



# Wartauer Gemeindeblatt

Ausgabe 50, Juni 2024



Gemeinderat

## **ARA-Anschluss, Ortsplanung und Verkehrsberuhigung**

→ Seite 3

**Neubau Kindergarten und  
Schulerweiterung in Weite**

→ Seite 7

**Das Betagtenheim  
feiert dreifach**

→ ab Seite 8

**Die Gretscher Linde erzählt**

→ ab Seite 30

# Inhalt

## Politische Gemeinde

Vorwort Andreas Bernold	3
Aktualitäten aus der Bauverwaltung	4
Sind Ihre Reisedokumente noch gültig?	6
Neubau Kindergarten und Erweiterung Schulstandort Weite	7
Das Betagtenheim feiert gleich dreifach	8
Umgang mit Cyberkriminalität für ältere Menschen	10
Ausgereiftes Konzept für störungsfreien Abwassertransport	12
Amphibienwanderung Wartau	13
241 Wartauer Schulkinder bei der Umweltputzete	14
Kreative Projektarbeiten an der Oberstufe	16
Paparazzis berichten von den Oberstufen-Thementagen	17
Wintersporttage - ein Gedicht	21
Wir sind Superhelden!	22
Tierisches Motto	22
Herbstmarkt und Fasnachtsumzug	23
Ein- und Austritte, Ferienplan	24
Schulsozialarbeit	25
Kinder- und Jugendhilfe	25
Bildungslabor Smartfeld neu auch in Buchs	26
Fitna-Techniktage für die Fachkräfte von morgen	27
Lehre statt Leere	27
Berufswahlevent	27
slowUp Werdenberg-Liechtenstein begeisterte	28

## Ortsgemeinde Wartau

Samstag, 14. September 2024 – ein Tag für alle!	29
---	----

## Kirchgemeinden

Die Gretschinser Linde erzählt	30
--------------------------------	----

## Organisationen und Vereine

Unkompliziert und schnell	32
Das HPZ Seidenbaum feiert 60-Jahre-Jubiläum	33
Der Rebhüslitag – ein Tag ganz im Zeichen des Genusses	34
Frühjahrsexkursion und Schutz des Flussregenpfeifers	35
Das vergangene Jahr mit dem Ski- und Bergclub Gonzen	36
Neues vom FC Trübbach aus der Saison 2023/2024	37
Oberschaner Dama Truppa	38
Turnverein Azmoos mit neuer Vereinsfahne	39
Schützenverein Wartau	40
Selbstbestimmt älter werden	42
Vitaswiss Sarganserland	43
5 Jahre Café Trotzdem	43
Wiesel gesucht und in Wartau gefunden!	44
Kinder im Blick – KiB	45
Alkoholentzug	45
Fit im Alter	46
Anpassung an den Klimawandel	46

Andreas Bernold, Gemeindepräsident

## ARA-Anschluss, Ortsplanung und Verkehrsberuhigung

Geschätzte Einwohnerinnen und Einwohner  
der Gemeinde Wartau  
Liebe Leserinnen und Leser

Im Namen des Gemeinderats und der Verwaltung bedanke ich mich sehr herzlich für Ihre deutliche Zustimmung zur Jahresrechnung 2023 sowie zum Budget und Steuerplan 2024 anlässlich der Bürgerversammlung vom 9. April 2024. Es freut uns, dass wir somit die angefangenen und neuen Projekte und Aufgaben weiter vorantreiben und umsetzen können. Gerne gehe ich kurz auf aktuelle Projekte und deren Fortschritte ein.

### Anschluss der ARA Wartau an die ARA Sargans

Wie geplant, konnte Ende 2023 das Pumpwerk ARA Wartau in Betrieb genommen werden. Damit ist die Gemeinde Wartau abwassertechnisch an die ARA Sargans angeschlossen. Seit 1. Januar 2024 ist somit der Zusammenschluss der ARA Wartau mit der ARA Sargans und die Mitgliedschaft der Gemeinde Wartau im Abwasserverband Saar vollends abgeschlossen. Der Unterhalt und Betrieb der Anlagen (Pumpwerke, Hebewerk, Druckleitung) auf Gebiet der Gemeinde Wartau ist per 1. Januar 2024 in die alleinige Zuständigkeit des Abwasserverbandes Saar übergegangen.

Im Jahr 2024 wird noch der Teilrückbau von elektromechanischen Ausrüstungen in der ARA Wartau ausgeführt. Die bestehenden Abwasserbecken und Gebäude der ARA Wartau bleiben bestehen.

Dieses Projekt konnte erfolgreich und unter dem Budget abgeschlossen werden. Der erfolgreiche Abschluss dieses Projekts ist dank einem grossen Zusatzaufwand von unserem Betriebsleiter Peter Müller und seinem Team während der Bauphase ermöglicht worden. Ich danke Peter Müller und seinen Mitarbeitenden für ihren tollen Einsatz zugunsten unserer Gemeinde.

### Ortsplanungsprozess

Das Amt für Raumentwicklung und Geoinformation (AREG) hat den Zonenplan, das Baureglement, die Anpassungen im Richtplan und die Schutzverordnung (Teil Ortsbildschutz) vorgeprüft und entsprechende Rückmeldungen gemacht.

Als nächsten Schritt wird die Steuerungsgruppe die Vorprüfungsergebnisse besprechen und die Planungsmittel entsprechend anpassen und ergänzen. Danach werden die Unterlagen durch den Gemeinderat zur öffentlichen Mitwirkung freigegeben und eine Infoveranstaltung für die Bevölkerung durchgeführt. Gemäss heutigem Planungsstand wird die öffentliche Mitwirkung im Herbst 2024 durchgeführt.

### Verkehrsberuhigung

Die Gemeinde arbeitet mit dem Projekt «Verkehrssicherheit und Verkehrsberuhigung» schon längere Zeit an den Grundlagen und möglichen Massnahmen zur Verbesserung der Verkehrssicherheit für den Fuss- und Langsamverkehr auf dem gesamten Gemeindegebiet. Der Prozess ist nun so weit fortgeschritten, dass in den ersten Dörfern Massnahmen und Tempo 30 in diesem Jahr umgesetzt werden können.

Im März 2024 wurde dem Gemeinderat eine Petition für einen sicheren Schulweg im Dorfkern Azmoos eingereicht. Mit einer Delegation der Petitionäre wurde eine Besprechung durchgeführt und mögliche Sofortmassnahmen diskutiert. Die möglichen Sofortmassnahmen für das Dorf Azmoos werden im Moment von unserem Verkehrsplaner bearbeitet. Sobald die Unterlagen zu diesen Sofortmassnahmen vorliegen, werden diese mit der Kantonspolizei besprochen und zeitnah umgesetzt.

Ich freue mich, wenn Sie sich in die verschiedenen Gemeindeprojekte einbringen und gemeinsam mit dem Gemeinderat und der Verwaltung an zukunftsgerichteten Ideen mitarbeiten. Unsere Gemeinde ist Ihr Lebensraum und diesen können Sie mitgestalten. Ihre Mitarbeit ist sehr wertvoll und hilft uns, die künftigen Herausforderungen sinnvoll und wirtschaftlich zu lösen.

Nun wünsche ich Ihnen viel Freude bei der Lektüre unseres Gemeindeblatts und lade Sie mit Freude ein, aktiv an der Entwicklung unserer Gemeinde mitzuwirken.

Andreas Bernold, Gemeindepräsident

Matthias Nänni, Leiter Bauverwaltung Wartau

## Aktualitäten aus der Bauverwaltung

**Damit die Durchfahrt für Blaulichtorganisationen und den landwirtschaftlichen Verkehr im Gebiet Heuwiese gewährleistet werden kann, ist das Abstellen von Fahrzeugen nur noch auf den bezeichneten Parkplätzen erlaubt. Für Solaranlagen in den Wartauer Ortsbildschutzgebieten ist eine Baubewilligung nötig. In Azmoos sind umfassende Sanierungsarbeiten gestartet. Ebenfalls saniert werden die Brücken in den Rheinauen.**

### Parkierung Heuwiese

Beim Spiel- und Grillplatz in der Heuwiese wurden die offiziellen Parkbereiche mit Zäunen abgegrenzt und an den Zufahrtsstrassen eine entsprechende Signalisation angebracht. Ab sofort ist das Abstellen von Fahrzeugen nur noch auf den signalisierten Parkplätzen gestattet. Dadurch soll insbesondere an hoch frequentierten Tagen die teilweise wilde Parkierung besser geregelt sowie die Durchfahrt für Blaulichtorganisationen und landwirtschaftliche Fahrzeuge gewährleistet werden. Die Einführung einer Parkgebühr erfolgt in einem nächsten Schritt in Abstimmung auf die Umsetzung der Parkplatzbewirtschaftung innerhalb des ganzen Gemeindegebietes.



### Solaranlagen in Ortsbildschutzgebieten

Gemäss Raumplanungsgesetz (RPG) bedürfen Solaranlagen auf Kultur- und Naturdenkmälern von kantonaler oder nationaler Bedeutung stets einer Baubewilligung. Sie dürfen solche Denkmäler nicht wesentlich beeinträchtigen (Art. 18a Abs. 3 RPG). Dies betrifft nebst den geschützten Einzelobjekten insbesondere auch die Ortsbildschutzgebiete der Dörfer Azmoos, Malans, Ober-



schan, Gretschins und Fontnas. Die Realisierung einer PV-Anlage oder einer thermischen Solaranlage ist auf die geltenden Schutzziele des entsprechenden Gebietes abzustimmen. Von den besonderen Bestimmungen betroffen sind nebst den Anlagen auf den Dächern und an den Fassaden speziell auch freistehende Module sowie Solarzäune.

Vor der Erstellung einer Solaranlage sind daher die Möglichkeiten für eine Realisierung bzw. die geltenden Anforderungen an die Gestaltung genau abzuklären. Die Bauverwaltung steht gerne für diesbezügliche Beratungen zu Verfügung.

### Sanierungsarbeiten im Oberdorf Azmoos

Die ersten Werkleitungsarbeiten im Zusammenhang mit der Strassensanierung Oberdorf sind gestartet. Für die Anschlussarbeiten im Bereich Abwasser musste die Poststrasse aufgebrochen und während drei Wochen für sämtlichen Verkehr komplett gesperrt werden. Anschliessend wird in Etappen der gesamte Strassenkörper im Oberdorf saniert und die Werkleitungen erneuert. Die jeweiligen Umleitungen werden entsprechend signalisiert. In Abhängigkeit von der Witterung dauern die Bautätigkeiten insgesamt bis Ende 2024. Besten Dank für das Verständnis gegenüber den damit verbundenen unumgänglichen Einschränkungen.



### Baustart Instandstellung Brücken Rheinauen

Die Politische Gemeinde und die Ortsgemeinde Wartau sind Eigentümer mehrerer Brücken im Gebiet Rheinau/Cholau. Inspektionen der historischen Brücken haben ergeben, dass diese mehrheitlich einen sanierungsbedürftigen Zustand aufweisen sowie deren Tragfähigkeit nicht mehr den heutigen Anforderungen entspricht. Daher müssen diese Bauwerke umfassenden Instandstellungsarbeiten unterzogen werden.

Mittlerweile wurden die Finanzierungsbeiträge von Bund und Kanton zugesichert. Die erforderlichen kantonalen Genehmigungen liegen vor.

In den nächsten drei Jahren sollen jeweils drei Brücken pro Jahr ertüchtigt und saniert werden. Während der Bauarbeiten können die Brücken weder passiert, noch begangen werden. Dies bedingt eine Vollsperrung der ersten Brücke am Rheinweg von Montag, 3. Juni, bis voraussichtlich 30. August 2024.

Nach den Sommerferien bis in den Spätherbst folgen dann die Bauarbeiten an den Brücken Hüttenbrunnen und Schermweg. Auch diese müssen in diesem Zeitraum vollständig gesperrt werden. Die Bewirtschaftung der Felder bleibt über die Bahnstrasse und den Längsweg gewährleistet.

Entsprechende Umleitungen werden vor Ort signalisiert. Verschiebungen der geplanten Zeitfenster aufgrund der Witterung sind möglich. Vielen Dank für das Verständnis.

### Mehr Informationen

Kontakt Bauverwaltung  
bauverwaltung@wartau.ch, Tel. 058 228 20 72  
→ <https://www.wartau.ch/aemter/7280>



Eliane Wüst, Einwohneramt, Gemeinde Wartau

## Sind Ihre Reisedokumente noch gültig?

Die Ferienzeit steht wieder bevor. Für einen Auslandsurlaub sind gültige Reisedokumente unerlässlich.

Falls Ferien in einem Land anstehen, in dem die Identitätskarte als Reisedokument ausreicht, kann diese direkt beim Einwohneramt Büro Nr. 2 beantragt werden. Hierfür benötigen Sie ein Papierfoto, das der Fotomustertafel entspricht.

Passfotos, welche diesen Anforderungen nicht entsprechen, werden strikt zurückgewiesen.

Wir bitten Sie, die folgenden wichtigsten Kriterien zu beachten:

### Körperhaltung, Kopfposition, Gesichtsausdruck und Blickrichtung

- Person muss gerade vor Kamera sitzen (Schultern gerade)
- Kopfhaltung gerade (Frontaufnahme), nicht abgedreht, geneigt oder gekippt
- Gesichtsausdruck neutral, Mund geschlossen (freundlicher Gesichtsausdruck ist erlaubt)
- Beide Augen offen und deutlich sichtbar

### Ausleuchtung, Schärfe, Kontrast und Hintergrund

- Foto muss scharf und kontrastreich sein
- Ausleuchtung gleichmässig (keine Schatten im Gesicht)
- Hintergrund einfarbig, einheitlich und neutral; keine Schatten

### Brillenträger

- Keine Spiegelung der Brillengläser
- Keine getönten Gläser oder Sonnenbrille

### Kleinkinder

- Bei Kindern darf weder eine andere Person noch ein Gegenstand auf dem Foto ersichtlich sein

### Fotoqualität und weitere Bestimmungen

- Das Foto darf nicht älter als ein Jahr sein
- Es darf keine Knicke, Unebenheiten und Verunreinigungen aufweisen
- Es darf keine Pixelstruktur ersichtlich sein
- Kopfbedeckungen sind nicht gestattet
- Es sind Schwarzweiss- und Farbfotos zugelassen

Reicht die Identitätskarte nicht aus bzw. wird ein biometrischer Pass verlangt, muss dieser bei der Ausweisstelle in St.Gallen beantragt werden.

Die frühzeitige Beantragung der neuen Reisedokumente wird empfohlen. Vor der Ferienzeit kann die Dauer für die Ausstellung der Identitätskarten und Pässe von der üblichen Ausstellungszeit abweichen.

### Preise, Gültigkeit und Ausstellungszeit

#### Pass

- Preise: Erwachsene (ab 18. Altersjahr) CHF 145; Kinder CHF 65
- Gültigkeit: Erwachsene 10 Jahre, Kinder 5 Jahre
- Ausstellungszeit: maximal 10 Arbeitstage

#### Identitätskarte

- Preise: Erwachsene (ab 18. Altersjahr) CHF 70, Kinder CHF 35
- Gültigkeit: Erwachsene 10 Jahre, Kinder 5 Jahre
- Ausstellungszeit: maximal 10 Arbeitstage

#### Kombi-Angebot (Pass und Identitätskarte)

- Preise: Erwachsene (ab 18. Altersjahr) CHF 158, Kinder CHF 78
- Gültigkeit: Erwachsene 10 Jahre, Kinder 5 Jahre
- Ausstellungszeit: maximal 10 Arbeitstage

### Weitere Informationen

- [www.schweizerpass.ch](http://www.schweizerpass.ch)

Bürgerschalter/Einwohnerdienste  
Poststrasse 51  
9478 Azmoos  
Tel. 058 228 20 50  
[einwohneramt@wartau.ch](mailto:einwohneramt@wartau.ch)

Neubaukommission Schule

## Neubau Kindergarten und Erweiterung Schulstandort Weite

Am 9. Juni haben die Stimmbürgerinnen und Stimmbürger der Gemeinde Wartau dem Neubau des Kindergartens und der Erweiterung des Schulstandorts Weite mit 934 zu 292 Stimmen zugestimmt. Der Neu- und Erweiterungsbau wurde nötig, da der Kindergarten in Fontnas stark sanierungsbedürftig ist und im altherwürdigen Schulhaus in Weite Schulraum fehlt. Dies auf Grund der langsam aber stetig steigenden Einwohnerzahlen.



Neben der Deckung des Raumbedarfs ist ein wesentliches Ziel die Schaffung eines Aussenraums mit hoher Aufenthaltsqualität für die Nutzer der Schule von Weite.

### Garten und Haus

Zentrales Motiv für den ganzheitlichen Entwurf ist der für Weite typische Garten. Es entsteht ein öffentlicher Garten, der die Beziehung zur Natur stärkt. Richtung Kantonsstrasse verbessert eine Pergola die Aufenthaltsqualität auf dem Pausenplatz um die grosse Linde. Die neuen Schulräume werden im Neubau, einem länglichen Baukörper auf zwei Geschossen entlang der südlichen Parzellengrenze angeordnet. Das historische Schulhaus bleibt der Hauptbau und die Adresse der Schule an der Kreuzung. Der Neubau ordnet sich diesem in Höhe und Materialität unter.

### Einfacher Holzbau

Das Tragwerk des Neubaus besteht aus Holz. Ohne Unterkellerung wird lediglich die Bodenplatte in Recyclingbeton erstellt. Die zwei Geschosse werden als möglichst einfache, additive, sich möglichst oft wiederholende Struktur aus Stützen und Unterzügen erstellt. Einfache Bauteile des Konstruktionsvollholzes können aus dem Wald der Ortsgemeinde bezogen werden.

### Flexible Lernformen

Im Obergeschoss tragen lediglich die Aussenwände und der Kern. Damit ist die Stellung der Wände und die Ausbildung der Öffnungen langfristig flexibel. Eine gute

Raumakustik ist der entscheidende Faktor bei offenen Lernkonzepten. Deshalb werden alle Decken schallabsorbierend ausgebildet. So kann langfristig auf sich wandelnde Unterrichtsformen in der Primarschule reagiert werden. Die Kindergärten im EG bestehen aus grosszügigen, mittels breiter Schiebetüren verbundener Räume. Auch die Garderobe und der Arbeitsraum können vollwertig mitgenutzt werden.

### Low-Tech-Konzept

Das Haustechnikkonzept sieht einen niedrigen Installations- und Unterhaltsgrad vor. Alle Unterrichtsräume werden natürlich be- und entlüftet. Die geringe Gebäudetiefe ermöglicht eine gute Querlüftung und eine effiziente Nachtauskühlung im Sommer. Es gibt möglichst wenige für die Überhitzung problematische Ost- und Westfensterflächen. Stattdessen werden die Klassen mit möglichst viel indirektem gleichmässigem Nordlicht versorgt. Entscheidend für ein angenehmes Raumklima ist die eingebrachte Masse über die Böden und Trennwände. Diese sorgen zusätzlich für einen guten Feuchtigkeitsausgleich. Zur Wärmeversorgung ist eine Grundwasserwärmepumpe angedacht. So kann über die Fussbodenheizung geheizt und gekühlt werden. Die grosse PV-Anlage in Richtung Süden produziert mehr Energie als verbraucht wird.

Falls es zu keinen unvorhergesehenen Verzögerungen kommt, kann im Herbst 2025 mit den Bauarbeiten begonnen und das Objekt per Ende 2026 bezogen werden.

Vreni Kruse-Müller, Gemeinderätin, Vorsteherin Ressort Soziales

## Das Betagtenheim feiert gleich dreifach

Vor 20 Jahren wurde das Betagtenheim Wartau bezogen. Das Führungsteam besteht noch immer.

Der Entscheid vor über 20 Jahren, das Betagtenheim von der Heuwiese ins Zentrum von Azmoos zu verlegen, erweise sich noch heute als richtig. Dies wurde an der Feier vom 23. Februar 2024 zum Ausdruck gebracht. Einerseits aufgrund der positiven Entwicklung der Zahl an Bewohnerinnen und Bewohnern, andererseits hat sich das Kafi Zentrum zum beliebten Treffpunkt etabliert, in dem sich Bewohner mit der Dorfbevölkerung treffen, Familienfeiern, Apéros und Bankette stattfinden sowie Vereinsnähe und Trauerfeiern durchgeführt werden.

Die Räumlichkeiten des Betagtenheimes boten die idealen Rahmenbedingungen für das Fest zum 20-jährigen Bestehen des «neuen» Hauses. Eingeladen zum gemütlichen Abend waren neben den Mitarbeitern auch Mitglieder des Gemeinderates, der Baukommission und der Betriebskommission, die sich vor gut 20 Jahren für den Bau des neuen Betagtenheimes einsetzten. Unter den Gästen waren zudem der damalige Gemeindepräsident und heutige Regierungsrat Beat Tinner sowie das Architektenteam.

### Erfreuliche Entwicklung auch mit Blick nach vorne

Zu feiern gab es nicht nur den vor 20 Jahren in Betrieb genommenen Standort, sondern auch das seit 20 Jahren unveränderte Leitungsteam. Es ist nicht selbstverständlich, dass eine Führungscrew während so langer Zeit gemeinsam wirkt und das Haus gemeinsam weiterentwickelt. Ein grosses Lob ging an die Heimleiterin Beatrice Disch, den Chefkoch Jakob Jahn, den Leiter Hausdienst Reto Gabathuler sowie die Co-Pflegedienstleitung Doris Roider und Monika Näf für ihren unermüdlichen Einsatz. Ein grosser Dank geht ebenfalls an alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die sich Tag für Tag für die pflegebedürftigen Bewohnerinnen und Bewohner einsetzen. Die beiden Co-Pflegedienstleiterinnen treten seit Anfang Jahr etwas kürzer und haben Aufgaben an die beiden jungen, engagierten Mitarbeiterinnen Selina Eggenberger und Marion Gabathuler übergeben.

### Investition in den eigenen Nachwuchs hat sich gelohnt.

Ebenfalls seit 20 Jahren engagiert sich das Betagtenheim aktiv als Ausbildungsbetrieb. Bereits bevor der Pflegebedarf in aller Munde war, haben die Verantwortlichen des Betagtenheims erkannt, dass es sich trotz dem grossen Aufwand lohnt, in den eigenen Nachwuchs zu investieren. Heute beschäftigt das Betagtenheim insgesamt 70 Mitarbeitende, neun davon sind Auszubildende sowie ein Praktikant. Ausgebildet werden Fachpersonen Gesundheit, Assistenten Gesundheit und Soziales und Praktiker Hauswirtschaft EBA.







### Bedürfnissen des Wandels gerecht werden

Regierungsrat Beat Tinner überbrachte die Grussbotschaft der St.Galler Regierung. Er freute sich, zusammen mit bekannten Gesichtern die zwei Jahrzehnte Engagement, Fürsorge und Gemeinschaft am Standort Azmoos feiern zu dürfen. Als Gemeindepräsident von Wartau durfte er damals die Planung und den Bau des Betagtenheims hautnah miterleben und zusammen mit Rat, Betriebs- und Baukommission sowie den Architekten die Grundlagen für den wichtigen Bau im Dorfzentrum legen. Er dankte allen, die mitgeholfen haben und weiter mithelfen, die damalige Vision in die Tat umzusetzen. Die Betriebskommission habe es zusammen mit der Heimleitung geschafft, den Bedürfnissen einer sich wandelnden Gesellschaft gerecht zu werden. Dabei erwähnte er die immer stärker werdende Individualisierung und der zunehmende Wunsch der älteren Menschen, solange wie möglich in ihrem gewohnten Umfeld zu leben. Seine dankenden und lobenden Worte richtete der Regierungsrat aus der Gemeinde Wartau auch an die Adresse der Spitex, an alle anderen externen Dienstleister und zahlreichen Freiwilligen, deren Einsätze und Liebe zum Detail das Leben im Heim bereichern. Zum Schluss seiner Rede wünschte sich Beat Tinner für die Zukunft eine Gesellschaft, die das Alter nicht als Last, sondern als wertvollen Teil des Lebens betrachtet. Im anschliessenden gemütlichen Teil gab es Burger vom Food Truck und verblüffende Zaubereien von Danini.



Vreni Kruse-Müller, Gemeinderätin, Vorsteherin Ressort Soziales

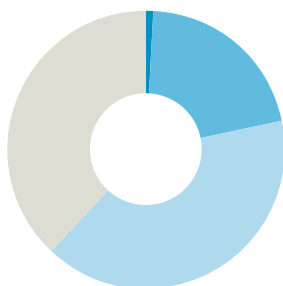
## Umgang mit Cyberkriminalität für ältere Menschen

**Cyber- oder Internetkriminalität ist ein weltweites Phänomen, bei dem Täter moderne Informationstechnologien verwenden, um Straftaten zu begehen oder Nutzer sonst wie über den Tisch zu ziehen. Sie kann überall dort stattfinden, wo Menschen Computer, Smartphones oder andere IT-Geräte verwenden.**

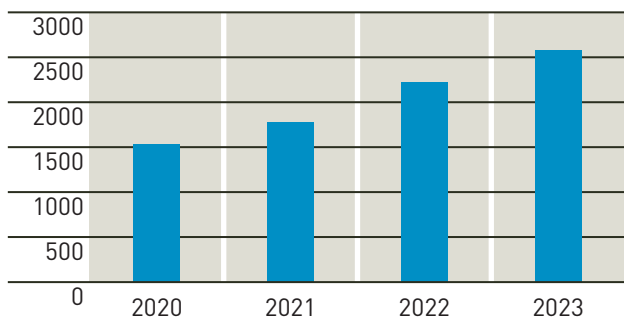
Am Donnerstagnachmittag, 11. April 2024, konnte in der Turnhalle des OZ Seidenbaum der fünfte Informationsanlass 60+ durchgeführt werden. Er wurde von rund 119 Personen der Jahrgänge 1963 bis 1934 besucht. Das Ziel dieses Anlasses war es, dass die Besucher Informationen zu einem aktuellen Thema bekommen. Er sollte auch eine Gelegenheit sein, sich auszutauschen und auf dem Markt die eine oder andere Anregung zu bekommen. Im ersten Teil hielt Urs Bücheler von der Kantonspolizei St.Gallen einen interessanten Vortrag mit dem Titel «Umgang mit Cyberkriminalität für ältere Menschen», der anschliessend zu angeregten Diskussionen an den Tischen führte.

### Besucherstatistik

- 90 Jahre **1 Person**
- 80–89 Jahre **25 Personen**
- 70–79 Jahre **48 Personen**
- 60–69 Jahre **45 Personen**



Die grösste Anzahl der Straftaten im digitalen Bereich betrifft den Bereich der Cyber-Wirtschaftskriminalität mit gut 88 Prozent. Cyber-Sexualdelikte betragen gut 7 Prozent und Cyber-Rufschädigungen und unlauteres Verhalten 4 Prozent. Die Bereiche Darknet und andere sind gemäss der Polizeilichen Kriminalstatistik (PKS) 2023 gering ausgefallen.



Anzahl polizeilich bekannt gewordener Straftaten der digitalen Kriminalität im Kanton St.Gallen seit 2020.

### Social Engineering oder die soziale Manipulation

Seien Sie vorsichtig, wenn Ihnen versprochen wird, dass Sie gewonnen haben oder Vermögen erben! Die Täter wissen um die Bedürfnisse von uns Menschen. Sie sprechen diese gezielt an, um Handlungsweisen zu beeinflussen. Sie nützen Ängste, Gutgläubigkeit, Bedürfnisse

und Geldgier aus. Sie holen Informationen ab und nutzen diese für kriminelle Handlungen.

### Präventionsmassnahmen bei Microsoft-Anrufern

Misstrauen gegenüber fremden Personen am Telefon ist angebracht. Auch wenn Ihnen diese vertrauenswürdig erscheinen. Geben Sie Fremden keinen Zugriff auf Ihren Computer und geben Sie keine persönlichen Daten wie Kontonummern und Passwörter bekannt.



### Love Scam, der digitale Heiratsschwindler

Betrüger suchen in Partnerbörsen geeignete Opfer. Sie verwenden falsche Namen, Berufsbezeichnungen und Fotos. Sie erzählen erfundene Geschichten und umgarnen das Opfer. Aufgrund angeblich fehlendem Geldzugang bitten sie das Opfer um finanzielle Hilfe. Opfer von digitalen Heiratsschwindlern werden nicht nur finanziell geschädigt, sie erleben auch tiefe emotionale Verletzungen. Begegnen Sie Anfragen über Partnerbörsen mit einer gesunden Portion Misstrauen. Zahlen Sie niemals Geld an Menschen, die Ihnen nicht aus dem realen Leben bekannt sind.

### Sextortion oder die Erpressung mit Bildmaterial

Männliche Internetnutzer werden auf den sozialen Netzwerken von Frauen angemacht. Nach kurzer Zeit folgt die Einladung zum Videochat. Die Damen präsentieren sich erotisch und fordern das Gegenüber auf, mitzumachen. Der Chat wird aufgezeichnet und die Opfer mit dem Bildmaterial erpresst. Ein Videochat wird dann heikel, wenn sexuelle Handlungen übertragen werden. Falls es doch passiert, bewahren Sie Ruhe. Brechen Sie den Kontakt ab und bezahlen Sie keine Erpressungsgelder. Machen Sie eine Meldung an den Betreiber der sozialen Plattform und erstatten Sie Anzeige.

### Vorschussbetrügereien

Seien Sie bei zu gut tönenden Angeboten und angeblichen Gewinnen misstrauisch. Lassen Sie sich nicht zu einem Kauf drängen und leisten Sie keine Vorschusszahlungen für Waren oder Dienstleistungen. Beharren Sie auf dem Grundsatz Ware gegen Geld.



### Phishing

Hier geht es immer darum, Daten preiszugeben. Die Anforderungen kommen per E-Mail oder Link, welche echten Webseiten sehr ähnlich sind (Banken, Post, Bundespolizei Fedpol usw.). Auf gefälschten Webseiten werden von ahnungslosen Nutzern Daten eingegeben, es können auch gehackte Webseiten von seriösen Firmen sein. Ganz wichtig: Seriöse Dienstleister wie Banken, Post, Online Auktionsanbieter, Behörden usw. werden Sie nie über E-Mail oder Telefon zur Abgabe von Daten auffordern.

### Anlagebetrug

Anlagebetrüger gaukeln grosse Renditen und hohe Zinsen vor. Sie verharmlosen die Risiken bei Anlagegeschäften. Sie suchen einen schnellen Abschluss und setzen die Opfer unter Zeitdruck. Sie sind für Rückfragen vielfach nicht mehr erreichbar. Darum überprüfen Sie Ihren Anbieter unter [www.finma.ch](http://www.finma.ch) und sind Sie sich bewusst, dass hohe Renditen auch hohes Risiko bedeutet. Lassen Sie sich von angeblich hohen Gewinnaussichten nicht zu einem Vertrag drängen.

### Sicherheit durch Eigenverantwortung

Viele Betrugsarten im Netz sind einfach zu durchschauen, wenn man sie kennt. Eine gute Grundbildung in Sachen Medienkompetenz ist deshalb sehr wichtig. Wenn die Bürgerinnen und Bürger besser verstehen, wie das Internet funktioniert, wie getrickst und gefaket wird, können kriminelle Machenschaften besser durchschaut werden. Deshalb: Informieren Sie sich und bleiben Sie auf dem Laufenden!

Im zweiten Teil des Anlasses standen an Stehtischen verschiedene Institutionen und Vereine wie das Betagtenheim Wartau, das Betreute Wohnen, die Spitex, der Verkehrsverein, die Pro Senectute und die Zeitbörse für Fragen und Gespräche zur Verfügung. Dieser Marktplatz wurde von den Teilnehmenden rege genutzt. Am Schluss gab es einen Imbiss, der vom Team des Betagtenheimes ansprechend präsentiert und sehr geschätzt wurde.

### Weitere Informationen finden Sie im Internet

Die Kantonspolizei St.Gallen bietet verschiedene Broschüren an.

→ [www.kapo.sg.ch](http://www.kapo.sg.ch)

Weitere wichtige Links:

→ [www.skppsc.ch](http://www.skppsc.ch)

→ [www.ncsc.admin.ch](http://www.ncsc.admin.ch)

→ [www.cybercrimepolice.ch](http://www.cybercrimepolice.ch)

Peter Müller, Betriebsleiter ARA Sargans

## Ausgereiftes Konzept für störungsfreien Abwassertransport

Die beiden Abwasserreinigungsanlagen (ARA) Sargans und Wartau sollten umfassend saniert werden, damit der Betrieb gesichert und die gesetzlichen Vorschriften eingehalten werden. Mit einer Strategieuntersuchung wurden Konzepte zur Ertüchtigung der ARA Wartau und ein Anschluss an mögliche grössere Anlagen der Region untersucht. Für die ARA Wartau erwies sich ein Anschluss an die ARA Sargans als die wirtschaftlichste Lösung.

Die Bürgerschaft der Gemeinde Wartau stimmte im Juni 2018 dem Zusammenschluss mit der ARA Sargans und dem Baukredit von über 8,4 Millionen Franken zu. Im Rahmen einer Machbarkeitsstudie wurden Anzahl und Lage der Pumpwerke und die Linienführung der Transportleitung zur ARA Sargans festgelegt. Beides ist durch die Struktur des bestehenden Kanalisationsnetzes der Gemeinde Wartau mit ihren sechs Dörfern am Hang und in der Rheinebene bestimmt.



**Pumpwerk Seidenbaum mit Druckschlagdämpfer**

Das Konzept mit oberem und unterem Pumpwerk ermöglicht eine optimale Nutzung der bestehenden Bausubstanz und Infrastruktur. Die Förderung des Abwassers der Gemeinde Wartau zur ARA Sargans erfolgt in zwei Pumpwerkstufen. Die untere Pumpwerkstufe (PW Wartau) fördert das Abwasser der Dörfer Fontnas, Weite, Gretschins und Plattis bis zum Pumpwerk Seidenbaum. Dieses Pumpwerk (PW Seidenbaum) pumpt das gesamte Abwasser der Gemeinde Wartau bis zur ARA Sargans. In beiden Pumpwerken heben Schneckenpumpen das ankommende Abwasser. Anschliessend findet eine mechanische Vorreinigung mit Kiesfang und Rechen statt, um Verstopfungen im nachfolgenden Pumpwerk und



**Pressbohrung beim Trübbach**



**Leitungsbau in Trübbach**

grössere Ablagerungen in den langen Druckleitungen zu verhindern. Beide Pumpwerke sind mit drei Pumpen (maximal zwei in Betrieb, eine in Reserve) und einem Druckschlagdämpfer ausgerüstet.

Die beiden Druckleitungen DN 250 vom Pumpwerk Seidenbaum zur ARA Sargans sind über 3600 Meter lang. Mittels Bohrungen wurden der Trübbach und mehrfach das Bahntrasse der SBB unterquert. Vom Pumpwerk Wartau zum Pumpwerk Seidenbaum sind die beiden Druckleitungen DN 100 über 2100 Meter lang. Sie wurden in die bestehende Abwasserleitung eingezogen. Der Umbau hatte unter laufendem Betrieb der Abwasserreinigung zu erfolgen. Der Rückbau der technischen Ausrüstung der ARA Wartau wird bis Sommer 2024 abgeschlossen.

### Erste regionale Entsorgungsstation für Wohnmobile

Im Rahmen des Bauprojektes konnte der Wunsch nach einer Entsorgungsstation für Wohnmobile beim Pumpwerk Seidenbaum in Trübbach realisiert werden. Diese bietet Wohnmobilbesitzern die Möglichkeit, die WC-Kassette und das Grauwasser ihres Fahrzeuges zu entleeren. Frischwasser kann nicht bezogen werden.



**Entsorgungsstation für Wohnmobile**

Katrin Szacs vay, Lehrerin in Weite und Amphibienbeauftragte der Gemeinde Wartau

## Amphibienwanderung Wartau

Dieses Jahr fing die Wandersaison der Amphibien bereits am 17. Februar an, was aussergewöhnlich früh ist. Die langanhaltende warme Witterung Anfang Februar liess die Tiere aufwachen und der Niederschlag verleitetete zum Wandern.



Schulklasse beim Beobachten

In Oberschan fing die Saison nicht verheissungsvoll an, endete dann aber erfreulich. Die 93 gesammelten Grasfrösche und vier Erdkröten wurden dieses Jahr mit dem «Froschtaxi» (Veloanhänger) ins Riet transportiert. Nebst vier Familien waren auch zahlreiche Schulkinder beim Einsammeln der Frösche beteiligt. In Plattis war die Amphibienverantwortliche das erste Mal ohne Hilfe von freiwilligen Schülern an der Arbeit. Es wurden 48 Frösche, 50 Kröten und zwei Bergmolche aus den Schächten bei der Hauptstrasse gehoben und zurück in den Ersatzteich gebracht. Das ist nach wie vor eine beachtliche Anzahl Tiere, weshalb auch im nächsten Jahr die Zäune wieder aufgestellt werden. Es ist aber davon auszugehen, dass die allermeisten Tiere den Chäshofweiher von selbst finden. Leider wurde der Burgweg mehrmals zur besten Wanderzeit befahren, was etliche

tote Tiere zur Folge hatte. Die Verantwortliche ruft dazu auf, den Burgweg am Abend im Frühjahr bei regnerischem, warmem Wetter nicht zu befahren. Der im Jahr 2020 geschaffene Ersatzteich hat sich zu einem Eldorado für Amphibien entwickelt. Nun sind auch die Rohrkolben und Schilfhalme so weit gewachsen, dass sie den Erdkröten als Strukturen fürs Abspannen ihrer Laichschnüre dienlich sind. Beim Besuch einer Schulklasse am 2. Mai 2024 konnten einige Erdkröten beobachtet werden; ein Paar sogar beim erfolgreichen Abwehren eines aufdringlichen Männchens.



Strukturen im Ersatzteich



Zurückhalten der Amphibien

Bruno Seifert, Schulratspräsident und Vorsteher Ressort Schule und Jugend

## 241 Wartauer Schulkinder bei der Umweltputzete

Auch an der diesjährigen Wartauer Umweltputzete beteiligten sich wieder viele Klassen aus den Wartauer Schulhäusern und Kindergärten. In Zusammenarbeit mit dem Wartauer Revierförster Ernst Vetsch wurden die Suchgebiete vorgängig aufgeteilt. Selbstverständlich gab es auch wieder den obligaten Znüni als Belohnung.



«Liebe Leute  
gross und  
klein, haltet  
unsere Um-  
welt rein.  
Vielen Dank.»





Reto Frischknecht, Oberstufenlehrperson Seidenbaum

## Kreative Projektarbeiten an der Oberstufe Seidenbaum

Die 3. Klassen der Oberstufe Wartau von Thomas Willi und Nikolai Eggenberger stellten Anfang April ihre Projektarbeiten aus. Dabei konnten sich die breite Öffentlichkeit und die jüngeren Jahrgangsklassen ein Bild von der Kreativität der «Grossen» machen. Die Ausstellung der Projektarbeiten an der Oberstufe Seidenbaum stiess auf grosses Interesse. Die zahlreichen Besucherinnen und Besucher waren ein deutliches Indiz dafür.



Nachdem die Jugendlichen im Rahmen des Schulfaches «Projektarbeit» zuerst Ideen für ihre Forschungsarbeiten gesucht, gesammelt, durchdacht, manchmal auch wieder verworfen und schliesslich umgesetzt hatten, schlug die grosse Stunde: Eltern, Geschwistern, Freunden und Bekannten sowie zukünftigen Lehrmeisterinnen und Lehrmeistern wurden die eigenen Projekte, fertigen Arbeiten und selbst geschaffenen Produkte präsentiert. Nebst der schriftlichen Dokumentation und einem grossen Plakat, welches die Schülerinnen und Schüler bei ihrem individuell gestalteten Stand ebenfalls aufhängten, bekamen die interessierten Besucher eine grosse Vielfalt an Selbstkreiertem zu sehen.

Vom Blumentrog über das traditionelle italienische Tamburin, vom selbst erfundenen Kinderbuch über die eigene modische Sommerkollektion oder einen Schmink-



tisch, vom in Eigenregie gebauten Basketballkorb, der prächtigen Hoftafel bis zur Nachbildung des Schiefen Turms von Pisa, dem sozialen Projekt «3x Freude» zugunsten der Kinderhilfe Madagaskar und noch vieles mehr: Für jeden der Gäste im OZ Seidenbaum gab es ein Thema, das interessierte und zu Fragen anregte, welche die jungen Ausstellerinnen und Aussteller gerne und geduldig beantworteten. Viele durften auch zu Recht stolz sein auf das, was sie in den vergangenen Monaten zuwege gebracht und geleistet hatten.

Am Freitagmorgen bestaunten die 7. und 8. Schulklassen die Ausstellung, machten sich auf ihrem Rundgang Notizen und holten Auskünfte ein. In Kürze werden sie es sein, die sich mit der Projektarbeit auseinandersetzen werden. Den einen oder anderen Input oder Gedankenanstoss konnten sie sich bereits holen.





Oberstufenschülerinnen und -schüler

## Paparazzi berichten von den Oberstufen-Thementagen

An den Thementagen im OZ Seidenbaum betätigten sich dieses Jahr einige Schülerinnen und Schüler als Paparazzi. Sie besuchten andere Gruppen, machten Fotos und berichteten nachfolgend in Interview- oder Berichtsform über deren Aktivitäten. Vorgängig lernten sie wie man eine Zeitung schreibt, gestaltet und druckt.

### «KLICK-KLICK» Paparazzi

Am Morgen lernte die Gruppe Paparazzi wie man eine Zeitung schreibt und gestaltet. Den Rest des Tages gingen sie ihrer Arbeit nach und sammelten Informationen um Zeitungsberichte zu schreiben.

#### Nora, wie hast du dich auf diese Tage vorbereitet?

Als wir angekommen sind, haben wir uns in Gruppen aufgeteilt und geschaut, was wir fragen könnten.

#### Was macht ihr an den Tagen?

Zuerst studierten wir etwas Theorie, danach führten wir Interviews durch und knipsten Bilder, mit deren Hilfe wir dann einen Zeitungsbericht mit unserer Gruppe schreiben.



Am Dienstagnachmittag ging die Paparazzi-Gruppe in die Zeitungsdruckerei in Haag. Dort lernten die Schülerinnen und Schüler, wie man eine Zeitung druckt und sie versendet.

In den Thementagen lernte die Paparazzi-Gruppe viel über Zeitungen. Das wendeten sie dann an um einen eigenen Bericht darüber zu schreiben.

### Mit Feuer und Flamme bei der Arbeit

Eine Gruppe von Schülerinnen und Schüler hat Holzlaternen gebaut. Dazu trafen sich die Kursteilnehmerinnen und -teilnehmer in der Werkstatt des OZ Seidenbaum. Sie arbeiteten mit verschiedenen Maschinen und Schleifartikeln.

#### Mia, wie findest du diese Thementage?

Ich finde sie sehr spannend und sie machen Spass.

#### Warum hast du dieses Thema gewählt?

Weil ich handwerkliche Sachen sehr mag.



#### Wie sieht dein Fazit aus?

Am Ende des Tages war die Laterne fertig und die Schüler und Schülerinnen freuten sich über das Resultat.

### Nachtwanderung unter dem Sternenhimmel lässt Schüler und Schülerinnen in die Natur eintauchen!

Abenteuerliche Nachtwanderung entlang des Rheindamms: Schüler und Schülerinnen aus dem Oberstufenzentrum Seidenbaum begeben sich in der Nacht vom 6. Mai, von 22 bis 6 Uhr durch Wartau, Buchs (SG) und das Fürstentum Liechtenstein auf eine spannende Tour.

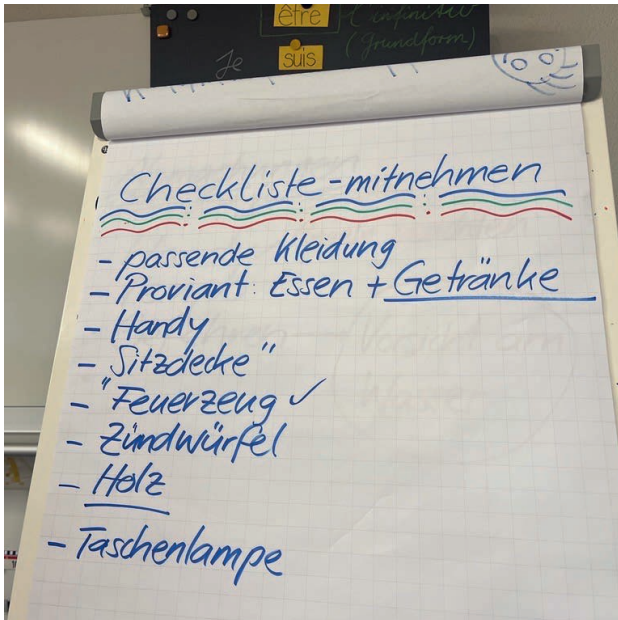
Ein Einblick in die Gedanken des Oberstufenlehrers Nathanael Staub in einem exklusiven Interview:

#### Herr Staub, wie haben Sie sich auf die Wanderung vorbereitet?

Unsere Gruppe hat sich am Montagmorgen im Klassenzimmer getroffen und wir haben die 22 Kilometer lange Route besprochen. Dem Rheindamm entlang werden wir von Wartau nach Buchs (SG) und schliesslich bis nach Balzers wandern. Die Schüler und Schülerinnen sind sehr motiviert. Je nachdem, wie die Witterung sein wird, könnten unsere Unternehmungen während der Wanderung variieren. Ausserdem haben wir an der Wandtafel eine Checkliste erstellt und Regeln für die Nachtwanderung besprochen.

#### Welche spannenden Tätigkeiten sind geplant worden?

Gemeinsam haben wir Verschiedenes geplant, darunter auch eine Feuerstelle einzurichten und bräteln. Der Zusammenhalt ist uns enorm wichtig, daher möchten wir gerne etwas als Team erschaffen. Das könnte zum Beispiel ein Symbol oder der Bau eines Turms sein, den die Leute am nächsten Morgen betrachten können.



Eine Abmachung, die wir haben, ist, dass die Schülerinnen und Schüler in einer bestimmten Zeitspanne mit den Kopfhörern Musik hören dürfen. Nach dieser Zeitsequenz werden die Handys eingepackt, weil wir dafür sind, allen ein gemeinsames, schönes Erlebnis zu ermöglichen.

Gibt es ein Ziel, welches ihr euch für den Erfolg der Wanderung gesetzt habt?

Unser Ziel für eine erfolgreiche Wanderung besteht darin, einander zu helfen und zu unterstützen, damit jeder es schafft, die Wanderung durchzuführen.

Wie sieht das Programm für die Schüler und Schülerinnen für den Rest der Thementage aus?

Den ganzen Dienstag werden die Schüler und Schülerinnen frei haben, um sich aufs Neue ausruhen zu können. Am Mittwoch ist das Erstellen von Plakaten angesagt, die unsere abenteuerliche Wanderung umrahmen.

Wie ist Ihre Gefühlslage bezüglich der Thementage der Oberstufe Seidenbaum?

Ich finde es schön, dass unsere Schule die Thementage anbietet. Im normalen Schulrahmen sind sie etwas Besonderes, daher sind sie ein ausserordentlich schönes Angebot, um Schwung und Abwechslung in den Schulalltag zu bringen.

Wir haben im Interview von der umfangreichen Planung erfahren. Dass bei einem so grossen Vorhaben schliesslich nicht alles umgesetzt werden konnte, versteht sich von selbst. Die Gruppe Nachwanderung erreichte jedoch ihre gemeinsamen Ziele. Die Schüler und Schülerinnen sind nach der Nachwanderung erschöpft, aber glücklich und gesund zurückgekehrt.

### Experimentieren mit KI

Diejenigen, die sich für den Workshop Chatbot entschieden haben, konnten eine selbstgemachte künstliche Intelligenz programmieren. Chatbot ist ein Computerprogramm, das am Ende Fragen beantworten oder Schwierigkeiten bewältigen kann.

Interview mit Erza:

Erza, welche spannenden Tätigkeiten führt ihr während der Thementage aus?

Wir programmieren während der drei Tage eine künstliche Intelligenz.

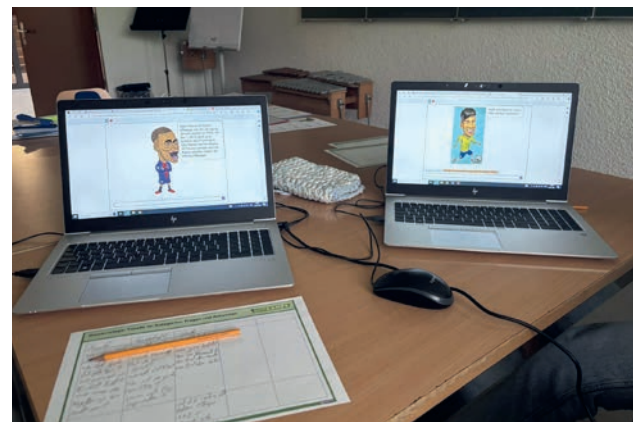
Gefällt dir dieser Workshop?

Ja, mir gefällt der Workshop sehr gut, weil es spannend ist und ich mich sehr für den Bereich Medien und Informatik interessiere. Die Gruppe ist sehr fleissig bei der Arbeit und hat ein Ziel vor Augen.

Würdest du den Workshop weiterempfehlen?

Ja, ich empfehle ihn besonders jenen weiter, die Interesse an Medien und Informatik haben.

Den Schülerinnen und Schülern gefällt der Workshop sehr gut, weil er die Interessen der Programmierer



weckt, sie eine genaue Anleitung erhalten haben und das Zusammenarbeiten auch einwandfrei funktioniert. Es ist schwierig, die eigene Idee bestmöglich umzusetzen und es gibt auch manche Computerprobleme. Interessant für die Schülerinnen und Schüler ist, dass sie eine künstliche Intelligenz herstellen, die auf alles reagieren kann.

### Mein Chatbot – Programmieren mit Spass

Auch Programmieren lernt man bei uns im OZ-Seidenbaum. In diesem Kurs entwickelten die Schülerinnen und Schüler ihr eigenes KI-Programm. Ein Chatbot ist ein programmierter virtueller Roboter. Dem Chatbot kann man bestimmte Sachen schreiben und dann reagiert er darauf. Die Kursteilnehmerinnen und -teilnehmer haben ihn mit dem Programm Scratch programmiert. Als sie fertig waren mit ihrer Arbeit, konnten sie mit dem so-

nannten Python Programm mit code programmieren. In einem Interview mit zwei Schülern, die den Kurs Chatbot absolvierten, sagten sie, dass ihnen ihre Arbeit gefällt, auch wenn das Programm nicht immer rund lief.

### Ran an die Stifte!

An den diesjährigen Thementagen hatten Schüler und Schülerinnen die Möglichkeit einen Handlettering-Kurs zu besuchen. Vor allem bei den Mädchen war dieser



Kurs sehr beliebt. Fleissig übten sie die verschiedenen Schriftarten. Doch das war nicht das Einzige, was sie machten. Sie gestalteten Karten – zum Beispiel für Geburtstage. Auch mit verschiedenen Schreibutensilien wie Brushpens übten sie emsig in ihren Heften. Danach ging es ans Gestalten der Muttertagsgeschenke. Sie stellten selbst Kräutersalz her und verzierten die Verpackung mit ihren neu erlernten Fähigkeiten. In einem Interview sagte eine Schülerin, die den Kurs besuchte, dass ihr das Angebot sehr gefiel und dass er gut für kreative Menschen geeignet ist.

### Light, Camera, Action!

In diesem Kurs durften die Schüler und Schülerinnen ihre theatralischen Fähigkeiten zeigen. Im Theaterkurs konn-



ten sie während der Thementage Emotionen nachstellen, Szenarien kreieren, Theaterstücke improvisieren, Standbilder erstellen und erraten, Emotionen erkennen und wieder spielen und noch vieles mehr. In einem Interview mit zwei Schülerinnen aus dem Theaterkurs sagten sie, dass es ihnen sehr gefiel, vor allem die Rollenspiele, die sie in Gruppen gemacht haben. Auch an Verkleidungen haben sie nicht gespart, dank einer Lehrperson, die netterweise private Kleidung mitgebracht hat.

### Expore it

Am Montagmorgen haben die Thementage begonnen. Wir haben viele Gruppen besucht und interviewt. Als Erstes war die Gruppe Explore it an der Reihe.



#### Weshalb hast du das Thema gewählt?

Weil es toll ist und man Dinge erfinden kann. Im Moment bauen wir verschiedene Sachen, Autos, Boote und so weiter.

#### Wie gefällt es dir?

Es gefällt mir gut, es macht mir sehr Spass und ist sehr interessant.

#### Wie lange seid ihr schon dran?

Seit dem Morgen.

### **Paper Art – Kreative Arbeit, die Schüler dürfen schöne Lampen gestalten.**

Wir durften auch den Kurs Paper Art besuchen. Und da haben wir auch eine Schülerin interviewt.

#### Weshalb hast du dieses Thema ausgewählt?

Das war das Erste, was mich angesprochen hat.

#### Was macht ihr so?

Wir basteln Lampen, die wir unterschiedlich gestalten.

#### Wie gefällt es dir im Moment?

Gut, da wir es lustig haben und wie gesagt unsere Kreativität ausleben können.

#### Wie war der Prozess bis jetzt?

Ich habe heute morgen Schmetterlinge ausgeschnitten und aufgeklebt.

Die Schülerinnen und Schüler haben eine Menge Spass, da sie kreativ arbeiten können und ihrer Imagination freien Lauf lassen können.

Danach durften wir der Lehrerin der Gruppe Fragen stellen. Sie hat folgendermassen geantwortet:

Wie finden Sie Ihre Gruppe?

Ich finde meine Gruppe sehr gut, alle arbeiten sehr kreativ und es macht viel Spass."

Wie ist der Prozess?

Es geht darum, verschiedene Lampen und Laternen zu gestalten, dafür sucht man erst Ideen, wie man sie machen möchte und dann darf man diese auch umsetzen.

**Vom Korn zum Brot**

Wie aus Körnern Brot wird, haben 12 Schüler und Schülerinnen in diesem Kurs gelernt. Eine Schülerin gab uns einen Einblick in die Backstube des Oberstufenzentrums Seidenbaum.



Der Montagmorgen startete mit einem lehrreichen Film über Körner. Nach dem Film wussten die Schülerinnen und Schüler, welche Arten es gibt und wie sie verarbeitet werden. Danach stand Brotbacken auf dem Programm. Sie bereiteten Früchtebrot und Schokoladenbrot zu. Die Schülerin erzählte uns, dass sie viele verschiedene Brote probiert habe und dass sie alle sehr fein fand.

Die einzige Schwierigkeit war, nicht zu viel Wasser zum Teig zu geben. Das Backen machte allen viel Freude und die Schülerinnen und Schüler genossen es zu plaudern und gleichzeitig zu backen.

Die Jugendliche erzählte uns, dass sie sich mehr Aktivität gewünscht hätte, aber dass ihr der Kurs sonst sehr gefiel. Sie sagte ausserdem, dass sie diesen Kurs nächstes Jahr wieder wählen würde und dass sie sich schon sehr auf die nächsten Thementage freue.

**Chatbot**

Die Schülerinnen und Schüler programmieren selbst spannende und lustige Programme. Zum Schluss durften wir einen Schüler und eine Lehrerin dazu interviewen.

Der Schüler hat die folgenden Fragen beantwortet:

Wieso hast du dieses Thema gewählt?

Weil ich es spannend finde und wir unter anderem auch Spiele erstellen können.

Wie lange seid ihr schon dran?

Wir dürfen das an zweieinhalb Tagen machen.

Wie ist der Prozess?

Erstmal müssen wir den Chatbot mit Wörtern trainieren und danach funktioniert es von selbst.

Der Lehrer durfte diese Fragen beantworten:

Wie finden sie Ihre Gruppe?

Die Gruppe ist sehr unterschiedlich, es hat ein paar dabei, die sind schon sehr mit dem Thema Programmieren vertraut. Sie haben schon einige Programme geschrieben. Für andere hingegen war das Thema neu und deshalb sind sie langsamer vorangekommen.

Sind sie zufrieden mit dem Thema?

Es hat mit Problemen begonnen, denn wir haben Künstliche Intelligenz benutzt und das Maschinen-Learning-Tool hat leider nur für fünf Personen funktioniert. Da wir jedoch 14 Personen sind, mussten wir etwas anderes planen. Danach hat es geklappt und jetzt läuft es eigentlich gut und wir konnten viele Programme schreiben.

Macht es Ihnen Spass?

Ja, sehr, es ist auch für mich gar nicht so anstrengend, weil alle sehr mit ihren eigenen Programmen beschäftigt sind und ich kann hier und dort ein bisschen helfen.

Wie ist der Prozess?

Die Schülerinnen und Schüler bekommen Unterlagen von mir, es gibt Verschiedenes zur Auswahl und dann programmieren sie relativ selbstständig.

**Batik**

Batik-Kleider aus den 2000er Jahren sind zurück! Zumindest während der Thementage im Oberstufenzentrum Seidenbaum.



Team Oberschan

## Wintersporttage - ein Gedicht

Ein Rückblick auf wunderschöne Wintersporttage in Malbun und am Pizol des Teams Onerschan.

Eine Schülerin, die am Kurs teilnahm, erzählte uns mehr über die kreative Batik auf Kleidern. Sie wurden zuerst mit Javel gebleicht. Später wurde alles mit Schablonen abgeklebt, was nicht farbig werden sollte, oder zusammengebunden. Danach wurden die Kleidungsstücke mit Farbe angesprüht oder in verschiedenfarbige Farbtöpfe getunkt. Dies ergab dann das typische Muster der Batikkleidung. Sie sprach auch die Herausforderungen. Das Ausschneiden und das Aufkleben der Schablonen sei sehr aufwändig gewesen. Es kam immer darauf an, wie kompliziert das Motiv war. Dies brauchte viel Zeit und Geduld. Am besten gefiel ihr das Ansprühen der Kleider. Die Schülerinnen und Schüler konnten kreativ sein und es kamen tolle Kleider und Muster raus. Diesen Kurs würden die meisten Teilnehmer wieder wählen, da ihnen die kreative Arbeit sehr gefiel. Nach drei interessanten Tagen nehmen die Kursteilnehmerinnen und -teilnehmer tolle Kleider mit nach Hause.

### Bike & Climb

Über Stock und Stein radelten die Schülerinnen und Schüler zum Schollberg in Sargans. Keine Herausforderung war ihnen zu gross und sie meisterten jede sportliche Challenge! Drei Schüler, die am Kurs Bike & Climb teilnahmen, erzählten uns von ihren Erlebnissen. Am



Montagsmorgen begaben sich die Schülerinnen und Schüler zum Schollberg und gingen dort klettern. Danach fahren sie weiter nach Balzers und besuchen dort den Bikepark. Ihnen gefiel dies sehr und sie würden es auf jeden Fall wiederholen! Am Dienstag vergnügten sie sich in der Halle mit Spielen, da es schlechtes Wetter war. Alle waren voll motiviert, aktiv und begeistert dabei und es war spannend beim Spiel zuzuschauen. Die einzige Schwierigkeit war, dass einige Schülerinnen und Schüler mit einem unpassenden Velo durch Waldstücke fahren mussten und dies deshalb nicht so gut ging. Am besten gefiel ihnen das Biken und das Klettern. Die Schüler würden es alle wieder wählen, da es ihnen im Grossen und Ganzen sehr gefallen hat. Zum Glück sind alle unverletzt vom Klettern zurückgekehrt und hatten eine tolle Zeit.



Es war einmal vor langer Zeit  
 Eine Schule in Oberschan, alle blitzgescheit  
 Machten sich auf den Weg in die Berge  
 Sowohl die Riesen als auch die Zwerge

In grosser Zahl waren sie bereit  
 Deswegen wurden sie aufgeteilt  
 Nach Malbun fahren 1. & 2. Klasse samt Kindergarten  
 Zum Glück mussten sie nicht lange auf den Car warten

Denn vorher mussten die Grossen  
 ihren Car zum Pizol stossen  
 Nein, kleiner Scherz am Rande  
 Dazu waren sie nicht imstande

Auf uns wartete die weisse Pracht  
 Und auch die Sonne hat auf uns gelacht  
 Ski, Snowboard, Schlitteln und Schlittschuhlaufen  
 Einige waren auch im Schnee am raufen

Gerne möchten wir uns bei allen Helfern bedanken  
 Dank ihnen konnten wir alle etwas Sonne tanken  
 Und hoffen dass wir nächstes Jahr  
 Wieder fahren können mit dem Car



Team Schulhaus Dorf

## Wir sind Superhelden!

Unter diesem Motto arbeiteten die Kinder vom Schulhaus Dorf dieses Jahr an den Projekttagen.



Die Kinder der 1. bis 6. Klasse gestalteten ihre eigenen Superheldenfiguren, eine Superheldenstadt, welche nun unsere Fenster schmückt und zauberten einen Regenbogen. Auch unser grösster Superheld durfte in dieser Projektwoche nicht fehlen, somit erhielt unser Abwart Robert Zürcher seine eigene Superheldenfigur.

An den beiden Nachmittagen zeigten die Kinder ihre Fähigkeiten im Teamwork und durften einen Foto-OL und verschiedene Posten absolvieren.

Alle Schülerinnen und Schüler haben sich in den stufenübergreifenden Gruppen sehr engagiert und waren mit Freude dabei.



Team Schulhaus Feld

## Tierisches Motto

Dieses Jahr standen die Projektstage im Schulhaus Feld unter dem Motto Tiere.



Am Montag erhielten die Kindergärtner bis 3. Klässler Besuch vom Walter Zoo. Gleichzeitig machten die 4. bis 6. Klässler einen Ausflug in den Kinderzoo Rapperswil. Am Dienstag und Mittwoch wurden in verschiedenen Gruppen tierische Sachen erstellt. Es wurde gewerkt, gebastelt, gemalt, geforscht, gespielt, geturnt und gebacken. Die Kinder machten freudig mit und einige ihrer Kunstwerke sind nun im Schulhaus Feld ausgestellt.

Die Schülerinnen und Schüler zeigten an den Projekttagen grosses Engagement und Freude über die angebotenen Tätigkeiten in den stufenübergreifenden Gruppen. Die Sondertage waren spannend und erlebnisreich. Die Kinder konnten ihre Kreativität ausleben und neue Bekanntschaften mit Schülerinnen und Schüler aus anderen Klassen schliessen.



Daniela Dietrich, Kindergartenlehrperson Fontnas

## Herbstmarkt und Fasnachtsumzug

Die Kinder des Kindergartens Fontnas blicken auf ein ereignisreiches Schuljahr zurück. Dazu gehörte die Ausrichtung eines Herbstmarktes und die traditionelle Teilnahme am Trübbächler Fasnachtsumzug.

Das Herbstprojekt begann bereits im Frühling 2023. Wir verarbeiteten Holunderblüten zu Sirup und Erdbeeren (gesponsert von Beiner Beeren, Landquart) zu Konfitüre. Zudem wurden selbst angepflanzte Zucchini eingekocht, Baumnußsäckchen verziert, gesponserte Himbeeren zu Sirup/Gelee und Spitzbuben verarbeitet, Äpfel gedörrt und Kuchen gebacken.

Natürlich mussten die selbst hergestellten Produkte probiert werden. Die Kindergartenkinder waren mit



Freude und Eifer dabei. Bei den vielen Arbeitsschritten konnten die Kinder selbst entscheiden, wo sie sich aktiv beteiligen möchten. In der Spielecke «Verkaufsladen» übten die Kinder spielerisch das Verkaufen. Sie lernten mit 1.-, 2.- und 5.- Franken umzugehen und mit Hilfe einer Vorlage zu rechnen. Mit einer selbst gebastelten Ein-



ladung wurden die Kindergartenkinder vom Vorjahr und die Familien von den aktuellen Kindergartenkindern informiert und eingeladen.

Schlussendlich fand der Herbstmarkt am Samstag, 4. November, im Kindergarten statt. Mit einem Herbsttanz eröffneten wir den Markt und der anschließende Vers forderte die Gäste zum Einkaufen auf. Innert kürzester Zeit waren alle Produkte von den Kindergartenkindern verkauft worden. Als Belohnung erhielt jedes Kindergartenkind vom Erlös zwei Franken. Mit dem grossen Erlös wurde neues Spielmaterial für den Kindergarten angeschafft.

### Teilnahme am Fasnachtsumzug

Der traditionelle Trübbächler Fasnachtsumzug fand am Sonntag, 18. Februar 2024, zu Beginn der Winterferien statt. Auf den Aufruf, beim Umzug mitzumachen, konnte sich die Hälfte der Kindergartenklasse begeistern. Ebenfalls teilgenommen haben einige Geschwister. Die tatkräftige Unterstützung der Eltern ermöglichte die Anfertigung eines «Elmar der Elefant-Kostüm». An einem Bastelnachmittag wurde eifrig geschnitten, geklebt und gemalt. Der Stolz und die Vorfreude der Kinder war gross. Bereits im Kindergarten wurde das fasnächtliche Treiben mit dem Kostüm gespielt.



Am Umzug selbst begleiteten uns fünf Elternteile, welche als Palmen verkleidet waren. Die farbenprächtigen Elefanten konnten schon von Weitem gesehen werden. Auch die Gesichter der Kinder waren farbig kariert geschminkt. Alle Elmar-Kinder verteilten mit Freude und Fleiss dem langen Umzug entlang die mitgebrachten Süßigkeiten.

Der verdiente Hotdog von der Fasnachtsgesellschaft wurde nach dem Umzug zufrieden gegessen.

Schulverwaltung Wartau

## Ein- und Austritte, Ferienplan

### Eintritte (Schuljahr 2024/2025)

**Ackermann Mia**

Oberstufenlehrerin, OZ Seidenbaum

**Berni Nelia**

Primarlehrerin, Weite

**Bertsch Stefan**

Oberstufenlehrer, OZ Seidenbaum

**Gabathuler Sarah**

Primarlehrerin, Schulhaus Feld

**Gessinger Nina**

Primarlehrerin, Weite

**Hedinger Bettina**

Fachlehrperson Bildnerisches Gestalten,  
Textiles Gestalten, OZ Seidenbaum

**Kokollari Granit**

Oberstufenlehrer, OZ Seidenbaum

**Krstic Aleksandar**

Oberstufenlehrer, OZ Seidenbaum

**Stucki Fabienne**

Fachlehrperson, OZ Seidenbaum

**Teuscher Noemi**

Kindergärtnerin, Fontnas

**Vincenz Andri**

Oberstufenlehrer, OZ Seidenbaum

**Wildhaber Livia**

Fachlehrperson Wirtschaft Arbeit Haushalt,  
Bildnerisches Gestalten, Textiles Gestalten,  
OZ Seidenbaum

### Austritte (Ende Schuljahr 2023/2024)

**Caputo Marlène**

Fachlehrperson Wirtschaft Arbeit Haushalt,  
Bildnerisches Gestalten, Textiles Gestalten,  
OZ Seidenbaum

**Eggenberger Nikolai**

Oberstufenlehrer, OZ Seidenbaum

**Frischknecht Reto**

Oberstufenlehrer, OZ Seidenbaum

**Gassner Desiree**

Schulische Heilpädagogin

**Gassner Melanie**

Logopädin

**Gall-Loop Natalie**

Oberstufenlehrerin, OZ Seidenbaum

**Jahiu Nadzije**

Primarlehrerin, Weite

**Schlegel Andrea**

Primarlehrerin, Weite

**Stoffel Anna**

Kleinklassenlehrerin, OZ Seidenbaum

**Vogler-Montinaro Nadja**

Kindergärtnerin, Fontnas

**Der Schulrat bedankt sich bei allen Austretenden ganz herzlich für die geleisteten Dienste und heisst die Eintretenden herzlich willkommen im Wartau!**

### Ferienplan Schuljahr 2024/2025

**Schulbeginn 2024** Montag, 12. August 2024

**Herbstferien** 29. September 2024 bis 20. Oktober 2024

**Allerheiligen (Feiertag)** 1. November 2024

**Weihnachtsferien** 22. Dezember 2024 bis 5. Januar 2025

**Winterferien** 16. Februar 2025 bis 23. Februar 2025

**Frühlingsferien (inkl. Ostermontag)** 6. April 2025 bis 21. April 2025

**Auffahrt (Feiertagsbrücke)** 29. Mai 2025 bis 1. Juni 2025

**Pfingstmontag (Feiertag)** 9. Juni 2025

**Sommerferien** 6. Juli 2025 bis 10. August 2025



Schulsozialarbeit der Schule Wartau

## Schulsozialarbeit

**Die Schulsozialarbeit der Schule Wartau bietet kostenlose Unterstützung für Kinder und Jugendliche und deren Eltern.**

Die Schulsozialarbeit (SSA) Wartau ist an die Sozialen Dienste Werdenberg angegliedert. Sie pflegt eine neutrale Grundhaltung und behandelt alle Informationen vertraulich.

Die SSA verfolgt das Ziel, Kinder und Jugendliche im Prozess des Erwachsenwerdens zu unterstützen und zu begleiten und sie in ihren Kompetenzen zur Lösung von sozialen und persönlichen Problemen zu stärken.

In der Schule bietet die SSA Einzel- und Gruppenberatungen sowie im Bedarfsfall Klasseninterventionen oder Projektarbeiten in einzelnen Klassen oder Schulhäusern an.

### Unterstützung in einer wichtigen Lebensphase ...

Die Schulzeit ist für Kinder und Jugendliche eine wichtige und prägende Lebensphase. Durch die Zusammenarbeit aller Beteiligten kann die SSA dazu beitragen, dass sie diese positiv durchleben.

Die SSA berät sie bei unterschiedlichen Fragestellungen, begleitet sie in schwierigen Lebensphasen, unterstützt sie bei der Bewältigung von unüberschaubaren Problemen und bietet Konfliktmanagement bei andauernden Streitigkeiten an.

### ... und zu unterschiedlichen Themen

Kinder, Jugendliche und Eltern erhalten Informationen zu unterschiedlichen Themen wie Erziehung, fehlende Motivation, Lern- und Leistungsstörungen, Mobbing, Sexualität, Taschengeld, Tod und Trauer, Umgang mit Neuen Medien, Suchtmittelkonsum, Essstörungen u.v.m.

Die Schule Wartau bietet das Angebot der SSA für Schülerinnen und Schüler, für Eltern und für Lehrpersonen kostenlos an.

#### Informationen

Termin nach Vereinbarung für Eltern, Kinder und Jugendliche vom Kindergarten bis und mit Oberstufe

Marlen Büttel  
Erreichbarkeit:  
Montag, Dienstag und Donnerstag, 8.00 bis 18.00 Uhr  
Mittwoch und Freitag, 8.00 bis 12.00 Uhr  
Tel. 079 158 53 32  
m.buettel@sdw-berg.ch

Kinder- und Jugendhilfe St. Gallen

## Kinder- und Jugendhilfe

**Die Kinder- und Jugendhilfe unterstützt in vielen Situationen. Die Beratung ist kostenlos.**

Laut verschiedenen Berichten haben unterschiedliche Formen von Gewalt von Eltern gegenüber ihren Kindern zugenommen. Die Gründe dafür sind unterschiedlich, oftmals fühlen sich Eltern überfordert und ohnmächtig. Gewalttätiges Verhalten schwächt eine gute Beziehung zwischen Eltern und Kindern.

Kinder können Eltern durch ihr Verhalten an ihre Grenzen bringen. Dabei können sich Eltern ohnmächtig, wütend oder verletzt fühlen. Aufgrund der genannten Gefühle ist es nachvollziehbar, in schwierigen Situationen sich von seinem Kind abwenden zu wollen, es abzuwerten oder zu schlagen. Allerdings führen diese Reaktionen nur momentan zu einer Entlastung. Vielmehr jedoch schwächen solche Verhaltensweisen die Beziehung zwischen Eltern und ihren Kindern massiv.

Eltern sind für ihre Kinder Vorbilder, auch im Umgang mit Gefühlen und Konflikten. Sich gegenüber Kindern wohlwollend zu verhalten, ist manchmal eine grosse Herausforderung. Wichtig ist, Kindern entsprechend ihrem Alter und ihren Fähigkeiten klar und bestimmt zu sagen, was Sie als Eltern erwarten. Dazu gehört viel Geduld, Einfühlungsvermögen und Verständnis. Oftmals muss das erwartete Verhalten wiederholt eingefordert werden.

Wenn Eltern ihr Erziehungsverhalten hinterfragen, Schuldgefühle entwickeln oder sich unsicher fühlen, können sie mit Menschen ihres Vertrauens sprechen; viele Eltern kennen ähnliche Situationen.

Sich einzugestehen, in der Erziehung überfordert zu sein, kann beschämen. Doch dazu gibt es keinen Grund. In allen Familien kann es Umstände geben, die zu Momenten der Überforderung führen. Es kann in einer solchen Phase hilfreich sein, mit einer Fachperson zu sprechen. Gemeinsam ist es möglich, einen neuen Blickwinkel und neue Perspektiven einzunehmen, um in schwierigen Situationen anders zu handeln. Gerne können sich Eltern an unsere Beratungsstelle in Sargans wenden.

#### Informationen

Weitere Informationen finden Sie unter [www.kjh.ch](http://www.kjh.ch)

Kinder- und Jugendhilfe St. Gallen  
Beratungsstelle Sargans  
Bahnhofstrasse 9  
7320 Sargans  
Tel. 081 720 09 10  
beratungsstelle-sargans@kjh.ch

Bruno Seifert, Schulratspräsident und Mitglied der Steuergruppe Smartfeld

## Bildungslabor Smartfeld neu auch in Buchs

Mit Unterstützung der IT-Bildungsoffensive hat das Bildungslabor Smartfeld sein Angebot erweitert. Seit März können Schülerinnen und Schüler aus den Regionen Werdenberg-Sarganserland MINT-Workshops in Buchs besuchen. Start war nach den Frühlingsferien, im März fanden Tage der offenen Türe statt.

Das Smartfeld soll Kinder und Jugendliche auf die Herausforderungen der digitalen Zeit vorbereiten, wie der Verein Hightech Campus Buchs in seiner Medienmitteilung erklärt. Im Zentrum stehen Technologie und Kreativität sowie der Spass am Entdecken.



An Kursen werden ganzen Schulklassen Themen wie Programmieren, Robotik, Mathematik, Informatik, Naturwissenschaft und Technik (MINT) sowie Entrepreneurship nähergebracht. Zudem besteht für interessierte Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit, in ihrer Freizeit in dieselben Themen einzutauchen und ihr Wissen zu vertiefen. Das umfassende Kursangebot will die digitale Welt fassbar machen und richtet sich an Schülerinnen und Schüler der Primarklassen und Sekundarstufen. Mit dem Angebot sollen Talente und technisch interessierte Kinder und Jugendliche frühzeitig gefördert werden.

### Kreativität entfalten

Die Vision von Smartfeld ist, eine inspirierende und zugängliche Plattform zu schaffen, die Kindern und Jugendlichen ermöglicht, ihre Kreativität zu entfalten, Zukunftskompetenzen zu entwickeln und sich auf die Herausforderungen von morgen vorzubereiten.

Dabei soll Bildung mit Innovation verbunden werden und einen Raum schaffen, in dem Lernen und Experimentieren zu aufregenden Abenteuern werden.

Gefördert wird der neue Smartfeld-Standort im Werdenberg von der IT-Bildungsoffensive des Kantons St.Gallen. Diese hat Smartfeld in den Jahren 2020 bis 2023 bereits mit rund 1,7 Millionen Franken unterstützt. Mit Smartfeld wird auch der ICT Campus nach Buchs kommen.

### BZBS bietet Smartfeld Platz

Das selbst erklärte Ziel des Vereins Hightech Campus Buchs ist es, unterschiedliche Player von Bildung, Forschung, Innovation bis hin zur Wirtschaft zu verbinden. Eine Organisation, der nebst der OST Ostschweizer Fach-

hochschule, RhySearch, Switzerland Innovation Park Ost, führenden Unternehmen aus der Region und der International School Rheintal ISR auch das Berufs- und Weiterbildungszentrum BZBS angehören.

Smartfeld belegt im BZBS-Schulhaus eine Fläche von rund 150 Quadratmetern. Damit es überhaupt zum neuen Standort kommen konnte, hat sich die Region Sarganserland-Werdenberg und die einzelnen Institutionen intensiv für einen Zuzug von Smartfeld eingesetzt.



### Freizeitkurse in Buchs in den Sommerferien

#### mBot - Abfalleinsammler

Programmieren spielend entdecken  
Wann: Montag, 5. August 2024, 08.30 – 11.30 Uhr  
Altersstufe: 4. bis 6. Klasse

#### Solartracker Challenge

Verfolge die Sonne  
Wann: Montag, 5. August 2024, 13.30 – 16.30 Uhr  
Altersstufe: 7. bis 9. Klasse

#### Veränderung von Materialien

Struktur von Schokolade erforschen  
Wann: Dienstag, 06. August 2024, 08.30 – 11.30 Uhr  
Altersstufe: 5. bis 6. Klasse

#### Veränderung von Materialeigenschaften

Schleim herstellen: Wer macht den stärksten Kleber?  
Wann: Dienstag, 06. August 2024, 13.30 – 16.30 Uhr  
Altersstufe: 7. bis 9. Klasse

Kosten: CHF 30 pro Kurs und Kind

### Informationen und Anmeldungen

→ [www.smartfeld.ch/kurse](http://www.smartfeld.ch/kurse)

Bruno Seifert, Fachgruppe Bildung RSW

## Fitna-Techniktage für die Fachkräfte von morgen

Rund 300 Schülerinnen und Schüler haben die Fitna-Techniktage 2024 besucht.

Schweissen, löten, programmieren – an drei Mittwochnachmittagen im März konnten Schülerinnen und Schüler bekannte Firmen in der Region besuchen und kleine Projekte umsetzen. In diesem Jahr haben die Mädchen und Jungs im Alter zwischen 11 und 14 Jahren zum Beispiel ein sogenanntes «Brain Game» gebaut, einen Würfel programmiert und eine Blume aus Metall hergestellt. Das Angebot vor der Berufswahl wird aber nicht nur geschätzt, weil man eine kleine Erinnerung mit nach Hause nehmen kann: Die Schülerinnen und Schüler finden es toll, dass sie einmal in «andere» Berufe hineinschnuppern können – Berufe, deren Tätigkeiten weniger greifbar sind und darum vielfach auf den ersten Blick auch nicht in Frage kommen.

### Begeisterung für Technik und Naturwissenschaft wecken

Die Fitna-Techniktage sind aber nicht nur eine Chance für die Schülerinnen und Schüler, sondern auch für die Unternehmen in der Region Sarganserland-Werdenberg und Liechtenstein. Sie kämpfen derzeit mit einem massiven Fachkräftemangel und sind darum bemüht, Jungs und Mädchen möglichst früh für Technik und Naturwissenschaft zu begeistern. Firmen haben in den Workshops ausserdem die Möglichkeit, Hemmschwellen gegenüber gewissen Tätigkeiten und Materialien abzubauen und potenzielle Lehrlinge – zukünftige Fachkräfte – kennenzulernen.

### Initiative gegen den Fachkräftemangel in der Region

Die Techniktage werden von der Arbeitsgruppe Fitna der Region Sarganserland-Werdenberg organisiert. Der Begriff Fitna steht für die Förderung der Interessen für Technik und Naturwissenschaft bei Jugendlichen. Die Fitna-Techniktage sind eine Initiative der Region Sarganserland-Werdenberg, um dem Fachkräftemangel in der Region entgegenzuwirken.

Die Termine für die nächsten FITNA-Techniktage

**Mittwoch, 26. Februar 2025**

**Mittwoch, 12. März 2025**

**Mittwoch, 2. April 2025**

#### Informationen

→ [www.fitna.ch](http://www.fitna.ch)

Arbeitgeberverband Sarganserland-Werdenberg

## Lehre statt Leere

Bereits zum zwölften Mal findet am 8./9. November der Berufswahlevent Lehre statt Leere statt.

Auch dieses Jahr werden ca. 400 Schülerinnen und Schüler aus der 2. Oberstufe der Sekundar- und Realschulen aus dem ganzen Bezirk Werdenberg am Anlass teilnehmen. Sie haben am Event die Chance, auf regionale Lehrbetriebe aus Industrie, Gewerbe, Handwerk und Soziales zu treffen, welche den zukünftigen Lernenden ein vielfältiges und interessantes Spektrum von verschiedenen Lehrberufen präsentieren. Eine Win-win-Situation für beide Seiten. Auch Wartauer Gewerbebetriebe nehmen an der Ausstellung teil.

### Freitag, 8. November 2024

8.00 bis 11.45 Uhr und 13.30 bis 17.00 Uhr

### Samstag, 9. November 2024

9.30 bis 12.30 Uhr (öffentlicher Anlass)

10.45 Uhr moderierte Podiumsgespräche

**im Berufs- und Weiterbildungszentrum Buchs**

#### Informationen

→ [www.lehre-statt-leere.ch](http://www.lehre-statt-leere.ch)

Berufs- und Laufbahnberatung Sarganserland

## Berufswahlevent

**Über 70 Firmen aus der Region Sarganserland und Umgebung stellen ihre Lehrberufe vor. Lernende und Berufsbildner präsentieren ihre Berufe.**

Beim Sarganserländer Berufswahlevent sind mehr als 70 Lehrfirmen aus der Region mit ihren Berufsbildnerinnen und -bildnern sowie ihren Lernenden anwesend. Sie schaffen damit eine ideale Plattform für Kontaktmöglichkeiten und den gezielten Austausch.

Sowohl der Freitag als auch der Samstag sind öffentlich und können von allen Interessenten besucht werden. Der Samstag ist ideal für einen Besuch der Eltern mit ihren Kindern bzw. Jugendlichen, die sich im Berufswahlprozess befinden. Es gibt auch eine Info-Veranstaltung für die Eltern.

### Freitag, 15. November 2024

8.30 bis 12.00 Uhr und 13.30 bis 17.00 Uhr

### Samstag, 16. November 2024

8.30 bis 13.00 Uhr

**in der Flumserei Flums**

#### Informationen

→ [www.berufswahlevent.ch/](http://www.berufswahlevent.ch/)

Trägerverein slowUp Werdenberg-Liechtenstein

## slowUp Werdenberg-Liechtenstein begeisterte

Die 17. Ausgabe der Sonntags-Veranstaltung in zehn Gemeinden beidseits des Rheins zog die Bevölkerung auf die autofreien Hauptstrassen. Bei trockenen und angenehmen Bedingungen machten Gross und Klein den jährlichen Anlass zum Fest des Langsamverkehrs.

Am Sonntag, 5. Mai 2024, organisierten die Region Werdenberg und das Fürstentum Liechtenstein zum 17. Mal gemeinsam eine autofreie Veranstaltung. Von 10 bis 17 Uhr bot der slowUp Werdenberg-Liechtenstein ein spezielles Volksfest: Die Hauptstrassen zwischen Sennwald und Plattis sowie von Vaduz bis Ruggell blieben für jeglichen motorisierten Verkehr gesperrt.



Beim Festplatz Plattis gab es Wartauer Rüeblisuppe

Die slowUp-Strecke zeigte sich durchwegs stark frequentiert, ebenso vermeldeten die Festplätze Hochbetrieb. Gemäss Organisationskomitee nahmen 25'000 Personen am diesjährigen slowUp Werdenberg-Liechtenstein teil. Die Verantwortlichen sprechen nach Abschluss von einer reibungslosen, bestens organisierten Grossveranstaltung in allen Gemeinden.

### Eröffnung in Buchs

Startschuss zum slowUp Werdenberg-Liechtenstein war in Buchs. Vor der offiziellen Streckenfreigabe um 10 Uhr begrüsst Beat Tinner, Regierungsrat St.Gallen, Fredy Schöb, Gemeindepräsident Gams und Präsident des Trägervereins slowUp Werdenberg-Liechtenstein sowie Rolf Pfeiffer, Stadtpräsident Buchs, die Gäste. Allen Reden gemeinsam war der verbindende Gedanke der Veranstaltung und die historische, gelebte Freundschaft im gemeinsamen Lebensraum Schweiz-Liechtenstein. Mit Bezug auf die bereits 17. Ausgabe sowie die grosse Anziehungskraft der Veranstaltung konnte festgehalten werden, dass sich der slowUp Werdenberg-Liechtenstein bestens in Region und Land etabliert hat. Der ausgesprochene Dank galt in erster Linie den Helfenden und Vereinen, die jeweils für den slowUp am ersten Mai-Sonntag im Dienst stehen.

Alle zehn Gemeinden auf beiden Seiten des Rheins boten zusammen mit Partnern entlang der Route ein fa-

milienfreundliches Rahmenprogramm zum Geniessen, Mitmachen oder Verweilen. Erstmals beteiligten sich alle Gemeinden an der nationalen slowUp-Aktion «slowAppetit» – getreu dem Motto «Aus der Region – auf den slowUp-Teller». Angeboten wurden von frischem Ribel über die herzhaftere Werdenberger Buurawurst bis zur Rüeblisuppe vom Feld nebenan. Ebenso stärkten die Organisatoren die nachhaltige Ausrichtung der Veranstaltung.

### slowUp Werdenberg-Liechtenstein

slowUp – eine Wortkombination aus slow down und pleasure up – bedeutet Genuss dank gemächlichem Fahren. Die Geschwindigkeit ergibt sich an diesem aktiven Erlebnis einzig und allein durch die eigene Muskelkraft und erlaubt, die Region auf eine gesundheitsfördernde, entschleunigte Art neu zu entdecken.



Tausende Teilnehmende erfreuen sich seit 2006 am Erlebnis slowUp Werdenberg-Liechtenstein. Um dies zu ermöglichen, unterstützen Hunderte von Personen jährlich den Anlass mit ihrem Einsatz. Ohne diese Hilfe wäre eine Veranstaltung in diesem Umfang nicht zu meistern. Das verantwortliche Organisationskomitee zieht eine durchwegs positive Schlussbilanz zur Ausgabe 2024. Obwohl zahlreiche Hauptstrassen für das autofreie Volksfest gesperrt wurden, ergaben sich auch verkehrstechnisch keine Probleme.

Der Trägerverein slowUp Werdenberg-Liechtenstein dankt allen Helfenden, speziell den zahlreichen Angehörigen der Feuerwehren und den Polizeimitarbeitenden im Verkehrsdienst sowie den Zuständigen in allen Gemeinden für den hervorragenden, enormen Arbeitseinsatz; ebenso der Bevölkerung und den Autofahrenden für ihre Rücksicht und ihr Verständnis im Sinne eines gemeinsamen, regionalen Volksfests.

### 18. slowUp Werdenberg-Liechtenstein

→ 4. Mai 2025

Hanspeter Dürr, Präsident Ortsgemeinde Wartau

## Samstag, 14. September 2024 – ein Tag für alle!

Der dieses Jahr stattfindende Nationale Tag der Bürgergemeinden und Korporationen steht unter dem Motto **Wurzeln – Werte – Weitsicht**. Die Ortsgemeinde bietet an diesem Tag ein reichhaltiges Programm für Gross und Klein. Die Ortsgemeinde Wartau freut sich auf Ihre Teilnahme.

### Ein Blick in die Tätigkeiten und Aufgaben der Ortsgemeinde Wartau

«Wurzeln – Werte – Weitsicht» – diese drei Begriffe symbolisieren die über mehrere Jahrhunderte dauernde Tradition der Bürgergemeinden und Korporationen, welche ihre vielfältigen Aufgaben und weitreichenden Engagements mit sehr viel Bedacht und Respekt bis heute erhalten und pflegen. Die vielen Traditionen in die Zukunft zu überführen, erfordert hohe Sensibilität und Weitsicht.

### Drei Aussenposten, ein Rundkurs und ein Festplatz

Die Ortsgemeinde Wartau lädt am Samstag, 14. September 2024, alle Einwohnerinnen und Einwohner der Gemeinde Wartau herzlich zum nationalen Bürgertag ein. An vier verschiedenen Standorten erhalten die Besucher Einblick in die vielfältigen Tätigkeiten und Aufgaben der Ortsgemeinde.

Bei den Aussenposten Oberstufenzentrum Seidenbaum, Plattiserwäldli und Sägerei Lonna werden zur vollen und halben Stunde, von 9.00 bis 11.30 Uhr Führungen oder Arbeitsgänge gestartet.

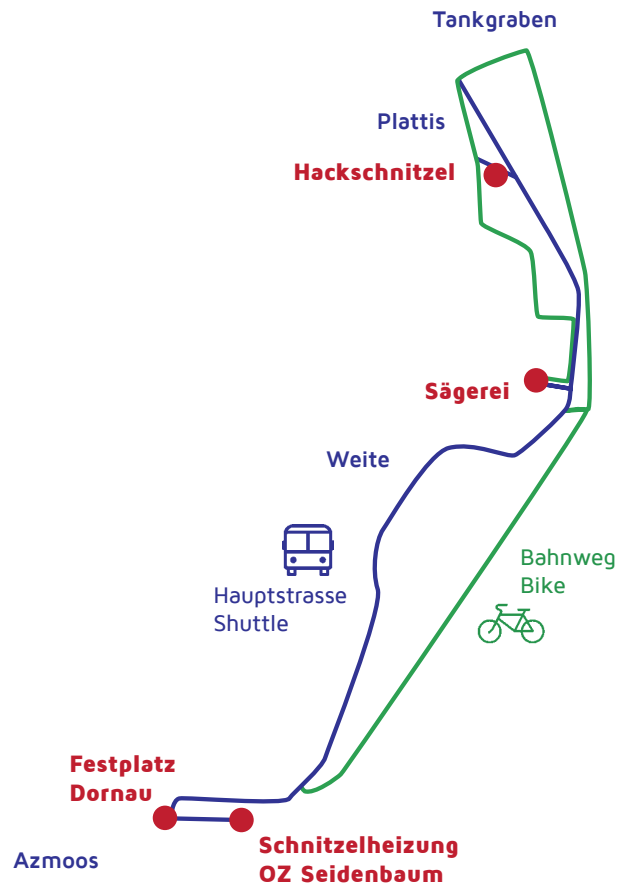
Gezeigt werden der Betrieb der Schnitzelheizung Seidenbaum samt Anlieferung des Brennmaterials, das Hacken von Brennholz zu Schnitzeln und die Verarbeitung von Rund- zu Schnittholz.

Für den Rundkurs ist eine Fahrradstrecke signalisiert, ebenfalls verkehrt ein Shuttlebus zu den einzelnen Standorten.

Beim Festplatz Dornau ist die Festwirtschaft von 9.00 bis 18.00 Uhr geöffnet. Nebst der Verpflegung und den musikalischen Beiträgen können sich die Besucher an verschiedenen Infoständen über die Tätigkeiten der Werkgruppe, aber auch über aktuelle und umgesetzte Projekte informieren.

Auch für die kleinen Besucher wird ein Programm geboten, bei welchem das handwerkliche Geschick, aber auch der Spass im Vordergrund stehen.

Als weiterer Höhepunkt wird um 14.00 Uhr die Alpabfahrt mit den rund 300 Tieren ab Palfries beim Werkhof Dornau erwartet.



### Mehr Informationen

→ [www.og-wartau.ch/buergertag](http://www.og-wartau.ch/buergertag)

Irene Hanselmann-Seifert, Kirchenrätin, Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde Wartau

## Die Gretschiner Linde erzählt

**In der Pestzeit und 200 Jahre vor der Gründung des Kantons St.Gallen gepflanzt, steht die Linde in Gretschins immer noch vor der reformierten Kirche. 1930 schützte der Baum die Kirche vor den Flammen des verheerenden Dorfbrandes. Heute schützt die Kirche den Baum vor Windstürmen.**

Den Erzählungen nach wurde ich etwa zur gleichen Zeit gepflanzt, in der der Glarner Pfarrer Herkules Tschudi begonnen hat, das erste Wartauer Kirchenbuch zu schreiben. Das war während der Pestzeit um 1629. Sie sagen sogar, dass unter mir sieben Männer mit dem Vornamen Hans beerdigt wurden. Als ich schon fast 200 Jahre alt war, wurde der Kanton St.Gallen gegründet.

Um die Jahrhundertwende wollte ein Pfarrer das heidnische Treiben des Silvesterklausens, das in Oberschan Brauch war, abschaffen. Deshalb hat er die Leute zu einer Christbaumfeier am Altjahrabend um 5 Uhr eingeladen. Die Silvesterkläuse gibt es immer noch und sie kommen mich in der Altjahrsnacht besuchen. Und auch die Christbaumfeier ist immer noch einer der bestbesuchten Gottesdienste im Kirchenjahr.

Viel habe ich gesehen, in all der Zeit. Wie viele Hochzeiten, Taufen, Konfirmationen und Beerdigungen das wohl waren? Die Zeit während der Kriege: da gingen die Frauen mit ihren Kindern an mir vorbei ins Neugut (Äcker im Tal) und am Abend haben sie die Handwagen wieder «obsig» gezogen, meist mit müden, weinenden Kleinkindern im Schlepptau.

Lange Zeit waren es nur stille Ochsen- und Pferdewagen, die an mir vorbeifuhren. Mit der Zeit wurde es immer lärmiger, Traktoren und Lastwagen haben die Fuhrwerke abgelöst.

Dem Dorfbrand vom 30. auf den 31. Dezember 1930 sind im Kirchdorf sieben Gebäude zum Opfer gefallen. 30 Personen waren auf einen Schlag obdachlos. Ich, die Linde, habe mit meinen sieben mächtigen Stammästen die Kirche vor dem Feuer beschützt. Seither habe ich eine grosse Brandwunde. Zur grossen Freude der Leute habe ich im Frühling 1931 wieder kräftig ausgetrieben. In der Zeit vom Zweiten Weltkrieg erlebte ich, wie der Magletsch zu einer Festung ausgehöhlt wurde.

Anlässlich der Kirchenrenovation 1946 wurde von der Baukommission beschlossen, ich soll gefällt werden, da ich dem Dach schade. Eine kleine Linde wurde nahe der Friedhofsmauer gepflanzt. Der Widerstand in der Gemeinde war so gross, dass vom Fällen abgesehen wurde. Die junge Linde wurde beim Oberschaner Schwimmbad gepflanzt. Die ersten Töne der neuen Orgel, die anlässlich der grossen Renovation eingebaut wurde, habe ich gehört. Auch miterlebt, wie wackere Gretschiner mit dem Ochsenfuhrwerk den alten Taufstein aus dem Schutt im Griangga (Wiese unterhalb Gretschins) wieder in die Kirche gehievt haben. Dort hatte er Jahrzehnte im Keller unter dem Turm einen sicheren Platz. Jetzt steht er wieder in der Kirche.



Wie sich das, was an mir vorbei «obsig und nitzig» geht, verändert hat! Einst waren es Fussgänger, die durch die Haldentreppe vom und zur Bahnhaltestelle Weite gingen. Nebst vielen Autos und Militärfahrzeugen gibt es jetzt sogar bei mir eine Bushaltestelle. Auch viele Velofahrerinnen ziehen an mir vorbei, einige mühsam strampelnd, andere locker mit «Motörli».

Dass ich nochmals eine Pandemie erlebe, hätte ich mir nicht träumen lassen, so dass der Gottesdienst zeitweise ganz ausfiel oder nur in jeder zweiten Bankreihe Platz genommen werden durfte.

Als das vorbei war, ist in Europa Krieg ausgebrochen. Die Linde ist der Baum, der für Frieden und Gerechtigkeit steht.



In den letzten Jahrzehnten haben mich immer wieder fachkundige Leute gepflegt, da ich immer gebrechlicher wurde. Im Sommer 2023 sind grosse Äste aus meiner mächtigen Krone gebrochen.

Nach Besprechungen mit Fachleuten hat die Kirchenvorsteherschaft Wartau beschlossen, mich, die Linde, auf Dachhöhe zurückzuschneiden.

In meiner Zeit hat sich die Kirchgemeinde getrennt. So gab es seit 1735 die Kirchgemeinde Azmoos-Trübbach und die Kirchgemeinde Wartau-Gretschins. Seit 2016 gibt es nur noch eine Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde im Wartau.

Jetzt stehe ich immer noch stolz neben der Gretschinser Kirche und schaue den Menschen in den verschiedenen Lebenslagen, in denen sie in die Kirche und auf den Friedhof kommen zu.

Im Frühling habe ich kräftig ausgetrieben, damit die Menschen, die auf meinem neuen Bänkli, das mir versprochen wurde, im Schatten sitzen können.

Ich freue mich auf ganz viele Menschen, die unter mir durch in die schöne Kirche gehen, sei es zum Gottesdienst oder einfach so zu einem Besuch in Gotteshaus.

Ob ich wohl die älteste Wartauerin bin?

### Die Linde von Gretschins

Ein uraltes Gotteshaus, auf Fels gebaut  
ein Häuflein alter Giebel heimattraut  
liegt still im Winkel hinter Bäumen breit  
zur Frühlingszeit, ein Stücklein Ewigkeit.

Es lüftelt leis – und lind vom Waldessaum,  
bald weht es fort im alten Lindenbaum,  
und Blatt um Blatt erweckend über Nacht  
beschirmt die Kirche er in neuer Pracht.

Dem Baum beim Friedhof ist der Lenz ein Fest,  
umsonst raunt's nicht in Zweigen und Geäst.  
Verschlafen irgendwo ein Brunnen rauscht,  
das Lied der Kirchenlinde er belauscht.

Ich wuchs empor zum starken, mächt'gen Baum,  
dreihundert Jahr und mehr – ein kurzer Traum.  
Geschlechter schwanden hin, als wie im Flug,  
es naht und geht ein langer Ahnenzug.

Hoch über Gräbern grünt es Jahr um Jahr,  
seitdem im Land das grosse Sterben war.  
Der schwarze Tod, er mähte hier mit G'walt  
wohl siebenhundert Menschen – Jung und Alt.

Der Messmer starb, verwelkte wie ein Greis,  
sein Sohn, der pflanzte mich als junges Reis,  
wo sieben Hansen ruhen – welche Klag,  
begraben allesamt am selben Tag.

Und andere Menschen kommen, andere gehn,  
ein rastlos Wanderns ist's – nur ich bleib stehn,  
als Wächter hier und stiller Mahner auch,  
dem, der vorüberzieht – nach altem Brauch.

Die Turmuhr knarrt, es schlägt zur Mitternacht,  
noch geht es Stunden bis der neue Tag erwacht.  
Die Burgruine Wartau schläft und schweigt,  
bis dort am Hang das erste Zirpchen geigt.

Jakob Kuratli

Monika Engler, Präsidentin Spitex Wartau

## Unkompliziert und schnell

**Freundlich und hilfsbereit, flexibel und schnell, unkompliziert und speditiv, unbürokratisch und einfach. Alle diese Eigenschaften wünscht man sich von der Spitex, wenn eine unvorhergesehene Situation es Betroffenen unmöglich macht, im gewohnten Lebensumfeld gesund zu werden und ohne fremde Hilfe auszukommen. Das Pflege-Team und das Pflege- und Haushalthilfe-Team der Spitex Wartau hilft.**

Noch nie lebten in der Schweiz so viele betagte Menschen wie heute – fast 500'000 Personen sind 80 Jahre oder älter. Ein Grossteil dieser Menschen möchte möglichst lange in den eigenen vier Wänden bleiben. Eine zentrale Rolle spielen dann Partner und Angehörige, die mit diversen Unterstützungsleistungen diesen Wunsch zu erfüllen versuchen. Wenn jedoch der Unterstützungs- und Pflegebedarf die eigenen Möglichkeiten übersteigt oder Angehörige fehlen, kommt die Spitex ins Spiel. Je nach Bedarf und immer in enger Absprache mit den Beteiligten übernimmt sie medizinische und pflegerische Betreuungsaufgaben oder hilft in der Haushaltsführung, damit das tägliche Leben weitergeht.



Die neuesten Zahlen des Bundesamtes für Statistik zeigen eindrücklich, wie rasch die Spitex an Bedeutung gewinnt. Wurden 2013 noch 3 Prozent der Schweizer Bevölkerung zu Hause gepflegt, waren es 2022 bereits 5 Prozent. Von den über 80-Jährigen nimmt heute ein Drittel zu Hause professionelle Pflege in Anspruch. Die Leistungen der Spitex werden dabei immer diversifizierter und spezialisierter. So betreut die Spitex immer mehr Demenzzranke oder Menschen, die zu Hause sterben möchten. Auch hat die Betreuung von jüngeren Personen unter 65 Jahren zugenommen, darunter solche, die nach kürzer gewordenen Spitalaufenthalten früh nach Hause kommen und dort pflegerische Unterstützung brauchen.

Dank ihren gut qualifizierten, erfahrenen und engagierten Mitarbeiterinnen kann die Spitex Wartau diesen Entwicklungen folgen. Als gemeinnützige Spitex übernimmt sie zudem unverändert – sofern aus medizinischer und pflegerischer Sicht sinnvoll bzw. ärztlich verordnet – alle Fälle: komplexere und einfachere, mehr und weniger kostendeckende. Zu letzteren gehören insbesondere auch kurze Einsätze mit längerem Anfahrtsweg, die von der Krankenkasse nur unzureichend entschädigt werden. Die derzeit aufstrebenden privaten Spitexorganisationen, die Gewinne vorweisen können, vermeiden solche Kurzeinsätze und fokussieren sich auf die Fälle, die entweder versicherungstechnisch gut abgedeckt sind oder deren Finanzierung von der Kundschaft aufgebracht

werden kann. Auch wenn es die privaten Spitexorganisationen – wie auch die freischaffenden Pflegefachpersonen – angesichts der rasant wachsenden Nachfrage nach Spitexleistungen braucht, es sind weiterhin die Spitexorganisationen mit Aufnahmepflicht, welche die allgemein zugängliche Hilfe und Pflege zu Hause sicherstellen.

Um den umfassenden Versorgungsauftrag wahrnehmen zu können, ist die Spitex auf Vereinsbeiträge, Spenden und Leistungen der öffentlichen Hand angewiesen. Einerseits finanzieren die Krankenkassen nur Pflegeleistungen und diese auch nur zum Teil. Andererseits sind hauswirtschaftliche Leistungen von den Nutzenden zu tragen, wenn keine entsprechende Zusatzver-



sicherung vorhanden ist. Um im Bedarfsfall den breiten Zugang zu wahren, verrechnet die Spitex entsprechend keine Vollkosten, sondern deutlich tiefere Tarife.

Glücklicherweise darf die Spitex Wartau auf eine breite Unterstützung in der Gemeinde zählen – sei dies durch die vielen treuen Vereinsmitglieder oder durch die Bürgerschaft, die den Beitrag an die Spitex jährlich genehmigt. Nichtsdestotrotz stehen viele Herausforderungen an, die auch finanzielle Auswirkungen haben werden. Neben der laufenden Bewältigung der wachsenden Anforderungen stehen aktuell insbesondere Vorgaben zur Aus- und Weiterbildung im Zuge der Pflegeinitiative im Vordergrund. Wir gehen diese Herausforderungen gemeinsam mit Partnern an, allen voran dem Betagtenheim Wartau, gleichzeitig ist Ihre Unterstützung als Vereinsmitglied, Bürgerin und Bürger weiterhin unverzichtbar, um den Handlungsspielraum zu wahren. Herzlichen Dank!

### Kontakt Spitex Wartau

Tel. 081 783 24 94  
 spitexwartau@hin.ch  
 → www.spitex-wartau.ch

Mitgliedschaft Konto CH61 8080 8001 4644 6222 9  
 Spenden-Konto CH62 0900 0000 9000 5388 2



Thomas Köster, Institutionsleiter Heilpädagogisches Zentrum Seidenbaum

## Das HPZ Seidenbaum feiert 60-Jahre-Jubiläum

Vor über 60 Jahren, am 7. Dezember 1963 fand die Gründerversammlung der Heilpädagogischen Vereinigung Sargans-Werdenberg statt. Das Ziel war, im Frühling des darauffolgenden Jahres eine heilpädagogische Hilfsschule für hochgradig behinderte Kinder zu eröffnen.



Während für weniger Betroffene, schulisch noch beschränkt bildungsfähige Kinder in Wartau, Mels und Flums Hilfsschulen geschaffen wurden, existierte für Kinder, die für diese Hilfsschulen zu schwach waren, noch keine externe Beschulungsmöglichkeit in dieser Gegend.

Die Heilpädagogische Schule in Trübbach hatte das Ziel, den Schülerinnen und Schülern eine bestmögliche Förderung und ganzheitliche Bildung in seelischer, geistiger und körperlicher Hinsicht zu bieten. Geplant wurde in den nächsten zwei Jahren ein Schulhaus zu bauen. Vorläufig sollten aber zwei nicht benutzte Zimmer im Schulhaus Trübbach zur Verfügung stehen.

Der Schulbetrieb wurde wie geplant im Frühjahr 1964 mit neun Schülern und zwei Lehrpersonen aufgenommen, dies teilweise so organisiert, dass am Vormittag Kinder aus dem Sarganserland und nachmittags diejenigen vom Werdenberg beschult wurden. Auf das neue Schulhaus musste man jedoch noch einige Jahre warten. In den folgenden Jahren mietete man unentgeltlich diverse freistehende Räume in Trübbach, Sargans, Bad Ragaz und Mels.

1972 wurde das neue Schulhaus im Seidenbaum eröffnet. Nach einer Sanierung und Erweiterung 1998 wurde 2007 auf dem Gelände noch ein Pavillon mit weiteren Klassenzimmern errichtet. Um Kindern mit noch speziellerem Förderbedarf den Schulbesuch an der HPS zu ermöglichen, wurde zuvor im 2005 in unmittelbarer Nähe zur Schule eine kleine Wohngruppe mit 8 Plätzen eröffnet. Die Kinderzahlen stiegen weiterhin an und so wurde 2016 ein Ergänzungsbau errichtet. Aber auch der reichte nicht, um die Kinder aus dem Einzugsgebiet Sennwald bis Walensee bedarfsgerecht zu beschulen.

Deswegen wurden weitere Räumlichkeiten in den angrenzenden Gewerbebetrieben hinzugemietet.

2018 kam mit der Tagessonderschule, heute Lernpark Seidenbaum, eine zusätzliche Leistungssparte hinzu, für die weiterer Schulraum im Gewerbepark angemietet werden musste. Im Lernpark werden Kinder und Jugendliche mit Lern- und Verhaltensauffälligkeiten beschult. Dies mit dem Ziel, sie wieder in die Regelschule zu integrieren.

Im kommenden Schuljahr 2024/25 beschult das mittlerweile umbenannte Heilpädagogische Zentrum Seidenbaum knapp 155 Schülerinnen und Schüler und stösst damit schon längst über die räumlichen Kapazitäten.

Dank dem grossen Engagement der gut 130 Mitarbeitenden, der Geschäftsleitung und des Vorstands ist trotz aller Herausforderungen das Heilpädagogische Zentrum Seidenbaum ein freundlicher Ort, an dem Kinder und Jugendliche die Möglichkeit haben, sich zu entwickeln. Die Schülerinnen und Schüler erhalten eine individuelle Förderung, um später im Rahmen ihrer Fähigkeiten eine Ausbildung zu absolvieren oder einen angemessenen Platz in einer Anschlussinstitution zu erhalten.

Das HPZ Seidenbaum feiert sein 60-Jahre-Jubiläum am **Samstag, 22. Juni 2024, von 10 bis 15 Uhr mit einem Tag der offenen Türe**, zu dem die Bevölkerung herzlich eingeladen ist, um Einblicke in den Schulalltag zu erlangen und den Tag im Sinne eines Familienfestes mit vielerlei Aktivitäten zu nutzen.

**Programm zum Tag der offenen Türe**

→ [www.hpzseidenbaum.ch](http://www.hpzseidenbaum.ch)

Weinbauverein Wartau

## Der Rebhüslitag – ein Tag ganz im Zeichen des Genusses

Seit 2018 lockt der Anlass des Weinbauvereins Wartau – jeweils kurz vor oder während der Rebenblüte – zahlreiche am lokalen Weinbau und an den Erzeugnissen der Wartauer Winzer Interessierte aus nah und fern in die gepflegten Rebberge unserer Gemeinde.

Mit der Zielsetzung, die Wartauer Weinbauregion bekannter zu machen und die Vermarktung der einheimischen Traubenprodukte zu fördern, bildete sich 2017 eine Interessengruppe bestehend aus Mitgliedern des Weinbauvereins Wartau und des Vereins Bürgerwingert. Die Gruppe beschloss, einen sogenannten Rebhüslitag ins Leben zu rufen, einen Tag, an dem Rebleute ihre Rebhüslis und Weinberge der Öffentlichkeit zugänglich machen und derweil ihre vorzüglichen Weine zur Degustation sowie feine Speisen zur Verköstigung anbieten.



Da die Lagen der Wartauer Rebberge über das ganze Gemeindegebiet verstreut sind, war es naheliegend, den Anlass gebietsweise durchzuführen. So kam es zu zwei Durchführungsorten, die jeweils im Zweijahres-Turnus wechseln. Für den Rayon der Dörfer Oberschan, Gretschins, Malans, Fontnas sowie Murris konnte 2018 erstmals der Anstoss gegeben werden. Es folgte 2019 die Durchführung im Gebiet Azmoos-Trübbach. Nachdem in den Jahren 2020 und 2021 kein Rebhüslitag stattfinden konnte, knüpften die folgenden Anlässe wiederum erfolgreich an die jeweiligen Premierendurchführungen an, so zuletzt am 1. Juni – zum dritten Mal in der Umgebung von Gretschins.



Da der Festbetrieb bewusst nicht an einem zentralen Ort zur Durchführung gelangt, sondern verschiedene – der Name sagt es – Reb- oder Wingerthüslis im Fokus stehen, gibt eine Übersichtskarte im Flyer-Format Auskunft über die einzelnen Standorte mit Degustations- und Verpflegungsmöglichkeiten. Auf der Karte wird eine leichte Rundwanderung empfohlen, wonach die Stationen problemlos und in kurzer Zeit angelaufen werden können.

Es kann bei einem beliebigen Rebhüslis gestartet und der Rundweg auch nur teilweise begangen werden. Bei



den einzelnen Standorten erwarten die Geniesserinnen und Geniesser neben den diversen Wartauer Weinen – sie werden im Übrigen in verschiedenen regionalen Betrieben gekeltert – weitere kulinarische Köstlichkeiten. Von der Wartauer Chardonnay-Suppe über eine Törggariibel-Bramata, hausgemachte Wurstspezialitäten bis zu Wartauer Spargeln oder auch einem Chili reicht die grosse Angebotspalette.

Zentral aber ist freilich die breite Auswahl an Wartauer Weinen, die zum Degustieren einladen: klassischer Beerliwein aus der Hauptsorte Blauburgunder, auch Federweisser oder Rosé aus Pinot Noir oder solche, die in Barriques reiften; daneben verschiedene Weiss- und weitere Rotweine aus anderen herkömmlichen (alten) und neuen Sorten, als Cuvée oder sortenrein abgefüllt. Wartauer Wein ist vielfältig!

Der Wartauer Rebhüslitag wurde in diesem Jahr bereits zum fünften Mal erfolgreich durchgeführt. Er hat sich inzwischen zu einem traditionellen Anlass entwickelt, der Weinliebhaberinnen und Weinliebhaber aus nah und fern anspricht und sie hoffentlich auch künftig in unsere malerische Gegend locken wird. In diesem Sinn: Bis zum Rebhüslitag 2025 – zum Wohl!

### Infos

→ [www.wartauerweine.ch](http://www.wartauerweine.ch)

Ornithologischer Verein Wartau

## Frühjahrsexkursion und Schutz des Flussregenpfeifers

Der OV Wartau wurde am 3. Februar 1929 gegründet. Die Aufgaben und Interessen haben sich im Laufe der Zeit gewandelt: Wo anfänglich die Kleintierzucht und die Eiersammelstelle im Vordergrund standen, ist es heute die Artenförderung, der Erhalt einer intakten Umgebung und das Pflegen der Kameradschaft.

Die diesjährige Frühjahrsexkursion des OV Wartau startete für die fast 50 Teilnehmenden beim Pfadihüsi im Zagg, Trübbach. Bereits nach ein paar Metern konnten die sehr giftigen und äussert seltenen Gelbbauchunken in einem extra dafür errichteten stehenden Wasser gesichtet werden. Weiter ging es in Einerkolonne dem Luterbach entlang. Trotz dem starken Wind konnten etliche Meisenarten und die Singdrossel gehört werden. Ebenso wurde auf einen vom Förster gekennzeichneten,



toten «Spechtbaum» aufmerksam gemacht. Anhand eines Buntspecht-Präparates wurde dieser spezielle Vogel vorgestellt. Bei Matug erfuhren die Teilnehmenden Geschichtliches: So soll wegen der Abholzung am Gonzen im Jahr 1945 eine riesige Lawine abgegangen sein, die erheblichen Schaden angerichtet hat und unter anderem bis nach Matug niederfuhr. Das Holz brauchten die Eisenherren damals zur Verhüttung des Erzes. Ebenso erläuterte eine Kräuterfachfrau, wie sie den Bärlauch in den verschiedenen Stadien verarbeitet und wofür das Mädesüss eingesetzt werden kann. Ab hier wurde die grosse Gruppe aufgeteilt. Weiter unten suchten die Beobachter die Hohewand nach dem Mauerläufer ab. Leider liess



Die Teufelskralle

sich der hübsche Vogel nicht blicken. Dafür zeigte sich der Rotmilan, einige Felsenschwalben, und es flötete die Misteldrossel. Nahe der Felsen riefen Berglaubsänger, und der Specht klopfte an einen hohlen Baum, um auf sich aufmerksam zu machen. Die beim Rekognoszieren gesichteten Zippammern liessen sich leider nicht mehr blicken, dafür zeigten sich die Mönchsgrasmücke und der Mäusebussard. Ein weiterer Kräuterinput brachte den Teilnehmenden einen ganzen Strauss Pflanzen näher: Die Bedeutung der Teufelskralle, des kriechenden Günsels und des Spitzwegerichs wurden erklärt. Zum Ausgangspunkt zurück ging's dann flott, und die wunderbare, warme Frühlingsstimmung konnte so richtig eingesogen werden. Der vom OV Wartau offerierte Brunch im Plattiser Stübli rundete den schönen, äussert vielseitigen und lehrreichen Naturmorgen ab.

### Besondere Verantwortung für die Flussregenpfeifer

Wie jedes Jahr um Mitte April machen Tafeln auf dem Rheindamm darauf aufmerksam, dass man sich während der Brutzeit des Flussregenpfeifers rücksichtsvoll auf den Kiesbänken des Rheins verhalten soll. Dazu gehört auch, dass man den Hund nicht unangeleint auf den



### Der Flussregenpfeifer

Kiesbänken herumstreifen lässt. Eine stark gefährdete Watvogel-Art legt hier ihre Eier direkt ins Kies. Oftmals kommt es vor, dass das Gelege bei Störung verlassen und nicht mehr bebrütet wird. Am Alpenrhein von Ilanz bis zur Illmündung haben wir die höchste Revierdichte des Flussregenpfeifers in der Schweiz, weshalb wir für diese Vogelart eine besondere Verantwortung tragen.

Infos und Öffnungszeiten der Vogelhütte unter

→ [www.ovwartau.ch](http://www.ovwartau.ch)

Tobias Tischhauser, Präsident SBC Gonzen

## Das vergangene Jahr mit dem Ski- und Bergclub Gonzen

Mit dem langsam schwindenden Schnee begann im April 2023 für den Ski- und Bergclub Gonzen das Frühlingsprogramm. Unser Skihaus Lanaberg erhielt unter der Leitung des Hüttenchefs René Zogg und einem fleissigen Helferteam einen Frühlingsputz.



Das im Winter verbrannte Holz und die Vorräte für den Sommer wurden aufgefüllt und somit steht alles bereit für den Hüttenbetrieb. Jedes Wochenende wird der Lanaberg durch ein Hüttenwartteam bewirtet und lädt zum gemütlichen Einkehren ein. Kulinarische Höhepunkte sind das traditionelle Risotto-Essen an Auffahrt und das Raclette-Essen im Herbst. Mitte Juni wurde ein feiner und reichhaltiger Brunch aufgetischt.

Auch die Tourenggruppe rund um Adrian Gabathuler als Tourenchef blieb nicht untätig. So standen letztes Jahr unter anderem das Flüela Wisshorn oder der Piz Julier auf dem Programm. Neben weiteren Besteigungen stehen bei der Tourenggruppe auch immer die Kameradschaft sowie die Freude an der Natur im Mittelpunkt.

Ende November organisierte Maria Leuzinger unsere alljährliche Hauptversammlung im Betagtenheim Azmoos. Nach einer feinen Verpflegung des Küchenteams führte Tobias Tischhauser als neuer Präsident sowie der Vorstand durch die Traktanden. Dabei war erfreulich zu erwähnen, dass die Aktuarin Adriana Leuzinger unser Label als «ausgezeichneter Verein» des IG Sport SG erneut verlängern konnte. Und auch von finanzieller Seite konnte der Kassier Peter Gaberthüel ein positives Jahresergebnis präsentieren. So bleibt der gemütliche und gesellige Abend in bester Erinnerung.

Kurz darauf ging es mit dem Winterprogramm weiter. Am alljährlichen Lawinenkurs wurden Sicher-

heitsaspekte im Skitourenwesen diskutiert und die Kenntnisse der Teilnehmer im Suchen von Verschütteten aufgefrischt. Gut vorbereitet, stand den geplanten Skitouren nichts mehr im Weg.

Der JO-Chef Patrick Rainer bereitete sich zusammen mit den Leitern auf die Skisaison vor. Diese startete Anfang Januar 2024 mit viel Neuschnee am Pizol. Rund 50 Kinder durften fünf tolle und lehrreiche Skitage unter kompetenter Leitung verbringen. Leider konnten die Kinder ihr erlerntes Können am Abschlussrennen nicht unter Beweis stellen, da dieses wegen des starken Föhns nicht durchgeführt werden konnte. Ein spannendes Ersatzprogramm sorgte aber für Entschädigung.

Für die Tourenggruppe stand im März mit der Tourenwoche der Programmhöhepunkt an. Von der Jamtalhütte aus konnten bei Prachtwetter verschiedene Skitouren in die umliegende Berglandschaft unternommen werden.

Mit dem Ende der Skitourensaison begannen bereits die Vorbereitungen für das Frühlingsprogramm.

Haben wir dein Interesse geweckt? Dann besuche doch unsere neue Homepage.

**Mehr Infos für Interessierte**

→ [www.sbc-gonzen.ch](http://www.sbc-gonzen.ch)

Fussball-Club Trübbach

## Neues vom FC Trübbach aus der Saison 2023/2024

Der FC Trübbach ist seit 1951 eine feste Grösse in der Gemeinde Wartau. Auch dieses Jahr will der grösste Verein der Gemeinde Wartau den Bürgerinnen und Bürgern gerne aufzeigen, wie er seine Zukunft sieht, wie er sich für die Gemeinde engagiert, wofür der FC Trübbach steht und warum es sich jederzeit lohnt, auf den Gufalons zu kommen oder dem FC Trübbach auf Social Media zu folgen.



### Juniorenförderung

Unser wichtigstes Gut sind die Juniorinnen und Junioren, denn sie sind unsere Zukunft. Daher ist die gesamte Strategie des FC Trübbach momentan voll und ganz auf die Juniorenförderung und die Integration der eigenen Nachwuchsspieler bei den Aktiven ausgerichtet, um die Zukunft des Vereins abzusichern. Zurzeit hat der FC Trübbach rund 100 Juniorinnen und Junioren, die ihrer Leidenschaft für das runde Leder nachgehen. Dem Verein ist es sehr wichtig, dass auf dem Gufalons alle herzlich willkommen sind. Der FC Trübbach steht für Integration. Wir bieten einen Ort, an dem Menschen unterschiedlichster Herkunft miteinander einer gemeinsa-

men Passion nachgehen und sich austauschen können. und sich in Turnieren messen. Dazu erhalten Ihre Kinder eine komplette Ausrüstung (Dress, Hosen, Stulpen und Ball), die sie behalten dürfen. Für Verpflegung und interessante Trainingsmethoden wird gesorgt sein, sodass Ihr Kind eine unvergessliche Woche im MS Sports Fussballcamp auf dem Gufalons verbringen wird. Bei Fragen oder Unklarheiten können Sie sich jederzeit gerne unter untenstehendem Link informieren. Die Anmeldungen für das neue Jahr sind ab ca. Dezember 2024 aufgeschaltet. Preislich liegt das Camp bei CHF 285 (Preisstand 2024).

### «Der FC Trübbach freut sich darauf, Sie demnächst auf dem Gufalons willkommen zu heissen!»

men Passion nachgehen und sich austauschen können. Im Zuge dessen ist der FC Trübbach seit nun schon zwölf Jahren stolzer Träger des Qualitätslabels «Sportverein-t» (welches uns erst gerade wieder erneuert wurde), das für die Achtung von Werten wie Integration, Gewaltprävention und Nachhaltigkeit steht und des nationalen Präventionsprogramms «cool and clean», das zeigt, dass der Verein für fairen und sauberen Sport einsteht.

Für den Nachwuchs wird zudem auch nächstes Jahr wieder das bereits fünfte MS Sports Camp in den Frühlingsferien stattfinden. Vom 14. bis 18. April 2025 wird Ihren Kindern eine Woche lang Fussball, Spiel und Spass geboten. Dort können Ihre Kinder in ihren Frühlingsferien täglich von 9.30 Uhr bis 16.00 Uhr spannende Trainings unter der Leitung von erfahrenen Trainern absolvieren

### Infos und Anmeldungen (ab Dezember)

→ [www.mssports.ch](http://www.mssports.ch)

### Vereinsgebäude

Es ist weiterhin möglich, unser Clubhaus für Events und Feste zu mieten. Unser Clubhaus entspricht den modernsten Standards, gewährt beste Aussicht auf die zwei Fussballfelder und bietet viel Platz, um auch bei schlechtem Wetter auf den Gufalons zu kommen. Zudem werden neu auch Caterings angeboten, sodass Sie beispielsweise Fondue Chinoise, Käsefondue oder Raclette à discrétion, Spaghetti- oder Pizzaplausch, Oktoberfest, Hot Stone oder Barbecue auf dem Gufalons für Ihren Anlass buchen und geniessen können.

Sie können zum Preis von CHF 300 (Getränkebezug über FC Trübbach) bzw. CHF 500 (bei Mitbringen von eigenen Getränken) unser Vereinsgebäude einen ganzen Tag lang mieten (exkl. Catering-Angebot), wobei Mietanfragen erst beantwortet werden können, wenn die Spielpläne unserer Teams publiziert sind, da wir unser Clubhaus an Heimspielen selbstverständlich selbst benutzen. Wenn Sie sich entscheiden, Ihren nächsten Event



auf dem Gufalons zu veranstalten, müssen Sie sich um nichts kümmern, denn Getränke sowie Küche samt Einrichtung und Sitzgelegenheiten für bis zu 60 Personen sind bereits vor Ort und können ganz einfach über den FC Trübbach bezogen werden. Ob Geburtstag, Hochzeit oder Firmenfest, das Vereinsgebäude Gufalons hat sich bewährt und ist eine preisgünstige und tolle Lokalität, um Ihr Fest zu einem unvergesslichen Erlebnis zu machen.

#### Fragen und Anmeldung für Miete

→ [www.fctruebbach.ch/clubhaus](http://www.fctruebbach.ch/clubhaus)

#### Entwicklungen im Verein

Auch wenn die Resultate bei den Aktiven nicht zufriedenstellend sind, konnten mit Diego Ioanna und Bajram Murseli zwei Top-Trainer für die Zukunft gewonnen werden, deren Ziel die Integration der eigenen Junioren ist. Ihre Arbeit macht sich bereits bemerkbar, und wir sind sicher, dass sich dies bald in den Resultaten niederschlagen wird. Nebst dem Sportlichen ist der FC Trübbach zudem bemüht, auch seine Infrastruktur stets auf dem neuesten Stand zu halten. Dazu werden bald die LED-Scheinwerfer installiert und auch sonst geschaut, dass der Sportplatz immer auf bestem Niveau bleibt. Dazu wollen wir unser Social-Media-Angebot auf Instagram ausbauen.

Der FC Trübbach freut sich nun bereits darauf, Sie demnächst hoffentlich an den Spielen unserer Teams oder am Sportfest Wartau 2024 auf dem Gufalons willkommen zu heissen!

Oberschaner Dama Truppa

## Oberschaner Dama Truppa

Die Oberschaner Dama Truppa, nachstehend ODT genannt, wurde im Januar 2023 gegründet.

Die Oberschaner Dama Truppa ist ein Verein, der den Zusammenhalt der Oberschaner Frauen stärkt sowie die Erweiterung der Dorfaktivitäten fördert.

Mitglied können alle Frauen werden, welche im Schulhaus Bühl in Oberschan ihre Schulzeit absolviert haben oder momentan in Oberschan wohnhaft sind. Für den Eintritt in den Verein muss man sich mindestens im 18. Lebensjahr befinden. Nach oben wird keine Altersbeschränkung geführt.

Die ODT organisiert am 31. August 2024 einen Flohmarkt in Oberschan, an welchem Einzelpersonen oder Gruppen einen Stand mieten dürfen, um Gebrauchtes sinnvoll an Interessierte zu verkaufen. Für eine kleine Stärkung/Verpflegung wird ebenfalls gesorgt sein.

Im Winter steht wieder der Christchindlimarkt vor der Tür. Die ODT und die Knabengesellschaft Oberschan (KGO) werden gemeinsam die Festwirtschaft führen und euch gerne bedienen. Weitere vereinsinterne Aktivitäten und Ausflüge sind ebenfalls geplant.

Gerne sind wir als Oberschaner Dama Truppa auch bereit, Helfereinsätze zu leisten, wenn helfende Hände in der Gemeinde benötigt werden. Wir hoffen, dass wir eure Neugier wecken konnten. Bei Interesse an unserem Verein oder bei Bedarf für Helfereinsätze meldet euch gerne bei den Präsidentinnen der ODT.

#### Kontakte

Melanie Müller, Tel. 078 645 65 95  
 meli\_mueller@hotmail.ch

Marion Gabathuler, Tel. 078 967 44 38  
 marion.gabathuler@hotmail.ch

Turnverein Azmoos

## Turnverein Azmoos mit neuer Vereinsfahne

**Vor 42 Jahren – im Jahre 1982 – bekam der Turnverein Azmoos zum 100-Jahre-Jubiläum eine neue Vereinsfahne. 2024 ist ein spezielles Jahr für den Turnverein. Wir haben am 22. März 2024 im Seidenbaum nach 42 Jahren erneut eine neue Fahne bekommen. Die alte Fahne hat ihren Dienst erfüllt und den Ruhestand wohlverdient.**



Wir durften ein grossartiges Fest mit einer emotionalen Zeremonie, mit einer grossen Turnerfamilie, etlichen mitwirkenden Vereinen und Gästen feiern. Wir waren sehr erfreut, so viele Gesichter von Jung bis Alt am Apéro begrüßen zu dürfen. Eine Diashow und eine Ecke, wo lauter Kränze, Pokale und Fotobücher ausgestellt waren, hoben viele Erinnerungen und Geschichten hervor.

An der Zeremonie der neuen Fahne wirkten umliegende sowie weiterher gereiste Vereine mit, und so durften wir 13 Vereinsfahnen von Azmoos über Mollis bis Schwellbrunn bei uns begrüßen. Weiters nahmen umliegende Vereine wie Schützenverein Wartau, TV Oberschan, TV Weite, TV Bad Ragaz, TV Buchs, TV Sargans, Rheintal Oberländischer Schwingerverband, Kreisturnverband Oberland und die Musikgesellschaft Azmoos an der Fahnenweihe teil. Nicht zu vergessen mit der alten Fahne Märty Wirth, der als erster Fähnrich der alten Fahne 1982 und Cyrill Gabathuler, der als erster Fähnrich der neuen Fahne mit Stolz unsere Fahnen präsentiert haben. Es gab auch eine neue Fahngotta und einen neuen Fahngötti sowie einen Göttiverein. Als Göttiverein wurde der Schwingklub Wartau gewählt, da wir schon das zweite Mal erfolgreich mit dem Schwingklub Wartau das Rheintal Oberländische Verbandschwingfest durchführen durften. Als Gotta wurden Rita Willi und als

Götti unser langjähriges Mitglied Pius Mannhart rührend geehrt. Durch die Zeremonie begleitete uns die Musikgesellschaft Azmoos. Nach dem Turnerlied und einem würdigen Ausmarsch der Fahnen durften wir noch einen Auftritt der Spassakrobaten aus Schwellbrunn geniessen und dann den Abend im Festzelt mit musikalischer Unterhaltung der Hendermoos Buaba oder in der Bar ausklingen lassen.

An dieser Stelle möchte sich der Turnverein Azmoos nochmals bei allen teilnehmenden Vereinen, Sponsoren, Gönnern, Mitgliedern und Besuchern recht herzlich für diesen Abend bedanken. Ebenfalls gilt ein Dank dem Schwingklub Wartau mit ihrem Präsidenten Markus Schlegel, dem OK-Präsidenten des Schwingfestes Rolf Heeb sowie Robert Zogg, der im OK das Ressort Fahnenweihe und Unterhaltung geleitet hat.

Nun freuen wir uns auf viele erfolgreiche Turnfeste mit unserer wunderschönen Fahne und wünschen ebenfalls allen umliegenden Vereinen sowie der ganzen Jugend, die am Wartauer Cup am 4. Mai 2024 bereits einen gelungenen Auftakt hatte, erfolgreiche Wettkämpfe und das nötige Glück.

Eure Azmooser Turnerfamilie

Schützenverein Wartau

## Schützenverein Wartau

Der Schützenverein Wartau besteht dieses Jahr bereits seit 155 Jahren. Es war die 1868 gegründete Feldschützengesellschaft Wartau mit Sitz in Azmoos, die damals die Schützen aus allen Dörfern der Gemeinde Wartau vereinigte.



Mit der Verfassungs- und Armee reform von 1874 bildeten sich gegen Ende des 19. Jahrhunderts in der Gemeinde Wartau mindestens acht Vereine, die sich hauptsächlich dem Militärschiesswesen verpflichteten. Im Lauf der Zeit reduzierte sich deren Zahl durch verschiedene Zusammenschlüsse. Letztmals fusionierten 2003 jene vier Vereine zum Schützenverein Wartau, die ihre Tätigkeit seit 1993 in der neuen gemeinsamen Schiessanlage im Hörnli ausüben: die Feldschützengesellschaft Azmoos, der Militärschützenverein Fontnas, der Schützenverein Trübbach und die Schützengesellschaft Weite.

### Vereinsinterne Anlässe auf dem Schiessplatz Hörnli

Nach der Fusion umfasst der Schützenverein Wartau heute rund 100 Mitglieder, wobei die Frauenquote etwa zehn Prozent ausmacht; 40 Prozent aller Mitglieder sind lizenzierte Aktivschützinnen und -schützen, die den Verein auch an auswärtigen Schiessanlässen vertreten. Sämtliche Mitglieder – auch jene ohne Lizenz – können sich an den internen Wettkämpfen und Anlässen beteiligen. An der jährlich abgehaltenen Hauptversammlung im Februar wird das Vereinsgeschehen für das laufende Jahr bestimmt. Auf dem Heimstand im Hörnli werden die verschiedenen vereinsinternen Wettkämpfe bestritten: Vereinscup, Hörnlíkaiserschiesen – ein Plauschiesen mit Sturmgewehr 57, Sturmgewehr 90, Karabiner und Langgewehr – sowie das Grümpel- und das Chlausschiesen. Es besteht hier auch die Möglichkeit, weitere Programme zu absolvieren und Auszeichnungen zu gewinnen, etwa am internationalen Fernmatch mit den Schützenkameraden im kanadischen Vancouver. Daneben gibt es die vom Bezirks- oder vom kantonalen Schützenverband (KSVSG) sowie – auf eidgenössischer Ebene – durch den Schweizer Schiesssportverband (SSV) organisierten Wettkämpfe: Verbandsschiesen, Gruppenmeisterschaft, Feldschiesen und das obligatorische Bundesprogramm.

### Auswärtige Aktivitäten

Alljährlich besuchen die lizenzierten Wartauer Schützinnen und Schützen verschiedene Anlässe in den Regionen Werdenberg und Sarganserland, im Rheintal und im Appenzellerland sowie traditionellerweise in der schwyzerischen Region Ybrig. Höhepunkte sind jeweils der jährliche Besuch eines kantonalen und alle fünf Jahre des Eidgenössischen Schützenfests. Auch an der Schweizerischen Sektionsmeisterschaft wird teilgenommen, wo es der Verein in der jüngeren Vergangenheit bereits dreimal bis in den eidgenössischen Endkampf in Thun geschafft hat, und ebenfalls dreimal reichte es dem Verein an der Ostschweizer Mannschaftsmeisterschaft bis in die Finalrunde. Selber organisiert der Verein das Wartauer Gruppenschiesen mit jeweils um die 400 bis 450 Teilnehmern – in diesem Jahr bereits zum 30. Mal.

Auf den ersten Blick sehen alle diese Aktivitäten nach recht viel aus. Für «angefressene» Schützen aber ist das ein willkommenes Programm. Den «normalen» Mitgliedern ist es jedoch freigestellt, an welchen Anlässen sie mitmachen wollen; keineswegs herrscht Zwang, denn der Schiesssport soll und will aus purer Freude betrieben werden. Freiwillig kann sich jedes Mitglied zudem entweder an der Grossen oder an der Kleinen Jahresmeisterschaft beteiligen. Damit die Aktiven für die Wettkämpfe gerüstet sind, werden regelmässige Trainings durchgeführt, wobei der vereinsinterne Trainer alle Interessierten zu sicheren und zuverlässigen Schütz/innen auszubilden versucht. Äusserst wichtig ist zudem die Pflege der Kameradschaft und das gemütliche Beisammensein nach dem Training oder bei und nach den verschiedenen internen und auswärtigen Konkurrenzen.

### Nachwuchsförderung und weitere Aktionen

Ein wichtiges Anliegen ist und bleibt die Förderung des Nachwuchses. Im Jungschützenkurs werden Jungschütz/innen und Jugendliche durch versierte Jung-





schützenleiter und Helfer in den Schiesssport eingeführt und an der Waffe ausgebildet. Sie unterrichten in Theorie und Praxis wie man sicher mit dem Sturmgewehr 90 umgeht, denn die Sicherheit ist stets oberstes Gebot. Die Gewehre werden durch den Verein zur Verfügung gestellt, wobei verständlicherweise keine Waffen an die Jungschützen und Jugendlichen abgegeben werden, um sie mit nach Hause zu nehmen.

Damit die Vereinskasse – neben den ordentlichen Mitgliederbeiträgen – in Schwung gehalten werden kann, werden am Trübbächler Fasnachtsumzug an zwei Ständen jeweils Grillwürste und Getränke verkauft. Im Februar organisiert der Verein regelmässig einen Lottomatch und auch für die Ortsgemeinde Wartau werden gelegentliche Arbeiten gegen Entgelt gemeinsam übernommen.

### Schiessen – ist das tatsächlich ein Sport?

Schiessen braucht wegen der Sicherheit erstens eiserne Disziplin und zweitens stets vollste Konzentration. Will man gute Resultate erzielen, sind Training und mentale Stärke gefragt. Auch Kenntnisse der Waffe und der Hilfsmittel gehören dazu. Deshalb ist Schiessen tatsächlich ein Sport, und das Schöne an ihm: Von Jung und Alt kann er ausgeübt werden. Und noch ein weiterer Punkt ist wichtig: Der Schiesssport hat rein gar nichts mit Krieg und Kriegsspielen oder Gewalt zu tun! Es wird nicht auf lebende Ziele, sondern auf das Zentrum inmitten von Kreisen einer Zielscheibe geschossen, wobei jede Schützin und jeder Schütze möglichst das Maximum an Punkten zu erreichen versucht. Mit dem Armee- und Militärwesen ist der Schiesssport heute nur noch insofern verbunden, als dass in deren Auftrag das obligatorische Bundesprogramm und das Feldschiessen organisiert werden.

### Haben wir ihr Interesse geweckt?

Sie können jederzeit Mitglied im Schützenverein Wartau werden. Der Jahresbeitrag beträgt 30 Franken. Auf Voranmeldung werden Probeschiessen organisiert.

Die Übungen in der Schiessanlage Hörnli finden von Februar bis zum Beginn der Sommerzeit jeweils am Samstagnachmittag statt, über den Sommer dienstags und donnerstags von 18 bis 20 Uhr sowie samstags von 16 bis 19 Uhr. Ab September bis November wird am Dienstag und am Donnerstag von 17.30 Uhr bis 19.30 Uhr und am Samstag von 13 bis 16 Uhr geschossen.

In der Gemeinde Wartau wohnhafte Jugendliche zwischen dem 14. und dem 20. Altersjahr erhalten frühzeitig ein Anmeldeformular zum Jungschützenkurs.

### Für Interessierte

Marco Schwarz  
Dornastrasse 7  
9477 Trübbach  
marco.schwarz@sv-wartau.ch  
→ [www.sv-wartau.ch](http://www.sv-wartau.ch)

Pro Senectute Rheintal Werdenberg Sarganserland

## Selbstbestimmt älter werden

**Soll ich aus dem Haus, in welchem ich seit Jahrzehnten wohne, wirklich in eine Wohnung zügelnd?  
Oder ist vielleicht der Umzug in ein Altersheim der richtige Schritt?**

Mit diesen oder ähnlichen Fragestellungen sind Menschen im Alter konfrontiert, wenn die Kräfte langsam nachlassen oder sich die Lebensumstände verändern.

Der Wunsch nach Selbstbestimmung nimmt auch dann nicht ab, wenn sich infolge von Krankheit oder aufgrund des Alterungsprozesses Einschränkungen bemerkbar machen. Die Dienstleistungen von Pro Senectute RWS zielen darauf ab, dass ältere Menschen ihr Leben möglichst so gestalten können, wie sie es sich vorstellen und wünschen.

«Selbstbestimmt im eigenen Zuhause leben kann ich dann, wenn ich gezielte und verlässliche Unterstützung erhalte, welche es mir trotz Einschränkungen ermöglicht, in meiner vertrauten Umgebung alt zu werden.» Mit den Dienstleistungen von Pro Senectute RWS in der Haushilfe bleiben ältere Menschen selbständig und selbstbestimmt, und gleichzeitig werden auch Angehörige entlastet.

«Selbstbestimmt älter werden kann ich dann, wenn ich die richtigen und wichtigen Informationen erhalte, um einen für mich guten Entscheid treffen zu können.» Mit der breiten Erfahrung in allen Altersbelangen unterstützt Pro Senectute RWS mit Rat und Tat. Betroffene sowie Angehörige erhalten Denkanstösse und Unterstützung im Finden von Lösungen. Die Beratungen sind kostenlos und die Mitarbeitenden unterstehen der Schweigepflicht.

«Selbstbestimmt älter werden bedeutet für mich auch, so am Leben im Quartier und in der Gemeinde weiterhin teilhaben zu können, wie ich mir das vorstelle.» Das Kurs- und Gruppenangebot von Pro Senectute RWS bietet eine grosse Auswahl, um selber aktiv zu bleiben. Ebenfalls bietet Pro Senectute RWS mit dem Sozialzeitengagement eine gute Möglichkeit, auch im Ruhestand die eigene wertvolle Zeit und eigene Ressourcen anderen zur Verfügung zu stellen, die darauf angewiesen sind.

Die Pro Senectute bietet Beratung und Informationen zu verschiedenen Themen und organisiert Kurse und Gruppenaktivitäten.

### Information und Beratung

- Finanzielle und rechtliche Fragen
- Private Betreuung regeln, Finanzierung klären
- Hilfe bei Umzug oder Wohnungsauflösung
- Heime und Alterswohnungen in der Region
- Hilfsmittel, Notrufgeräte
- Unterstützung bei administrativen Aufgaben
- Steuererklärungsdienst
- Infostelle Demenz
- Coaching für betreuende Angehörige

### Daheim Wohnen

- Haushilfe- und Betreuungsangebote
- Mahlzeitendienste

### Kurse und Gruppenaktivitäten

- Kurse für Sprachen, Computer, kreatives Gestalten, Gesundheit etc.
- Begleitete Wanderungen, E-Bike-Touren, Spaziergänge und Ferienwochen
- Gymnastik, Tanznachmittage

### Vorsorgedokumente

- Patientenverfügung
- Anordnung für den Todesfall
- Vorsorgeauftrag
- Leitfaden Testament

### Anlaufstelle für Altersfragen

#### Pro Senectute Rheintal Werdenberg Sarganserland

7320 Sargans, Bahnhofpark 3  
9470 Buchs, Bahnhofstrasse 29

#### Öffnungszeiten

Montag bis Freitag, 8 bis 11 Uhr und 14 bis 17 Uhr  
Telefon 058 750 09 00, rws@sg.prosenectute.ch

→ [www.sg.prosenectute.ch](http://www.sg.prosenectute.ch)

Ruth Gygax, vitaswiss Sarganserland

## Vitaswiss Sarganserland

Die Sektion vitaswiss Sarganserland wurde 1966 gegründet und seither werden im Verein Bewegung und gemeinsame Aktivitäten grossgeschrieben.



Das Herzstück des Vereins ist die wöchentliche «Funktionelle Gymnastikstunde». Die Gymnastik eignet sich für jede Altersgruppe. Jeder Teilnehmer arbeitet individuell an seiner Leistungssteigerung, ohne auf das Gruppenerlebnis verzichten zu müssen. Die «Funktionelle Gymnastik» bewegt von Kopf bis Fuss, ohne Hüpfen, gelenkschonend und trotzdem schweisstreibend.

Die Lektionen werden alternierend von vier ausgebildeten Gymnastikleiterinnen mit unterschiedlichen Schwerpunkten erteilt. So steht zum Beispiel die erste Lektion im Monat fix unter dem Motto «Atmen und Bewegen».

Nach den Sommerferien bis Ende Dezember 2023 starten wir mit einer Testphase und bieten in der zweiten Lektion ein gezieltes Bauch, Beine, Po-Training an. Diese Gymnastikstunde kann von Nicht-Mitgliedern mit dem Lösen eines «Schnupper-Abos», Kosten Fr. 20.00 für insgesamt vier Lektionen, besucht werden. Eine Anmeldung ist dringend erwünscht.

Während der Schulzeit finden die «Funktionellen Trainingsstunden» jeweils am Dienstag, von 19 bis 20 Uhr und das «Bauch-, Beine-, Po-Training» von 20.15 bis 21.15 Uhr im Schulhaus Kastels in Sargans, statt.

Zu den geselligen Anlässen gehören unter anderem eine Velotour und eine Herbstwanderung. Das komplette Jahresprogramm ist auf unserer Homepage aufgeschaltet und für nur Fr. 135 Jahresbeitrag zu geniessen.

### Weitere Auskünfte

Ruth Gygax, Tel. 082 723 47 34  
Mail: [sarganserland@vitaswiss.ch](mailto:sarganserland@vitaswiss.ch)  
→ [www.vitaswiss.ch/kursprogramm\\_sarganserland](http://www.vitaswiss.ch/kursprogramm_sarganserland)

Frauen-Arbeitsgemeinschaft Sarganserland

## 5 Jahre Café Trotzdem

Fünf Jahre ist es her, seit das erste Café Trotzdem im Sarganserland stattgefunden hat.



In dieser Zeit hat es sich zum wohl beliebtesten seiner Art im ganzen Kanton gemausert – ein Erfolg, der im Jubiläumsjahr besonders freut.

Im April konnte das 5 Jahr-Jubiläum gefeiert und auch ein wenig Rückschau gehalten werden. So waren es mehr als 51 Cafés, die seit April 2019 stattfinden konnten, über 640 Stunden Freiwilligenarbeit der Helferinnen und rund 1'460 Besucher und Besucherinnen waren mit dabei. Das Kernteam, bestehend aus Cornelia Jäger, Alzheimer St.Gallen/beider Appenzell, Barbara Pfiffner, Sozialarbeiterin bei der Pro Senectute Sarganserland-Werdenberg, Psychiatriepflegefachfrau Claudia Murk, Sandra Mehli und Monika Grünenfelder, beide von der Frauen-Arbeitsgemeinschaft Sarganserland (Fags), plant jeweils die 12 Cafés und alle leiten ihre Anlässe selbstständig und mit viel Freude.

### So sein, wie man ist

«Und es sind auch immer wieder neue Gesichter, die zu uns ins Café kommen. Die Menschen mit Demenz können bei uns so sein, wie sie sind, und müssen sich nicht verstecken. Das wird sehr geschätzt, vor allem auch von den Angehörigen», erzählt Monika Grünenfelder.

### 640 Stunden Freiwilligenarbeit

Ohne sie ginge es nicht. Die folgenden freiwilligen Helferinnen und weitere mehr haben diese ansehnliche Zahl an Stunden geleistet. Aktuell zum Helferteam gehören: Cornelia Baumgartner, Myrtha Jakob, Vrena Anthamatten, Regula Kohler, Beatrix Kläusli, Astrid Gort und Sandra Mehli.

### Weitere Auskünfte

→ [www.fags.ch/cafe-trotzdem-sarganserland/](http://www.fags.ch/cafe-trotzdem-sarganserland/)

Mila Yong, WWF Regiobüro AR/AI-SG-TG

## Wiesel gesucht und in Wartau gefunden!

Der WWF suchte mit Hilfe der Bevölkerung die letzten verbleibenden Wiesel in der Ostschweiz. Die Suchaktion war ein Erfolg, über 900 Meldungen sind eingegangen.



Im letzten Jahr gingen über 900 Meldungen über Wieselsichtungen auf der Plattform wildenachbarn.ch ein. Auch die Bewohner und Bewohnerinnen von Wartau machten mit. Vier mal wurde ein Hermelin oder Mauswiesel auf dem Gemeindegebiet entdeckt. Diese Meldungen helfen besser zu verstehen, wo die kleinen Raubtiere noch beheimatet sind. Denn obschon es noch Hermelin und Mauswiesel zu finden gibt, nehmen ihre Bestände schweizweit ab. Und das zum Leidwesen der Landwirtschaft – denn Wiesel sind die natürlichen Feinde von Wühlmäusen und halten diese in Schach.

### Flächen für Fördermassnahmen gesucht

Gemeinsam mit Freiwilligen setzt der WWF jetzt Fördermassnahmen im Feld um. In der ganzen Ostschweiz suchen wir Landwirt/innen oder Privatpersonen, die am Siedlungsrand leben und etwas für unsere Wiesel tun möchten. Mit Heckenpflanzungen, Trockenmauern sowie Stein- und Asthaufen schafft der WWF wertvollen Lebensraum für Mauswiesel und Hermelin.

Haben Sie eine Fläche, auf der Massnahmen für die kleinen Raubtiere umgesetzt werden können?

### Unverbindliche Auskunft

Mila Yong  
Telefon 071 221 72 30  
mila.yong@wwf.ch.

Beratungsstelle, Soziale Dienste Werdenberg

## Kinder im Blick - KiB

**Vom konfliktgeladenen Elternpaar zum Arbeitsteam. Mit dem gemeinsamen Ziel: dem Kind die bestmögliche Entwicklung bieten.**

Wie herausfordernd Trennung für Eltern, ihre Kinder und involvierte Fachpersonen sein können, erfahren die Beteiligten immer wieder. Eine Vielzahl an Forschungsergebnissen bestätigen, dass Elternkonflikte in Trennungsprozessen oftmals den grössten Risikofaktor für kindliche Entwicklungen darstellen.

Die Sozialen Dienste Werdenberg bieten Elternkurse an, in welchen pädagogische Kompetenzen praktisch erworben und gefestigt werden können. KiB – Elternkurse basieren auf wissenschaftlich fundierten Erkenntnissen und haben sich in der Praxis vielfach bewährt. Die positiven Effekte in Bezug auf Wohlbefinden, Reduktion der Konfliktintensität, Konflikthäufigkeit, Erziehungsprobleme und kindliche Entwicklung sind signifikant.

Das Programm umfasst sieben Workshops, die von speziell geschulten Fachkräften geleitet werden. Die Eltern lernen dabei, wie sie ihre Kinder am besten unterstützen können, wie sie eine konstruktive Kommunikation aufrechterhalten und wie sie ihre eigenen Bedürfnisse und Konflikte angemessen bearbeiten können.

### KiB-Elternkurse behandeln 3 grundlegende Themen:

- Wie Väter und Mütter die Beziehung zu ihrem Kind positiv gestalten und seine Entwicklung fördern können.
- Was Mütter und Väter tun können, um Stress zu vermeiden und abzubauen
- Wie Väter und Mütter den Kontakt zum anderen Elternteil im Sinne ihres Kindes gestalten können.

Durch die Teilnahme an KiB erhalten Eltern nicht nur praktische Fähigkeiten und Kenntnisse, sondern auch emotionale Unterstützung. Sie können sich mit anderen Eltern in ähnlichen Situationen austauschen, von deren Erfahrungen lernen und sich gegenseitig stärken. In einer Zeit, in der die Zahl der Trennungen und Scheidungen kontinuierlich steigt, ist es entscheidend, dass das Wohl der betroffenen Kinder im Mittelpunkt steht.

Programme wie KiB tragen dazu bei, den Eltern die nötige Unterstützung zu bieten, um ihre Kinder in einer schwierigen Zeit besser zu begleiten. Indem wir in die Zukunft unserer Kinder investieren und sicherstellen, dass sie auch in herausfordernden Zeiten geschützt und unterstützt werden, legen wir den Grundstein für eine starke und gesunde Gesellschaft.

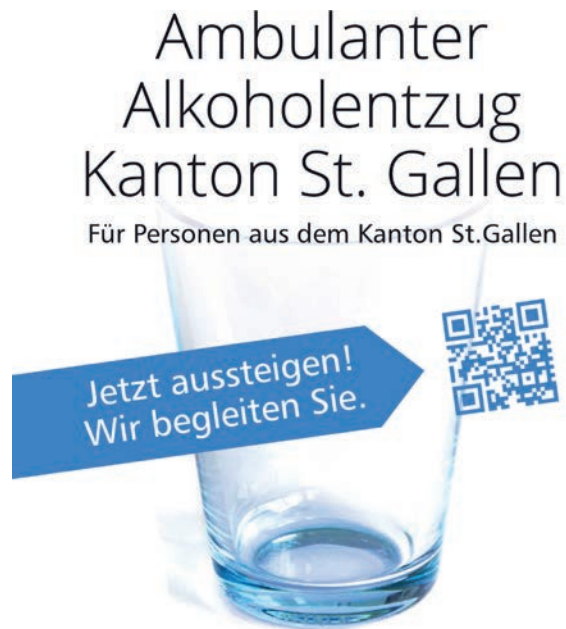
### Weitere Auskünfte und Anmeldung

→ [www.kinderimblick.ch/anmeldung/rheintal](http://www.kinderimblick.ch/anmeldung/rheintal)

Beratungsstelle, Soziale Dienste Werdenberg

## Alkoholentzug

Ein Angebot der Sozialen Dienste Werdenberg.



[www.alkoholentzug-sg.ch](http://www.alkoholentzug-sg.ch)

Blaues Kreuz St. Gallen - Appenzel  
Regionales Beratungszentrum Rapperswil - Jona  
Regionales Beratungszentrum Uznach  
Soziale Dienste Sarganserland

Soziale Dienste Werdenberg  
Soziale Fachstellen Toggenburg  
Stiftung Suchthilfe Suchtfachstelle Rorschach  
Suchtberatung Region Wil SBRW

Mit Unterstützung durch das Gesundheitsdepartement des Kantons St. Gallen

Ramon Kirchner, Bewegungs- und Gesundheitsberater

## Fit im Alter

**Älterwerden ist unausweichlich. Doch wie wir altern, liegt ganz bei uns. Jeder von uns kann Massnahmen ergreifen, um seine Gesundheit zu erhalten und so ein grosses Stück Lebensqualität zu bewahren.**

Das Älterwerden ist unausweichlich. Doch wie wir altern, liegt ganz bei uns. Jeder von uns kann Massnahmen ergreifen, um seine Gesundheit zu erhalten und so ein grosses Stück Lebensqualität zu bewahren.

Wir sind alle zu viel fähig, auch im Alter. Es ist beeindruckend, was manche Menschen noch erreichen können. Es kann ein bemerkenswerter Fortschritt sowie die Steigerung der Alltagsleistung erzielt werden.

Ich arbeite viel mit Menschen zusammen, die ihr Wohlbefinden enorm steigern. Als Coach und Trainer gibt es nichts Schöneres, als zu hören: «Die Knieoperation ist nicht mehr nötig.» «Ich kann plötzlich ohne Rückenschmerzen aufstehen.» «Ich kann meine Enkel wieder hochhalten.» «Ich traue mich wieder, Ski zu fahren.» Solche Sätze zeigen, was möglich ist.

Von nichts kommt nichts. Wenn man etwas verändern will und seine Schmerzen reduzieren, ist es unerlässlich, etwas dagegen zu unternehmen. Viele Probleme entstehen durch zu wenig Bewegung. Deshalb ist es in erster Linie wichtig, seine Körperfunktionen durch Beweglichkeitstraining wieder zu erlangen. Durch das Krafttraining wird das Ungleichgewicht im Körper nachhaltig stabilisiert.

### Die wichtigsten altersbedingten Veränderungen:

- Abnahme der Leistungsfähigkeit des Herz-Kreislauf-Systems
- Verminderung der koordinativen Fähigkeiten
- Rückgang des Muskelvolumens und damit auch der Kraft
- Mineralstoffverlust in den Knochen und daraus resultierender Knochenschwund
- Verminderung der Hormonausschüttung
- Zunahme des Körperfetts aufgrund des Verlusts an fettfreiem Körpergewebe

Was kann man dagegen tun und wie fängt man an? Es ist wichtig, dass man etwas ändert. Wenn man nichts ändert und nicht aus der Komfortzone herausgeht, wird sich auch nichts anpassen. Ich empfehle, unter Anleitung in ein Fitnessstudio zu gehen, das Sie angemessen fordert. Ein Studio, welches zielorientiert mit Ihnen arbeitet und auf Sie eingeht. Zur Abwechslung können Sie ebenfalls Spaziergänge und Mobilitätsübungen einbauen. Wenn Ihre Motivation da ist und Sie an sich glauben, werden Sie viel erreichen können.

Regionalplanung Sarganserland Werdenberg

## Klimawandel in der Region

Die Fachgruppe Umwelt der Regionalplanung Sarganserland Werdenberg zeigt auf, wie sich die Region dem Klimawandel anpassen kann.

Sarganserland Werdenberg Fachgruppe Umwelt

Öffentliche Infoveranstaltung

**Anpassung an den Klimawandel**

Fred Rohrer Regionale Klimaszenarien

Stephan Mundwiler Klimaanpassungsmassnahmen konkret, auf Quartiers- und Gemeindeebene

Isabelle Saluz-Andreoli Rendez-vous mit dem Klima: Mit der Kraft der Natur im Hausgarten

**19:00-21:00**

21. August Aula OZ Flös, Buchs  
22. August Aula bzbs., Sargans  
27. August Aula Obstadtschulhaus, Walenstadt

Einige Auswirkungen des Klimawandels sind schon heute sicht- und spürbar, andere kommen in den nächsten Jahren hinzu. Insbesondere Hitzeperioden, Starkniederschläge und Dürren verlangen eine Anpassung an diese Veränderungen. Die Infoveranstaltung richtet sich an die breite Öffentlichkeit. In drei Referaten wird einerseits fürs Thema sensibilisiert, und andererseits werden konkrete Handlungsmöglichkeiten, auch für Privatpersonen, aufgezeigt.

Fred Rohrer (Stadtrat Buchs, Dr.sc.nat.) erläutert, was die Klimaprognosen für die nächsten Jahrzehnte in unserer Region bedeuten.

Stephan Mundwiler (Architekt und Stadtplaner, M.Arch., FAIA SIA) erklärt, welche Massnahmen zur Anpassung auf Ebene Gemeinde möglich sind und zum Teil heute schon umgesetzt werden.

Isabelle Saluz-Andreoli (Bioterra-Kursleiterin, Permakultur-Designerin i.A.) zeigt schliesslich auf, wie man auf dem eigenen Grundstück und im eigenen Garten aktiv werden kann.



Politische Gemeinde Wartau  
Poststrasse 51  
9478 Azmoos  
Tel. 058 228 20 50  
[www.wartau.ch](http://www.wartau.ch)

