelernte zu festigen, Sicherheit und Automatismus in den

// st.gallen

**Stadt St.Gallen
Feuerwehr und Zivilschutz**

einzelnen Handlungsabläufen zu erhalten. Auf Anwendungsstufe geht es um die Praxis, d.h. in Einsatzübungen die Aufgaben selbstständig und situationsgerecht zu lösen und Lehren zu ziehen. Ein wichtiger Punkt ist das Zeitmanagement. Von der Begrüssung der Mannschaft, das Verschieben an den Übungsort, bis hin zum Aufräumen (dem Retablieren) und der Schlussbesprechung im Feuerwehrdepot muss für alles genug Zeit einberechnet werden. Dies ist nur ein Teil aller Punkte, welche zu einer guten Vorbereitung gehören. Einen grossen Dank an all die vielen aufgewendeten Stunden, welche so zur Aus- und Weiterbildung der Mannschaft aufgewendet werden!

Ihre Milizfeuerwehr St. Gallen West
Hptm Alex Cerdan / Wm Miriam Hefti



Kosmetische Fusspflege Fussreflexzonenmassagen Hot Stones



Simone Moser
Sömmerrlistrasse 11
9000 St.Gallen

T 071 277 20 49
M 079 623 96 28



Kanton St.Gallen
Marktplatz 24, 9000 St.Gallen
Telefon 071 222 12 91
sg.winterhilfe.ch

Weil Armut in der Schweiz
oft unsichtbar ist.



Ihre Spende
in guten Händen.

Postfinance
IBAN CH57 0900 0000 9000 7511 8
Danke für Ihre Spende.

Heute leben im Kanton St.Gallen wieder
mehr Menschen in Armut. Mit Ihrer
Spende leisten wir schnelle Hilfe.



Jetzt mit TWINT bezahlen!

- QR-Code mit TWINT-App scannen
- Betrag und Zahlung bestätigen



Altersheime Sömmerli - seit über 100 Jahren im Quartier verwurzelt

Ferienzimmer – Schnupperzeit – Ein neues Zuhause

In unseren komfortabel ausgestatteten Zimmern können wir Ihnen alle Möglichkeiten, abgestimmt auf Ihre individuellen Wünsche, bieten. Gerne nehmen sich Herr Roland Knöpfli oder Frau Catrina Hackenberg Zeit für Sie, beraten Sie und machen auch eine persönliche Führung durch unsere Häuser. Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

Verein Altersheime Sömmerli
Sömmerlistrasse 45
9000 St. Gallen
071 272 18 00 / verwaltung@soemmerli.ch / www.soemmerli.ch

**Wohnen wie zu Hause, nur bequemer.
Eine echte Alternative zu einer eigenen Wohnung.**

Am Donnerstag, 11. Mai 2023, von 9 bis 19 Uhr findet in der Fussgängerzone rund um das Vadianendenkmal in der St.Galler Innenstadt wieder der traditionelle Ökomarkt statt. Wie jedes Jahr werden vielfältige regionale und umweltfreundliche Produkte und Dienstleistungen präsentiert. Es bietet sich die Möglichkeit, verschiedene ökologische Lebensmittel wie Lehmofenpizza oder Wildkräuterprodukte zu probieren, Setzlinge für Ihren Garten oder Balkon einzukaufen oder nachhaltige Alltagsprodukte wie Kleider aus recycelten Materialien sowie Naturkosmetik zu entdecken. Ausserdem können die Besucherinnen und Besucher von Beratungen und Informationen zu den Themen Gesundheit, Mobilität, Energie und Umwelt profitieren. Schauen Sie vorbei und geniessen Sie die vielfältigen Eindrücke am Ökomarkt.

Weitere Auskünfte

IG Ökomarkt,
Umwelt und Energie Stadt St.Gallen
Vadianstrasse 6, 9001 St.Gallen.

Katharina Bredel

oekomarkt@stadt.sg.ch
071 224 69 47

Informationen zum Ökomarkt

www.oekomarkt.ch





**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER



Wir bieten in der Stadt St.Gallen einen

Besuchsdienst für ältere Menschen an.

Unsere Besucherinnen und Besucher leisten Gesellschaft, begleiten bei Aktivitäten, gehen spazieren oder hören einfach nur zu. Fachliche Begleitung, regelmässiger Erfahrungsaustausch und Spesenentschädigung sind dabei für uns selbstverständlich.

Möchten Sie gerne älteren Menschen Zeit schenken?
Oder möchten Sie selbst besucht werden?

Rufen Sie uns an, wir freuen uns auf Sie!

Pro Senectute St. Gallen · Davidstrasse 16 · 9001 St.Gallen · Birgit Janka · 071 227 60 15



Bruno Köppel AG
ZIMMEREI · BAUSCHREINEREI

Bruno Köppel AG, St. Gallen
Tel. 071 278 50 60
Fax 071 278 50 68
info@bk-ag.ch www.bk-ag.ch



**Aussergewöhnliche
Projekte verlangen einen
aussergewöhnlichen Partner**
zuverlässig, flexibel, termingerecht

HEROLD-TAXI
2222 777

Sicher ans Ziel

Herold Taxi AG | 071 2222 777



Naturmuseum
St. Gallen



naturmuseumsg.ch

Veranstaltungen im Naturmuseum

Mi 5. April 2023, 13.45 - 16.30 Uhr

Jugendlabor «Allerlei rund ums Ei – harte Schale, weicher Kern», Experimentiernachmittag für Kinder und Jugendliche ab der 3. Klasse

Sa 8. April 2023, 14 - 17 Uhr

Walk-in Basteln «Male kunterbunte Ostereier»

Sa 8. April 2023, 9 - 10 Uhr

Das frühe Huhn

Führung mit Museumsdirektor Matthias Meier, inkl. Tierfütterung

So 23. April 2023, 17 - 19 Uhr

WochenAusKlang im Museumscafé

Mit dem Musiker Peter Lenzin

Mi 26. April 2023, 19 - 20 Uhr

Vogel des Jahres 2023: Der Sumpfrohrsänger
Vortrag von BirdLife

Naturmuseum St. Gallen

Rorschacher Strasse 263 / CH-9016 St. Gallen

T +41 71 243 40 40

naturmuseumsg.ch

ProBier Wochenende

Samstag 25. März 2023
Sonntag 26. März 2023
jeweils 10 – 16 Uhr

Unsere Partner:

BIERGARAGE.CH
DIE BRAUMANUFAKTUR



Neuheiten

Sofas & Relax-Sessel

Angebote

Sitzkissen PRO.BIER

Inspiration

Einrichtungsexpertin klärt Ihre
Design-Fragen (So 13–16 Uhr)

Ulmenstrasse 9 | 9000 St. Gallen | 071 297 20 20 | sitandsleep.ch



Gartenkind

EIN PROJEKT VON BIOTERRA

Gartenkinder gesucht!

Dieses Frühjahr startet auf der Brache Lachen in St.Gallen, bereits zum achten Mal ein Kurs für junge StadtgärtnerInnen. Kinder der ersten bis fünften Klasse können im Freizeitkurs erste Erfahrungen im Anbau von Gemüse machen. Was braucht es alles, damit die Rüebli wachsen? Wie sind die Bodenlebewesen mitverantwortlich am fruchtbaren Boden? Wie kommt die Pflanze zu ihren Nährstoffen? Die Antworten auf diese und weitere Fragen erfahren die Kinder beim Anpflanzen von Gemüse und Blumen im eigenen Beet. Dabei können sie die Natur in ihrer Vielseitigkeit entdecken und erleben und lernen den Pflanzen und Tieren Sorge zu tragen. Die Ernte können die stolzen GärtnerInnen natürlich mit nach Hause nehmen.

Der Gartenkurs in der Brache Lachen beginnt nach den Frühlingsferien, dauert bis zu den Herbstferien und findet einmal in der Woche statt.

Kursort und

Kurszeit:

Brache Lachen,
Schönaustrasse 68,
9000 St. Gallen
mittwochs
14.00-16.00 Uhr

Kurskosten:

150.- (Für eine Kursgeldreduktion bitte anfragen)

Kursdaten:

18 Kurstage in den Wochen 17 – 39
Während den Ferien und Feiertagen fällt der Kurs aus

Weitere Infos:

www.bioterra.ch/gartenkind

Anmeldungen:

Bis 06. April 2023 an thea@vogt.tv oder:
Thea Vogt, Forren 53, 9056 Gais, 076 332 03 72



Start in die Velosaison: VCS-Flohmarkt im Waaghaus

Endlich wieder ein Veloflohmarkt!

Dies ist immer eine gute Gelegenheit, um ein neues Fahrrad zu erstehen, oder das gebrauchte zu verkaufen.

Am Samstag, 29. April 9:00 bis 12:30 Uhr ist es wieder soweit – es hat für jedes Budget etwas.

Es ist eng, sehr eng. Alle wollen sie ein besonders günstiges „Schnäppchen“ ergattern. Die Schülerin mit beschränktem Budget, die Mutter, die für ihr wachsendes Kind schon wieder ein grösseres Velo sucht, der routinierte Kenner, der mit einem Blick ein qualitativ gutes Velo von einem billigen unterscheiden kann, der Liebhaber, der für seine Sammlung jedes Jahr ein besonderes Velo kauft, die Pendlerin, die zwei bis drei Bahnhofvelos pro Jahr ersetzen muss. Sie alle sind am Samstag Vormittag unter dem

Waaghaus anzutreffen. Auch Kindervelos, Trottinets, Dreiräder, Veloanhänger sind immer gesuchte Artikel. Dazwischen bewegen sich die VCS-HelferInnen, beraten, lassen Probe fahren und verkaufen. Bis zum Mittag wird ein Grossteil der Velos den Besitzer oder die Besitzerin wechseln.

Am Freitag, 28. April 16:00 – 18:00 ist die Velo-Annahme beim Waaghaus geöffnet und Sie können ihr Velo bereits zum Verkaufen abgeben. Am Samstag, 29. April ist die Velo-Annahme bereits ab 8:00 bis 10:00 offen, der Verkauf beginnt erst um 9:00.

Kommen Sie vorbei und finden Sie ein Schnäppchen oder geniessen Sie einfach die aufgeräumte Stimmung.

Mit dem QR-Code können Sie die Daten gleich auf Ihr Smartphone laden und zusätzliche Infos finden.





Offene Arbeit mit Kindern der Stadt St. Gallen

Kinderbaustelle 2023 – Komm vorbei und baue mit!

Auch in diesem Jahr 2023 öffnet die Kinderbaustelle St. Gallen wieder ihre Tore. Das Eingangstor der Baustelle findest du an der Kolumbanstrasse 10b, direkt gegenüber der Migros St. Fiden. Jeden Samstag ab dem 6. Mai 2023 kann hier von 13:00-17:00 gesägt, gehämmert, geschraubt, gemalt, gebuddelt, am Lagerfeuer gegessen und die Zeit genossen werden. Während den Sommerferien hat das Angebot spezielle Öffnungszeiten und ist während 6 Nachmittagen geöffnet. In der 1. Ferienwoche am 13. & 14. Juli 23 und in der letzten und 5. Ferienwoche vom 8.-11. August 23, jeweils von 13:00 -17:00. Nach dem 30. September 23 schliesst die Kinderbaustelle dann ihre Tore und geht in die Winterpause. Wichtig ist, dass du auf der Kinderbaustelle wetterfeste Kleidung & geschlossene Schuhe, trägst. Auch ein Sonnenhut und ein Sonnenschutz ist im Sommer wichtig, denn auf der Kinderbaustelle kann es ganz schön heiss werden.

Das Angebot ist kostenlos und die Dauer der Teilnahme darf selbst gewählt werden. Beim ersten Besuch ist ein ausgefülltes Anmeldeformular mit der Unterschrift der Eltern obligatorisch. Kinder von der 1. – 6. Klasse dürfen ohne Begleitung am Angebot teilnehmen, jüngere Kinder nur in

Begleitung einer erwachsenen Person. Direkten Zugang zur Anmeldung findest Du mit folgendem QR-Code:



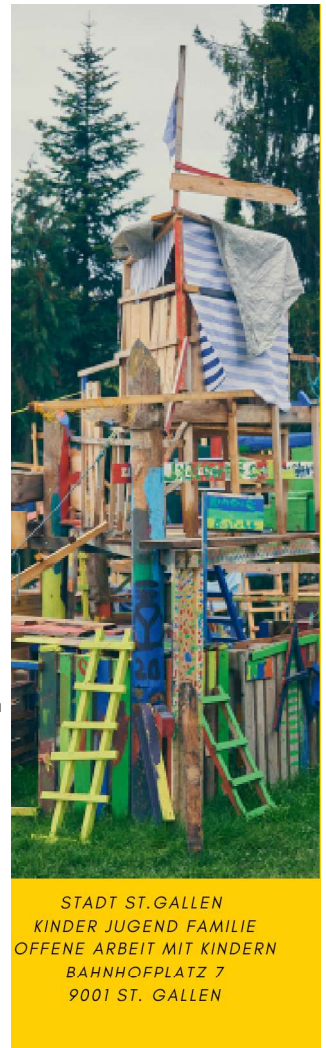
Weitere Infos finden sich unter **www.stadtsg.ch/kinderbaustelle2023**

Wir bitten Euch, mit ÖV anzu-reisen, es gibt keine Parkmög-lichkeiten (ausser blaue Zone). Wir freuen uns sehr über einen Besuch.

Herzliche Grüsse

Das Team der Kinderbaustelle
Stadt St.Gallen

Kinder Jugend Familie
Offene Arbeit mit Kindern
Bahnhofplatz 7
9001 St.Gallen



STADT ST.GALLEN
KINDER JUGEND FAMILIE
OFFENE ARBEIT MIT KINDERN
BAHNHOFPLATZ 7
9001 ST. GALLEN

Unterwegs mit Asterix und Obelix

Wer kennt sie, die beiden Gallier? Oder besser gefragt: Wer kennt sie nicht? Mit guten Ideen, Mut, Kraft und einem geheimen Zaubertrank schlagen die beiden sich durchs Leben und verteidigen ihr Dorf gegen die übermächtigen Römer. Die Kinder vom Cevi St. Gallen sind auf den Spuren der beiden Männer unterwegs. So haben sie gemeinsam den Film «Asterix erobert Rom». Bis zu den Sommerferien werden sie versuchen die Prüfungen, die Julius Cäsar den Gallien aufgetragen hat, ebenfalls zu bestehen. Wir sind gespannt, was die Leiter und Leiterinnen sich alles einfallen lassen, damit das möglichst lustig, abwechslungsreich und natürlich, realistisch wird. Anfang Februar haben sich die Kinder und Leiter:innen dem Speerwurf gewidmet. Im Wald wurden die perfekten Stecken und Äste gesucht und zu veritablen Speeren geschnitzt. Dabei durfte natürlich auch die persönliche Signatur, mit dem Sackmesser eingeritzt, nicht fehlen. Das Mittagessen wurde, wie meistens, über dem Feuer zubereitet. Dieses Mal haben sich einige an Fajitas versucht. Das war lecker und sah zudem sehr appetitlich aus. Anschliessend wurden die Kategorien für den Speerwurf



vereinbart. Neben Weitwurf gab es auch Rückwärtswurf. Fallen dir noch weitere mögliche Kategorien ein? Kunstwurf? Hochwurf? Speerboccia? Die Möglichkeiten sind gross, schier unbegrenzt.

Möchtest du auch einmal reinschnuppern und schauen, ob die Cevi-Jungschar auch etwas für dich sein könnte? Wir freuen uns darauf, dich kennenzulernen.

Im Sommer gibt es zudem die Möglichkeit, bei unserem Lager dabei zu sein. Dieses Jahr sind wir im Schlaraffenland.

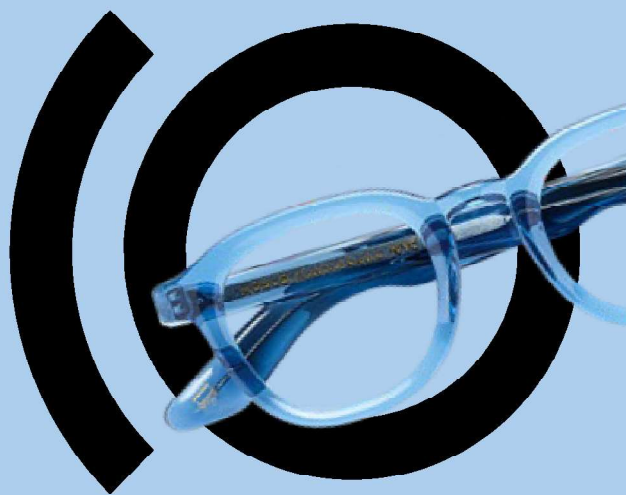
Kommst du mit?

Weitere Infos: www.cevisg.ch



RYSER

Optik & Akustik



**Qualifizierte Sehberatung, Brillen und
Kontaktlinsen am Marktplatz St. Gallen
Telefon 071 222 31 23**

RYSER

Optik & Akustik



**Qualifizierte Hörberatung und
Hörgeräte am Marktplatz St. Gallen
Telefon 071 222 31 23**

TAGESHEIM 
NOTKER-STÜBLI

Tagesheim Notker
Rosenbergweg 21
9000 St. Gallen
Tel. 071 279 12 22
tagesheim@spitex-st.gallen.ch



AKTIV FÜR MENSCHEN IM ALTER

**und zur Entlastung von
pflegenden Angehörigen**

Unser Angebot:

- Tagesheim
- Nachtstätte
- Betreuter Fahrdienst
- Wäschedienst
- Aktivitäten
- Betreuter Mittagstisch
- Mobiler Coiffure
- Pedicure

***Wir sind
für Sie da!***
071/279 12 22



Von Kopf bis Fuss ... Pflege mit Qualität

In unserer neu eröffneten Praxis bieten wir Ihnen verschiedene kosmetische Behandlungen und professionelle Fusspflege an.

Ich bin Pittaya, komme aus Thailand und lebe seit 10 Jahren in der Schweiz.
Mein Hobby habe ich zum Beruf gemacht und die Ausbildung an der Internationalen Kosmetischschule ARCOS St. Gallen mit Diplom abgeschlossen. Mit der Schweizer Marke JP-rosselet und kann ich Ihnen unterschiedlichste Behandlungen anbieten.



Ich bin Norbert, komme aus Deutschland und lebe seit 13 Jahren in der Schweiz, habe die Fachschule für Fusspflege bei Daniel Gehrler in Wädenswil mit Diplom abgeschlossen und bin Mitglied im Schweizer Fusspflegeverband.

Neben den Terminbehandlungen in der Praxis bin ich auch regelmässig in Pflege- und Seniorenheimen extern zur Fusspflege vor Ort. Dadurch habe ich Erfahrungen gerade mit den in die Jahre gekommenen Füssen.



Wir freuen uns auf Ihren Anruf, um einen Beratungs- und Behandlungstermin zu vereinbaren.

MP Kosmetik & Fusspflege

Pittaya Baotum

Dipl. Kosmetikerin

Norbert M. Morser

Dipl. Fusspfleger

Zürcherstrasse 68 | 9000 St.Gallen
071 277 24 26  079 841 72 82

Alle unsere Angebote finden Sie auf der Homepage **www.mp-kosmetik.ch**



Die Kosmetikerin

Der Wunsch nach strahlender Erotik, der innere Drang nach Schönheit pur, verwirklicht wird er durch Kosmetik und durch das Wunder der Natur.



Die Fusspflege

Des Menschen Fuss – ein Meisterwerk!
Trägt dich vom Tal hinauf zum Berg,
vom Haus zum Job mit festem Schritt
und macht dabei so manches mit.
Nimmst du dir fürs Verwöhnen Zeit,
trägt er dich noch manch' Meile weit!



Tag der Nachbarn: 26. Mai 2023

TAG DER NACH BARN

Organisieren Sie einen
Anlass oder ein Fest und
laden Sie Ihre Nachbarn ein!
Ideen und Unterstützung:
tagdernachbarn.ch/stgallen

26. MAI 2023

Kooperationspartner

Vereinigte Quartiervereine St.Gallen

Wohnbaugenossenschaften Schweiz,
Regionalverband Ostschweiz

Katholische Kirche
im Lebensraum St.Gallen

Christkatholische Kirchgemeinde St.Gallen

Evangelisch-reformierte
Kirchgemeinde Straubenzell,
St.Gallen West

Evangelisch-reformierte
Kirchgemeinde St.Gallen C

Evangelisch-reformierte
Kirchgemeinde Tablat-St.Gallen

//st.gallen

Gesellschaftsfragen
www.quartiere.stadt.sg.ch

Tag der
Nachbarn

www.tagdernachbarn.ch



Nöd ganz Hundert

Regie: David Bühler
Eine Produktion des otmarsTHEATER



Premiere

Fr, 12.05
Sa, 13.05
Mi, 17.05
Mi, 24.05
Fr, 26.05
Sa, 27.05
Fr, 02.06
Sa, 03.06
Fr, 09.06
Sa, 10.06

Beginn Ort VVK

jeweils um 20.00 Uhr
Kirchgemeindenhaus Lachen, St.Gallen
eventfrog.ch oder otmarstheater.ch

Derniere





Die Stiftung Halden · Wohnen & Leben im Alter bietet 60 Bewohnenden und 18 Mieterinnen und Mietern ein schönes Zuhause in einer familiären Atmosphäre.

Sie suchen ein flexibles Arbeitszeitmodell? Dann suchen wir Sie!

**Mitarbeitende Pflege und Betreuung vor allem für Abendeinsätze
(ohne Ausbildung, SRK-Ausweis, FaGe EFZ, Wiedereinsteigende)**

Wir bieten:

- Möglichkeit, halbe Dienste zu leisten
- Der familiären Situation angepasste Einsatzzeiten
- Weiterentwicklungsmöglichkeiten auf allen Stufen



Hier geht es zum ganzen
Stelleninserat

Für Auskünfte kontaktieren Sie Frau Sandra Zähler, Leitung Pflege und Betreuung,
Tel. 071 282 38 21 oder sandra.zaehner@halden.ch.



Baugenossenschaft für schönes Wohnen

Zwyssigstrasse 20, 9000 St. Gallen
071 277 47 94 | www.bsw-sg.ch

Veranstaltungsort und Treffpunkt für alle

Haben Sie keine Lust, selber zu kochen oder alleine zu essen? Geniessen Sie Ihr Mittagessen in einer geselligen Runde. Bei uns kann man mit Voranmeldung von Sonntag bis Freitag zum Mittagessen kommen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Menüs unter der Woche: CHF 14.00 und sonntags inkl. feinem Dessert CHF 17.00.



Sömmerlitreff

Wir vermieten unsere Räumlichkeiten für Vorstandssitzungen, Arbeitsgruppen, Präsentationen oder Generalversammlungen, etc. Der Raum kann zu günstigen Konditionen - von Genossenschaft zu Genossenschaft/Verein gemietet werden. Die Räumlichkeit eignet sich für 3 bis maximal 40 Personen und kann mit oder ohne Konsumation gebucht werden.

Lehrstellenforum findet wieder statt

Nach einjähriger Pause führt der neu gegründete Verein «Lehrstellenforum.org» am Samstag, 6. Mai, ab 10.15 Uhr an der GBS St. Gallen/Riethüsli zum 6. Mal das Lehrstellenforum durch. Firmen, Lehrlingsbeauftragte, Verbände und Organisationen präsentieren sich zur «Talentsuche» im Rahmen einer Tischmesse. Sie vermitteln einen Einblick in die jeweilige Berufswelt und die damit verbundenen beruflichen Möglichkeiten.



Attraktive Lehrlingsplattform

Alle jammern – der Verein «Lehrstellenforum.org» macht mit der Unterstützung durch den Kanton und die Stadt St. Gallen etwas. Bereits in den vergangenen Jahren konnte das Forums jeweils einen vollen Erfolg ausweisen. Dies bestätigen die jeweils über 60 Teilnehmenden mit der Präsentation von über 100 Berufsgattungen und die über 1000 zufriedenen Besucherinnen und Besucher. Die Tischmesse bietet den Arbeitgebern, Verbänden und Organisationen aus der Region eine ideale Plattform, um interessierten Schülerinnen und Schülern, Eltern und Lehrbeauftragten die unterschiedlichen Branchen und Berufsgruppen näher vorzustellen.

Lehrstellenforum

Ohne grossen Aufwand und zu günstigen Konditionen können sich Firmen, vertreten durch den Lehrlingsbeauftragten und einen Lehrling, vor Ort einem interessierten Publikum präsentieren und Fragen zum Berufseinstieg persönlich beantworten. Sie präsentieren sich mit Prospekten, Mustern, Exponaten sowie per Video und gewähren so den Besuchenden einen möglichst konkreten, anschaulichen Berufseinklick. Die Anzahl Tische sind mit rund 100 Stück limitiert und werden nach Eingang der Anmeldung vergeben. Der Eintritt in die Tischmesse ist gratis.

Weitere Information und Anmeldung zur Teilnahme unter: www.lehrstellenforum.org

5 Tage / 35 Camps
Wähle dein Camp !

16. – 20. OKTOBER 2023
ST.GALLEN – HERISAU – SPEICHER
projektwoche.ch



Wir bieten betagten Menschen einen Lebensraum, in dem sie sich wohl, sicher, geborgen und geschätzt fühlen.

Jeder Mensch ist für uns einzigartig.

Wir bieten Pflegeplätze für Kur- und Ferienaufenthalte an.

Nicht nur die Pflege und Betreuung werden bei uns grossgeschrieben, sondern auch ressourcenorientierte Aktivitäten. Darum kümmert sich unser professionelles Aktivierungsteam.



Wir sind spezialisiert für Menschen, die eine medizinisch anspruchsvolle Pflege und Betreuung benötigen.

- Menschen mit einer gerontopsychiatrischen Erkrankung
- Schmerzpatienten
- Palliativ Care Situationen
- Wachkoma - Patienten
- Menschen mit Demenz



Wir arbeiten eng mit unserer Heimärztin zusammen, die bei Bedarf jederzeit beigezogen werden kann.

Haben Sie Fragen?

Unsere Pflegedienstleitung gibt ihnen gerne Auskunft:

Email: radmila.kocic@otmarsg.ch

Tel direkt 071 274 47 33

Jeden 2. Dienstag im Monat findet im Otmar Restaurant von 17.00 Uhr- open end ein gemütlicher Seniorenabend fürs Quartier statt, um sich zu treffen, auszutauschen, soziale Kontakte zu pflegen etc. Es freut uns Sie kennen zu lernen. Die Daten finden sie auf unserer Homepage und in der Agenda im Quartierblatt



Pflegeheim St. Otmar

Schönauweg 5
9000 St. Gallen
071 274 47 47
info@otmarsg.ch
www.otmarsg.ch

Einladung zu folgenden öffentlichen Veranstaltungen im OTMAR-Café (oder im Saal):

Samstag, 8. April, 9.30 Uhr
Ökumenischer Gottesdienst zu den Osterfeiertagen mit Annette Spitzenberg und Alfons Sonderegger, mit anschl. Aperó

Freitag 21. April, 15.00 - 16.00 Uhr
Mallet Duo

Mittwoch, 26. April 14.30 - 16.00 Uhr
Geburtstagsparty mit den „Tösstalern“

Sonntag 30. April 10.00-16.00 Uhr
Brunch und Schlagernachmittag mit Claudio De Bartolo mit Anmeldung unter info@otmarsg.ch

Mittwoch, 24. Mai 14.30 - 16.00 Uhr
Geburtstagsparty mit Hansruedi Voder-
mann

mein Quartier mein Zuhause



~60+



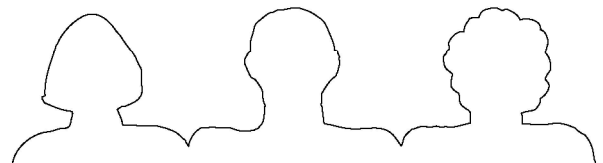
wohnhaft im Lachenquartier

herzlich willkommen
in der **IG Reifes Lachen**

Wir tauschen uns in
gemütlicher Runde aus und
schmieden Pläne für's
Quartier.

Kontakt und Info:

Sandra Stark
Pro Senecute
071 227 60 08
sandra.stark@sg.prosenectute.ch



DIE-TANKSTELLE

Zum Auftanken für Leib & Seele

Zeiten zum Auftanken:
Mittwochs 14-täglich

Tankstelle offen
ab 17:00h-21:00h

Stahlstrasse 7, St. Gallen

dietankstelle@gvcstgallen.ch

www.gvcstgallen.ch

*Fühlst du
dich leer?*

Herzlich
willkommen
in der



Sonntag

Gottesdienst um 9.45 Uhr, parallel dazu
Kinderhort und Kindergottesdienst

Unter der Woche

verschiedene Angebote für Kinder, Teenies,
Jugendliche, Erwachsene und Senioren

Büro 071 571 34 22

www.pfimi-sg.ch / info@pfimi-sg.ch

Wir freuen uns auf Ihren Besuch
an der Zürcherstr. 68b.



Gottesdienste

Fiire mit de Chline im Kirchensaal Bruggen
11. März, 9.30 Uhr
mit Sozialdiakonin Claudia Rufer Ritter

Gottesdienst mit Einführung ins Abendmahl
6. April, 19 Uhr, Pfarreiheim Bruder Klaus, Winkeln
mit Pfr. Uwe Habenicht, Musik Rise up mit anschl.
einfachen Nachtessen

Karfreitag 7. April, 10.00 Uhr GD mit Abend-
mahl in der Kirche Bruggen
Der GD wird gestaltet von Pfrn. Anne Dietrich. Mu-
sik Mako Bötschi und Danielle Schmid, Soprano

Oster-Gottesdienst, 9. April
10.00 Uhr mit Abendmahl in der Kirche Bruggen
Der GD wird gestaltet von Pfrn. Regula Hermann,
Musik Mako Bötschi und Ruth Bischofberger, Quer-
flöte

Abschluss-Gottesdienst des Kindertageslager
Freitag, 14. April, 15.30 Uhr im KGH Lachen
gestaltet von Claudia Rufer-Ritter, den Leitern und
Kindern des Kindertageslagers. Die Gemeinde ist
herzlich dazu eingeladen.

Kirchgemeindeversammlung in der Kirche Bruggen

Am 30. April findet anschliessend an den Gottes-
dienst, welcher um 9.30 Uhr in Bruggen beginnt,
die Kirchgemeindeversammlung um ca. 10.45 Uhr
statt.

Die Vorversammlung findet am Montag, 17. April
im Kirchensaal Bruggen statt.

Konfirmations-Gottesdienst an Pfingsten

28. Mai 10.00 Uhr in der Kirche Bruggen. Mit
Pfarrer Uwe Habenicht und allen Konfirmanden der
Kirchgemeinde Straubenzell. Alle Interessierten sind
dazu herzlich eingeladen.

Anlässe

Letzte Hilfe Kurs

Samstag, 22. April, 14-18 Uhr in der Jugendbara-
cke, Oberstrasse 298, Kursbeitrag Fr. 20.00
Mehr Infos unter www.straubenzell.ch oder Regula
Hermann. Anmeldung bis 14. April



Pfarrerinnen Regula Hermann

071 277 70 18, regula.hermann@straubenzell.ch

Sozialdiakonischer Dienst

Monica Ferrari-Zanetti

Alpsteinstrasse 3 9014 St. Gallen

071 571 50 27, sozialdiakonie@straubenzell.ch

Mesmerin

Christine Wymann

071 277 12 60, christine.wymann@straubenzell.ch

Verwaltung und Sekretariat

Zürcherstrasse 217 071 272 60 72

verwaltung@straubenzell.ch

sekretariat@straubenzell.ch

www.straubenzell.ch

Bürozeiten: Montag bis Freitag, 8 - 12 Uhr

60plus im Westen

Mittwoch, 26. April, 18.00 Uhr im KGH Lachen,
Yoga mit Andreia Müller, inkl. anschl. Nachtessen,
bitte anmelden 071 277 70 18.

Wiborada 2023 Führung und Gespräch mit Pfarrerinnen Kathrin Bolt

Mittwoch, 17. Mai, 14.30 Uhr Kirche St. Mangen,
Kirchgasse 17

Mittagstisch im KGH Lachen

Montag, 3. April, 1. Mai und 5. Juni 12.00 Uhr.
Das Mittagessen mit dem Dessert und den Geträn-
ken kostet Fr. 8.-. Wenn Sie nicht gut zu Fuss sind,
haben Sie die Gelegenheit, mit dem Auto abgeholt
zu werden. Bitte dafür am Montag zwischen 8.00
und 10.00 Uhr anrufen: Telefon 071 278 10 65,
Gret Rohrer

Jassnachmittag im KGH Lachen

Alle 14 Tage wird in gemütlicher Runde gejasst. Die
nächsten Daten sind, 3./17. April und 1./15. und
29. Mai um 14.00 Uhr. Auch hier sind Sie herzlich
willkommen.



Pfarreianlässe

- So, 19.3. 10.30 Ökumenischer Gottesdienst
in der Kirche St. Otmar,
Mitwirkung Chor „The Tunes“,
Rosenaktion, anschliessend
Suppentag im Pfarreizentrum
- So, 19.3. 07.00 Versöhnungsfeier
Kirche St. Otmar
- So, 26.3. 09.30 Eucharistiefeier, Taizélieder mit
Chor zu St. Otmar
- So, 02.4. 09.30 Eucharistiefeier Palmsonntag,
anschliessend Prozession
- Do, 06.4. 20.00 Abendmahlsfeier Hohen
Donnerstag+ Getsemani-Gebet
bis 21.15 Uhr
- Fr, 07.4. 15.00 Karfreitagsliturgie, Mitwirkung
Chor zu St. Otmar
- Sa, 08.4. 20.30 Osternachtgottesdienst, Chormu-
sik G.F. Händel (mit Chor zu St.
Otmar, Speisesegnung, anschl.
Apéro mit Eiertütschen (PZ))
- So, 09.4. 09.30 Ostergottesdienst
- So, 30.4. 09.30 Erstkommunion (Otmar)
- Do, 04.5. 20.00 Abendmusik im Centrum: Konzert
mit Chor zu St. Otmar und
Orchester New Sagittarius
Consort Zürich: G.B. Pergolesi:
Stabat Mater
- So, 07.5. 10.30 Erstkommunion (Kathedrale)
- So, 14.5. 09.30 Gottesdienst zum Muttertag,
Ensemble Flautastico
- Do, 18.5. 09.30 Gottesdienst Christi Himmelfahrt
- So, 28.5. 09.30 Pfingstgottesdienst

Frauengemeinschaft

- Mi, 29.3. 09.00 Eucharistiefeier
- Mi, 19.4. 09.00 Eucharistiefeier
- Do, 27.4.12.55 Besichtigung Fa. Just,
Walzenhausen (Kräuter- und
Pflanzenkosmetik)
- Mi, 24.5. 14.30 Maiandacht Wallfahrtskirche
Heiligkreuz
- Mi, 31.5. 08.55 Wanderung um die Hauptwiler
Weiher

Männervereinigung

- Sa, 15.4. 08.30 MännerStamm für JederMann –
Besuch der Schellenschmiede
Preisig
- Sa, 06.5. 06.30 Maibummel und Maiandacht,
Seekapelle Rorschach



Kontakt St.Otmar

Barbara Walser **Co-Leitung Pfarreibeauftragung**
Grenzstr. 10 071 224 06 11
barbara.walser@kathsg.ch

Christoph Balmer-Waser **Co-Leitung**
Grenzstr.10 071 224 06 12,
christoph.balmer@kathsg.ch

Markus Krüsi **Pfarreisekretariat**
Grenzstr. 10 071 224 06 10
pfarramt.st.otmar@kathsg.ch

Gottesdienste

Sonntagsgottesdienste

Sonntag 09.30 Eucharistiefeier

Familien und Jugend

- Mi, 29.3. 15-17 Kirche Kunterbunt, für Kinder von
0-12 Jahren (Pfarreizentrum)
- Mi, 31.5. 15-17 Kirche Kunterbunt, für Kinder von
0-12 Jahren
- Do, 18.-So, 21.5. Pfadi-Auffahrtslager

Laufen in der Natur

Besammlung: Pfarreizentrum
jeweils Mittwoch 14 – 17 Uhr
Auskunft: Francisca Garcia 078 927 65 21

Senioren

Seniorenspielnachmittag
montags 13.30 – 17 Uhr

Mittagstisch für alle
Montag, 27.3./17.4./8.5. jeweils 11.30 Uhr
Kosten Fr. 10.-, Anmeldung beim Sekretariat bis
montags um 8 Uhr, (071 224 06 10).



Eine neue Wäscherei für ein ganz besonderes Wäscheteam

Hellere Räume, ein neues Chipsystem und modernste Standards in Ökologie und Hygiene – das sind nur einige Vorzüge der neuen Valida-Wäscherei. Rund vierzig Jahre nach Eröffnung zeigte gestern das 35-köpfige Team die neuen Arbeitsplätze an der Zwysigstrasse 28 in St.Gallen dem breiten Publikum. Die Mitarbeitenden mit Unterstützungsbedarf erklärten ihre Arbeitsaufgaben während des laufenden Betriebs. Denn die Aufträge werden wie im ersten Arbeitsmarkt zeitgenau und im erstklassigen Service erledigt, Feierlichkeiten hin oder her!

«Heute führe ich den Leuten vor, wie ich die Wäsche sortiere», erzählt Domenica Rüttsche, langjährige Mitarbeiterin der Valida-Wäscherei. Sie und ihre Kolleginnen und Kollegen waren heute besonders gefordert. Nebst den täglichen Arbeiten durften sie ihren Angehörigen, aber auch bestehenden und neuen Kundinnen und Kunden ihre Arbeitsplätze zeigen. «Die neuen Räumlichkeiten sind hell und attraktiv. Sie ermöglichen uns einen Wäscheservice nach den modernsten Standards», erläutert Kathrin Hollenstein, Abteilungsleiterin der Valida-Wäscherei. Nebst dem Einblick in die neue Wäscherei sorgte der Seifenblasenkünstler Nicky Viva für staunende Gesichter, das Valida-Küchenteam für gut gefüllte Bäuche und verschiedene Kurzreferate durch Mitarbeitende und durch den Kunde Roman Brunschwiler von der SGSW für einen unterhaltsamen Anlass.

Mit digitalen Chips Fehler und Verluste vermeiden

Mit dem Umzug bietet die Arbeitgeberin für Menschen mit einer kognitiven Beeinträchtigung auch ein neues, digitales Chipsystem an. Damit können einzelne Wäschestücke nachverfolgt werden. Wie oft wurde das Geschirrtuch gewaschen? Wie alt ist der Bettanzug? Wo befindet sich aktuell die Uniform meiner Mitarbeiterin? Diese Fragen werden mit einem Klick beantwortet. Nebst der Nachweisbarkeit ermöglicht die neue Technologie auch zusätzliche Arbeitsaufgaben für die Mitarbeitenden beim Sortieren und Verpacken der Wäsche. Denn

valida 
Das soziale Unternehmen

anders wie in hochmodernisierten Wäschereien, bleiben hier die manuellen Tätigkeiten die wichtigsten.

Seit 40 Jahren mehr als nur eine Arbeitgeberin

Die Valida begleitet Menschen mit Unterstützungsbedarf bei der Arbeit, aber auch in Ausbildung, Wohnen und Freizeit. Vor rund vierzig Jahren eröffnete das soziale Unternehmen die Wäscherei – bestehend aus fünf Mitarbeitenden. Heute finden 26 Menschen mit Handicap und neun Betreuerinnen eine sinnstiftende Beschäftigung. Die Kundenaufträge



aus der Region werden – wie im ersten Arbeitsmarkt – pünktlich und im erstklassigen Service erledigt. «Nebst dem Erledigen der Kundenwünsche besteht unsere Arbeit auch aus agogischen Tätigkeiten. Die Arbeitsaufgaben werden laufend auf die Personen abgestimmt. Unsere Mitarbeitenden werden gefordert, aber nicht überfordert», so Kathrin Hollenstein.

Das soziale Unternehmen Valida

Die Valida begleitet Menschen mit Unterstützungsbedarf in der Ausbildung, bei der Arbeit, beim Wohnen und in der Freizeit. Mit ihren Produkten und Dienstleistungen ist sie eine starke Partnerin der Wirtschaft. Die Valida ist ein soziales Unternehmen, zuhause in der Ostschweiz, in St. Gallen.

Alle Informationen unter www.valida.ch

Quartierverein Lachen

Präsident

Pius Jud Fürstenlandstr. 45
079 797 36 68 pius.jud@bluewin.ch

Kassier

Christoph Schefer Lilienstrasse 23
081 413 42 85 christoph.schefer@hotmail.com

Quartiernachrichten

Redaktion/Gestaltung/Fotos/Inserate

Pius Jud Fürstenlandstr. 45
079 797 36 68 pius.jud@bluewin.ch

Druck

E-Druck AG Lettenstrasse 21
071 246 41 41 9016 St.Gallen

Unsere Anlässe 2023

Do, 16. März 19.00 HV des QV Lachen
KGH Lachen, Burgstr.102
Do, 1. Juni 18-20 Quartierwoorscht
Eröffnung Buvette
Do, 22. Juni 19.30 Konzert auf dem Dach
Sa, 26. Aug. 10-13 Kinderflohmarkt
Sa, 26. Aug. 12-24 Waldaupärklifest
So, 3. Dez. 17-19 Advents-Soppe mit
Christbaum schmücken

Zudem sind diverse Betriebsbesichtigungen
geplant. Sie werden frühzeitig in den QN
ausgeschrieben.

Quartierstamm siehe Seite 11

Redaktionsschluss

Auslieferung

QN 1 Fr, 13. Jan.

ab Di, 24. Jan.

QN 2 Fr, 10. März

ab Di, 21. März

QN 3 Fr, 12. Mai

ab Di, 23. Mai

QN 4 Fr, 28. Juli

ab Di, 8. Aug.

QN 5 Fr, 15. Sept.

ab Di, 26. Sept.

QN 6 Fr, 3. Nov.

ab Di, 14. Nov.

Die Quartiernachrichten Lachen werden mit 3100
Exemplaren gratis im Quartier verteilt und an 180
offizielle Adressen und Auswärtige versandt.

Unsere Homepage: www.qv-lachen.ch

Mitgliedschaft im Quartierverein Lachen

Ich/wir möchte/n gerne Mitglied werden: *Jahresbeitrag: Einzelperson Fr. 20.-
Paar Fr. 30.-*

☐ Frau ☐ Herr ☐ Paar

Familienname/n _____

Strasse _____

PLZ, Ort _____

Mailadresse _____

Datum _____

Unterschrift _____



Einsenden an: Pius Jud Fürstenlandstr. 45 9000 St.Gallen



P.P.

9000 St.Gallen

Post CH AG

«Mini Arbät, mini Wahl» Domenica



Domenica startet den Tag am liebsten mit ihren Kolleginnen und Kollegen bei Kaffee und Tee in der Cafeteria. Sie arbeitet in der Wäscherei der Valida, wohnt vor Ort in einer Vierer- Wohngemeinschaft und nimmt aktiv an den vielfältigen Sport- und Freizeitaktivitäten teil.

Lies jetzt, wie die Valida und ihr Umfeld sie erleben und werde Teil von Domenicas Team.

valida 
Das soziale Unternehmen

valida.ch/domenica

