

# BEST OF

## KANTON ST. GALLEN

GRATIS ZUM  
MITNEHMEN



Giulia Steingruber Seite 27

Michael Von Der Heide Seite 33

Floriana Frassetto Seite 73

*365 giorni insieme*

**10'**  
dieci

Pizza&Pasta. Bar&Lounge. Caffèbar. Ristorante. Saal. Catering.

dieci al lago - Fischmarktplatz 1 - CH8640 Rapperswil - Tel. 055 210 90 20 - [www.dieciallago.ch](http://www.dieciallago.ch) - [ristorante@dieci.ch](mailto:ristorante@dieci.ch)

# St.Gallen – Mitten drin!

«Die Schweiz hört in Winterthur auf» ist ein häufig kolportierter Spruch – in Tat und Wahrheit liegt St.Gallen zentral und mitten drin.

In mancherlei Beziehung ist der Kanton St.Gallen ein Sonderfall. Über 1200 Jahre existierte St.Gallen als Kloster und Gebietshoheit. Im frühen Mittelalter schlug hier das kulturelle Herz Europas. Die Schreibstuben und die Klosterschule galten als Zentrum deutschsprachiger Gelehrsamkeit. St.Gallen – mitten drin in der damaligen Wissenschaft. Erleben Sie dieses St.Galler Welterbe heute und hautnah im einzigartigen Ambiente der Stiftsbibliothek.

Bis zur Auflösung 1803 war die Fürstabtei formal ein Teil des Heiligen Römischen Reichs deutscher Nation. Seit dem 15. Jahrhundert war sie gleichzeitig auch Zugewandter Ort der Eidgenossenschaft. Mitten drin im Kaiserreich, auf der Nord-Süd Achse zwischen den Deutschen und den italienischen Reichsgebieten, aus der Peripherie der Eidgenossenschaft zugewandt.

Vor gut 200 Jahren hob Napoleon mit der Mediationsakte die Fürstabtei auf. Am Schreibtisch in Paris vereinte er Fürstenland und Toggenburg mit der Stadtrepublik St.Gallen. Dazu kamen die verschiedenen Landschaften im Rheintal, am Walensee und im Gasterland. Sie zusammen bilden den heutigen Kanton St.Gallen, ein Ring um die beiden Appenzell. Ein Kanton, deren ursprüngliche Regionen heute noch ihre Eigenheiten pflegen. Wo Menschen mit unverwechselbaren Mentalitäten und regionaler Identität leben und unterschiedliche Dialekte sprechen. Ein Grenzkanton, der sich immer wieder nach Westen richtet und dem Bund zuwendet; dem aber seine Nachbarn ennet Rhein und Bodensee häufig ebenso vertraut sind. Ein Kanton mit vielen Gesichtern. Heterogen, uneinheitlich, immer wieder überraschend. Eine Schweiz im Kleinen.

Die St.Galler Wirtschaft hat ihre Wurzeln in der Leinenproduktion mit Heimarbeit. Diese Betriebsart machte den Textilhandel nötig und prosperierend. Schon die damalige Produktion war qualitäts- und exportorientiert. Im 17. Jahrhundert waren St.Galler Leinen in ganz Europa ein gefragtes Qualitätsprodukt. Die Exportorientierung führte auch zu einem florierenden Bankengewerbe. Nach und nach entstanden an Flüssen die ersten Textilmanufakturen und Industriebetriebe: Webereien, Spinnereien, Ausrüstereien und Färbereien. Die Nachfrage nach Maschinen führte auch zur blühenden Maschinenindustrie. Wer weiss heute noch, dass der Industrieriese Saurer in der Stadt St.Gallen seine erste Fabrik baute? Im ausgehenden 18. Jahrhundert erfolgte die Umstellung auf die Baumwollindustrie und die Spezialisierung in Stickerei. Im Jahr 1911 wurde jeder fünfte Exportfranken aus der Schweiz durch den Verkauf von St.Galler Baumwollstickerei verdient. St.Galler Spitzen - mitten drin in der damaligen internationalen Wirtschaft.

Erfolgreiche Textilproduktionsbetriebe sind schnell, kreativ und innovativ. Diese Fähigkeit kam den vielen KMU mit textiler Vergangenheit zugut. Im Verlauf der Zeit mussten sie sich immer wieder selbst



Ein Kanton mit vielen Gesichtern. Heterogen, uneinheitlich, immer wieder überraschend. Eine Schweiz im Kleinen.

neu erfinden und ihre Geschäftsmodelle anpassen. Früher traditionelle Textilbetriebe produzieren heute mithilfe der Nanotechnologie Hightech-Gewebe für Automobil-, Luftfahrt- und Raumfahrtindustrie. An den Forschungsanstalten und in spezialisierten Unternehmen werden «intelligente» Textilien und Oberflächen entwickelt. Andere Unternehmen verlegten sich auf die Entwicklung neuartiger Software und Elektronik. Wieder andere diversifizierten in Richtung Optik, Werkzeug- und Instrumentenbau und Präzisionsmechanik. Auch hier ist St.Gallen gar nicht peripher, sondern mitten drin in einer hochgradig innovativen High Tech-Industrie. Im einzigartigen Textilmuseum erfahren Sie Textiltradition und Industriegeschichte spannend und sinnlich.

Der Kanton St.Gallen hat tausend Gesichter und zeigt sich immer wieder anders. Aber immer nahe an der Natur, an der Kultur, an der Wirtschaft und nahe bei den Menschen. Ob auf einer Wanderung in der Ferienregion Heidiland, an einem Konzert des Klangfestivals im Toggenburg, einer Tagung in der Region Bodensee oder einem Ausflug ins Linthgebiet mit Fahrt auf dem Zürichsee. St.Gallen – mitten drin im Leben.

Benedikt Würth, Regierungsrat  
Vorsteher Finanzdepartement

# Inhaltsverzeichnis

## Überregional

5	Katec GmbH
6	Sunrise Communications AG
8	Sportbahnen Atzmännig AG
9	Cambridge English Languages GmbH
10	Bischoff Textil AG
12	BB&A Hauptsitz
13	THOMA Immobilien Treuhand AG
14	Almero Gastro AG – 10' Dieci
16	Bénédict-Schule St. Gallen
17	Hotel Säntispark
18	Kühnis Brillen + Hörwelt

## Region Fürstenland, St.Gallen und Rorschach

20	Möbel Gamma AG
21	Rema Camping
22	Klaviertechnik Tobehn - Musikhaus B&M AG
24	WDA – World Demographic & Ageing Forum
25	Verein Bildungs- und Kulturforum Ostschweiz
27	Giulia Steingruber
28	Miplan AG
29	Gebrüder Weiss AG
30	ChinaMed Zentrum
33	Michael Von Der Heide
34	ECONAG Executive Consulting AG
36	by marei – Einrichtungskonzepte AG
38	Blumer-Lehmann AG
39	Johann Hofstetter AG
40	Trattoria Al Covo
42	Goldschmiede Armin Schelling
42	Impressum
43	Carlos Martinez Architekten Rorschach AG

## Region Rheintal und Werdenberg

44	Restaurant Rössli
46	BISCHOF LAGERHAUS AG
47	immoservice ostschweiz GmbH
49	Pablo Brägger
50	Metall Line CNC GmbH
51	Rheinobst Genossenschaft Laserzentrum Schweiz
52	Golfclub Gams-Werdenberg
54	TOKO-SWIX Sport AG
55	Restaurant Molseralp

## Region Sarganserland

56	Schiffsbetrieb Walensee AG
57	Bildungszentrum Neu-Schönstatt
58	Seehus Quinten
59	Hotel Gemse Weisstannen

## Region Toggenburg und See-Gaster

60	Pflegezentrum Linthgebiet
62	Kirche im Prisma
63	Benediktiner-Missionare
64	Spital Linth
66	H. Mahr AG für Abfallentsorgung
67	Roos Kompost AG
68	Cereghetti AG – Heizung & Sanitäranlagen
70	Technikcenter Uznach AG
71	Schreinerei Stolz
73	Floriana Frassetto – Mummenschanz
74	Restaurant Rathaus
75	Huskystuff GmbH

## Aus der Nachbarschaft

76	Vertex Nutrition Ina Grizelj
----	------------------------------

Giulia Steingruber Seite 27



Pablo Brägger Seite 49



Michael Von Der Heide Seite 33



Floriana Frassetto Seite 73



# Die mit dem Feuer spielen...

Feuer! Ein Element, das fasziniert, klimaneutral Energie liefert und Geborgenheit vermittelt. KATEC GmbH in Flawil entfacht auch bei Ihnen die Begeisterung für Feuerwärme, Behaglichkeit und Ästhetik.

Aldo Testorelli ist Feuer und Flamme für alles, was mit Feuer zu tun hat und mit seinem Unternehmen KATEC GmbH in Flawil seit 1998 der Spezialist für Feuerwärme in allen Variationen. «KATEC GmbH bietet modernste Holzfeuerungs-systeme mit innovativer Technik, aussergewöhnlichem Design und höchster Qualität in Material und Verarbeitung an. Unsere Produkte sind stets auf dem neusten Stand der Technik und zeichnen sich durch hohe Wirtschaftlichkeit, Umweltverträglichkeit und Bedienkomfort aus. Neben den Kernkompetenzen Cheminée- und Kaminbau bieten wir jedem Kunden eine Portion Extraservice. Dazu gehört die individuelle Beratung und bedürfnisorientierte Lösung», sagt Aldo Testorelli. Von der Planung über den Einbau und die Inbetriebnahme bis zur Betreuung im Betrieb erhält der Kunde von KATEC GmbH fachmännisches Know-how und Qualitätsarbeit aus einer Hand. Der Einbau vor Ort, wozu auch der anspruchsvolle Kaminbau gehört, wird ausschliesslich von geschultem Personal durchgeführt. «Vom ersten Kontakt bis zum Support von bestehenden Anlagen legen wir Wert auf höchste Qualität. Denn obwohl der Kaminbau eigentlich eine raue Sache ist, braucht es für eine optimale Ausführung sehr viel Fingerspitzengefühl und eine exakte Arbeitsweise. Jedes Projekt wird von uns fach-



Aldo Testorelli: «Das Element Feuer lässt dank seines spannungsgeladenen Charakters niemanden kalt!»



männisch und sauber, aber doch speditiv und termingerecht erledigt», so Aldo Testorelli. Das Resultat sind perfekt integrierte Cheminéés und Cheminéeöfen, von denen man meinen könnte, das Haus sei um sie herum gebaut worden! Im Showroom in Flawil stehen für den Kunden verschiedenste Produkte von Topmarken wie TIBA, Frei AG, Skantherm oder TermaTech zur Besichtigung und Auswahl bereit. Hier findet sich für jeden Geschmack und Umgebung etwas.

KATEC GmbH hat aber weit mehr im Programm, als nur Cheminéeöfen für die heimelige Wohnstube. Die CO<sub>2</sub> neutrale Holzfeuerung entspricht dem Trend der Zeit und läuft den Öl- und Gasheizungen den Rang ab. Dazu trägt massiv verbesserte Energieeffizienz bei, welche die Pellet- oder Speicheröfen heute erreichen. KATEC bietet Gesamtlösungen für Zentralheizungen von Neubauten oder Industrieanlagen an und kümmert sich auch um Kaminsanierungen.



Der Cheminéeofen als zentrales, architektonisches Element.



Spätestens im Showroom in Flawil wird die Begeisterung für Feuer entfacht.

Ist Ihre Begeisterung für das Thema «Feuer» entfacht? Nach einem Besuch bei KATEC GmbH in Flawil werden die Flammen auch in Ihnen lodern und die Augen ob zündenden Ideen, heissen Produkten und der feuriger Arbeitsweise nicht nur leuchten sondern gar strahlen!



Katec GmbH

Waldau 1, 9230 Flawil  
Telefon 071 394 04 44  
E-Mail info@katec-hgt.ch

Showroom offen  
Mo – FR 08.00 – 12.00/13.30 – 17.30 Uhr  
Samstag nach Vereinbarung  
Telefonische Ankündigung erwünscht.

 [www.katec-hgt.ch](http://www.katec-hgt.ch)

# Der Weg zu besserem Fernsehen ist nicht weit

**Sunrise St. Gallen wartet gleich mit zwei attraktiven Neuerungen auf: An der Multergasse 2a öffnete kürzlich ein Flagship Sunrise center seine Tore und mit Sunrise Smart TV bietet sich dem Kunden ein noch nie dagewesenes TV-Erlebnis.**

Massimo Di Carlo ist der starke Mann hinter dem neuen Flagship Sunrise center in St. Gallen und ein Paradebeispiel dafür, welche Karriereöglichkeiten das Telekommunikationsunternehmen bietet. Vor fünf Jahren begann er als Store Agent. Schon bald wurde er zum Service Spezialist weitergebildet und durfte kurze Zeit danach als Deputy Store Manager seine Kunden betreuen. Cristian Vega, Regional Sales Manager für die Ostschweiz, förderte seinen Schützling weiter bis zum Store Manager. «Mit Massimo haben wir einen zuverlässigen, begeisterten und als Vorbild geltenden Mitarbeiter in unseren Reihen. Ich freue mich sehr, ihm die Verantwortung für den neuen Flagship Store in St. Gallen übertragen zu dürfen», so Cristian Vega.

Im neuen Flagship Sunrise center an der Multergasse 2a in St. Gallen können sich

Kunden zur attraktiven Neuerung Sunrise Smart TV beraten lassen. Verschiedene Geräte laden zum Ausprobieren der Sunrise Smart TV App ein.

#### Multiscreen

Mit der neuen Sunrise TV App können die Sendungen gleichzeitig auf bis zu fünf Smartphones oder Tablets abgespielt werden. Aufnahmen werden in der Cloud gespeichert und können bequem auch unterwegs über die Sunrise TV App abgerufen werden. Die Streaming Datennutzung ist gratis für Mobilabokunden von Sunrise oder MTV mobile.

#### ComeBack TV Agent

Der intelligente ComeBack TV Agent sortiert mit zwei einfachen Fragen sämtliche Sendungen im ComeBack TV: «Wie viel Zeit haben Sie? Und welches Genre möchten Sie schauen?» So wird in Rekordzeit das gefundene, was wirklich interessiert.

#### Sunrise Internet – immer den richtigen Speed

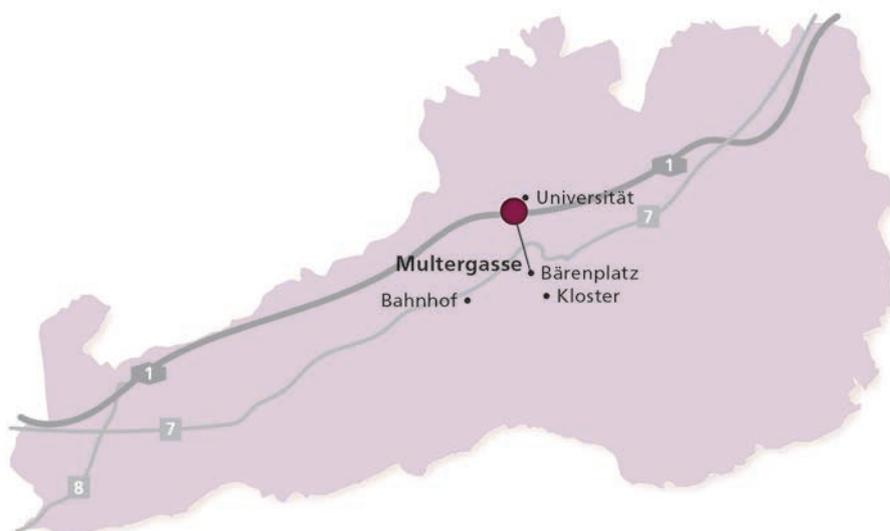
Sunrise Smart TV setzt Sunrise Internet voraus. Drei verschiedene Pakete mit unterschiedlichen Speeds für Upload und Download decken die Bedürfnisse sämtlicher Nutzer ab. Die Pakete können frei kombiniert werden. So bezahlen Kunden nur genau die Leistungen, die wirklich zu ihnen passen.

#### 10% Rabatt auf alle Abogrundgebühren

Sunrise ermöglicht es, die gesamte Palette der Telekommunikation aus einer Hand zu beziehen. In Kombination mit einem Sunrise Freedom Mobilabo, dem flexiblen Abo ohne Mindestlaufzeit, profitieren Kunden von 10% Rabatt auf alle Abogrundgebühren. «Sunrise Freedom vereint die bisherigen Vorteile mit einer Flexibilität, die dem Kunden alle Freiheiten lässt», sagt Store Manager Massimo Di Carlo vom neuen Sunrise center an der Multergasse 2a in St. Gallen. «Herzlich willkommen beim grössten privaten Telekommunikationsanbieter der Schweiz. Herzlich willkommen bei Sunrise in St. Gallen.»



Store Manager Massimo Di Carlo (li.) und Regional Sales Manager Cristian Vega (re.).



Sunrise Communications AG

Ihr Sunrise center in St. Gallen:  
Mulgasse 2a, 9000 St. Gallen

Telefon 0800 707 909

[www.sunrise.ch](http://www.sunrise.ch)

**SUNRISE SMART TV  
SPRICHT FÜR SICH:**

# Mit dem Smartphone die volle Kontrolle über Ihren TV.



**NEU** Multiscreen: Sunrise Smart TV  
auch auf Smartphone und Tablet



**NEU** ComeBack TV Agent:  
Nur noch Wunschprogramme



**NEU** Ihr Smartphone wird zur  
cleveren Fernbedienung



Sunrise TV belegt den ersten Platz in der Kategorie TV unter allen Schweizer TV Anbietern und erzielt die Bestnoten punkto Qualität, Innovation und Flexibilität. [sunrise.ch/bilanz](http://sunrise.ch/bilanz)

Bilanz, 18/2015

Das macht Sinn. **Sunrise**

# Atzmännig – Freizeit pur für alle!

Ab auf die Bäume, zum Sommerrodeln, Wandern oder in den Streichelzoo und noch viel mehr – das Sport- und Freizeitgebiet Atzmännig bietet Freizeitspass für die ganze Familie.

«Freizeit pur für alle!», das Motto des Sport- und Freizeitparadieses Atzmännig mit seinem vielfältigen Angebot an Attraktionen trifft wie die Faust auf's Auge. Hier vergnügen sich Gross und Klein gleichermaßen und in vollen Zügen sowie höchst abwechslungsreich. Spiel, Spass und Spannung, vom kostenfreien Streichelzoo mit Spielplatz über die 700 Meter lange Rodelbahn und den luftigen Seilpark bis hin zur Sesselbahn, die herrliche Aussichten auf den Obersee und das Alpen-Panorama gewährt, werden geboten – mitten in der Natur und in einer herrlichen Umgebung. Langeweile kennt man hier nicht!

Atzmännig, das ist ein Ausflugsziel, wie es im Buche steht, echtes Familienvergnügen mit viel Abwechslung. Klar doch, dass es beim Nachwuchs nach einem ersten Besuch alsbald mit Begeisterung wieder heisst: «Toll, Familienausflug am Sonntag ... auf, zum Atzmännig!» Und dagegen gibt es auch als Erwachsener nichts einzuwenden, schliesslich ist das Sport- und Freizeitgebiet Atzmännig Naturspielplatz und Erholungsoase in einem. Frische Luft, Spiel und Spass draussen in der Natur, aktive Erholung und purer Genuss. Egal, ob rasante Rodelfahrten durch erhöhte Steilkurven und Tunnels sowie über Bachübergänge – ein wahrer Rutsch ins Vergnügen –, Abenteuer auf den acht unterschiedlichen Routen (darunter zwei spezielle Kinderrouen) im Seilpark – notabene auch beim Nachtklettern – oder gemütliches Verweilen auf dem Spielplatz oder im Streichelzoo: Für Kinder wie für Erwachsene bieten sich hier Auswahlmöglichkeiten.

Apropos Rodelbahn: Grosse und kleine Geburtstagskinder fahren gegen Vorlage



des Ausweises am Geburtstag gratis und wer die Rodelbahn als Gruppe reservieren möchte ... dafür öffnet die Bahn auch nach Betriebsschluss.

Zum grossartigen Atzmännig-Angebot gehören aber genauso die Fahrt mit der Sesselbahn zur Bergstation auf die Alp Atzmännig, 1200 m.ü.M. Hier tut sich nicht nur eine tolle Aussicht auf, sondern es eröffnet sich ebenfalls eine ideale Gegend für eine tolle Wanderung und Entdeckungstour in der Natur. Abwechslungsreiche und gut markierte Wanderwege führen in verschiedene Richtungen. Dazu gibt es den Spatz Männli Erlebnisweg, der bei der Bergstation startet und in ca. einer Stunde den verschiedenen Spielposten entlang zurück zur Talstation führt.

Und noch zwei weitere und besondere Attraktionen: Die kostenlose Greifvogel-Show – Dauer ca. 1 Stunde., jeweils am Samstag (bis 22. Oktober und bei schönem Wetter auch im November) um 13.30 Uhr an der Talstation – sowie die Greifvogel-Wanderungen ab Bergstation – jeweils am Samstag, 17 Uhr, und am Sonntag, 16 Uhr (bis 23. Oktober 2016). Während der rund zweistündigen, lockeren Wanderung mit den Greifvögeln lässt sich das Verhalten dieser faszinierenden Tiere live verfolgen und zudem gibt es interessante Informationen aus erster Hand des Falkners. Anmeldung wird empfohlen unter Telefon 055 284 64 34 oder [info@atzmaennig.ch](mailto:info@atzmaennig.ch)



**Freizeit pur!** **Atzmännig**

Sportbahnen Atzmännig AG

Postfach, 8638 Goldingen  
Telefon: 055 284 64 34  
Email: [info@atzmaennig.ch](mailto:info@atzmaennig.ch)

Anreise Auto:  
Artmännigstrasse, 8638 Goldingen

Öffnungszeiten  
Rodelbahn/Sesselbahn:  
Mo – Fr 9.00 – 11.45 / 13.15 – 17.15 Uhr  
Sa/So 8.30 – 17.15 Uhr  
während Ferienzeiten durchgehend

Seilpark:  
Von 9. April bis 23. Oktober 2016,  
Mo – Fr 13 – 18 Uhr  
Sa/So und während Schulferien (11.7. – 19.8. sowie 3. – 21.10.16) von 9 – 18 Uhr.  
Bei schönem Wetter auch im November an Wochenenden geöffnet.

[www.atzmaennig.ch](http://www.atzmaennig.ch)

# Cambridge English Diplom für Karriere, Lehrberuf oder einfach zum Spass!

Englisch ist die Weltsprache. Ob geschäftlich oder privat, in den Ferien oder beim Lesen von Büchern – wer die englische Sprache beherrscht, hat es im Leben einfacher und steigert seine Karrierechancen. Besonders für Letzteres braucht es aber ein weltweit anerkanntes Sprachdiplom.



Seit 75 Jahren führt das Cambridge English Examinations Centre St. Gallen anspruchsvolle Englischprüfungen durch. «Mehrere Tausend Kandidaten durchlaufen jährlich an unseren verschiedenen Standorten in der Deutschschweiz die Prüfungen nach den strengen Vorgaben des Cambridge English Language Assessment. Mit unserem Fachteam garantieren wir die hohe Qualität und die reibungslose Abwicklung der Trainings, Seminare und Prüfungen für sämtliche Cambridge English Level von A2 bis C2, egal ob für Jung oder Alt», erklärt Karen Kerley. Zusammen mit ihrem Gatten Derrick führt Sie die Cambridge English Languages GmbH im Kanton St. Gallen, zu der auch Prüfzentren in den Kantonen Thurgau, beiden Appenzell, Zürich sowie Graubünden gehören. Mit der Auszeichnung zum Authorized Platinum Centre, von denen es weltweit nur 80 gibt, hat das unabhängige Unternehmen den höchsten Level der Cambridge English Language Assessment erhalten. «Wir sind zudem das einzige Platinum Centre in der Schweiz, welches auch den EDUQUA Standard erfüllt. Dieses Zertifikat ermöglicht uns als Weiterbildungsinstitut die Ausbildung von Sprachlehrern», so Derrick Kerley. Wer sich

also mit dem Gedanken trägt, die englische Sprache zu lehren, findet bei Cambridge English Languages GmbH in St. Gallen die perfekte Ausbildung auf höchstem Level. «Der weltweit anerkannte CELTA Training Award für Sprachlehrer kann bei uns mit dem SVEB-Zertifikat Stufe 1 in Erwachsenenbildung kombiniert werden. Damit bieten sich unseren Absolventen vielfältige Möglichkeiten und Karrierechancen in der Schweiz und im Ausland», erklärt Judith Vogt, Ausbildungsleiterin bei Cambridge English Languages GmbH.

Last, but not least bieten die Prüfungs- und Ausbildungsspezialisten aus St. Gallen massgeschneiderte Sprachaufenthalte in England an. In Zusammenarbeit mit den vom British Council anerkannten und geprüften Firmen werden Einzel- oder Gruppenkurse in Süd- und Westengland sowie in London angeboten. «Die Trainings richten sich speziell an Leute, welche sich konzentriert auf die Cambridge Prüfungen vorbereiten oder die Auffrischung der Englischkenntnisse mit einem Ferientaufenthalt in Grossbritannien kombinieren möchten. Die flexiblen Startdaten, die exzellenten Ausbilder und die interaktiven

Lektionen bieten die beste Voraussetzung für einen erfolgreichen Diplomabschluss», sagt Karen Kerley.

Geben Sie Ihrer Karriere einen neuen Schub und lassen Sie Ihre Englischkenntnisse mit einem Diplom bestätigen. Cambridge English Languages GmbH in St. Gallen ist dafür «the right place to go»!



75 CAMBRIDGE  
ENGLISH  
EXCELLENCE 1940-2015

EDUQUA

TEACHING  
TRAINING  
TESTING



Karen und Derrick Kerley leiten das Cambridge English Languages GmbH in St. Gallen.



Judith Vogt ist für die Ausbildung künftiger Englischlehrer und -lehrerinnen verantwortlich.

Cambridge English Languages GmbH

Oberstrasse 222, 9014 St. Gallen

E-Mail [info@cambridgeenglish-stgallen.ch](mailto:info@cambridgeenglish-stgallen.ch)

[www.celgmbh.ch](http://www.celgmbh.ch)

# Bischoff Textil AG – wo Tradition und Moderne zusammenfinden

St. Galler Stickerei – die wohl attraktivste Exportware, welche St. Gallen vorzuweisen hat. Das Traditionsunternehmen Bischoff Textil AG hat einen exzellenten Ruf auf diesem Gebiet und bricht mit einer neuen Führungsmannschaft in moderne Zeiten auf. Der aufgefrischte Factory Outlet bietet einer breiten Kundschaft die Möglichkeit, die edlen Stoffe auch direkt vor Ort zu kaufen.

Inspiziert von den Handstickereien aus dem schönen Appenzellerland und der langen St. Galler Textiltradition, begann die Firma Bischoff Textil AG im Jahre 1927 in Eigenregie Stickereien herzustellen. Diese stehen seit damals für höchste Qualität, Innovation und Design. Die Entwicklung, Herstellung und der Vertrieb lagen von Anfang an in den Händen erfahrener Fachleute. Innovative Kreationen, in einer hervorragenden Qualität und perfektem Service mit flexiblem Preisniveau, welches sich den Kundenwünschen anpassen lässt. Das war stets die oberste Maxime.



2016 hat in der Führung des Unternehmens Bischoff Textil AG ein markanter Wechsel stattgefunden. Die neue Geschäftsleitung mit Wolfgang Keller, David Rygula, Andreas Hungerbühler und Thomas Neff wird die Tradition noch stärker mit der Moderne verbinden. «Wir sind uns den Errungenschaften aus fast 90 Jahren Unternehmensexistenz bewusst. Aus diesem riesigen Fundus an Ideen und Erfahrungen schöpfen wir und lassen daraus Neues und Innovatives entstehen. Denn der Markt für unsere Produkte wird sich künftig nicht nur auf Stoffe und Mode beschränken. Anwendungen in der Verpackungsindustrie, edle Zifferblätter für die Uhrenindustrie und weitere Produkte werden unser Portfolio erweitern», erklärt CEO Andreas Hungerbühler die Verbindung von Tradition und der Moderne. Diese Neuorientierung widerspiegelt sich nicht nur

in zeitlosen Stoffen, sondern auch im frischen, modernen Internetauftritt. Damit wird nicht nur neues Publikum angesprochen, sondern der Austausch mit dem Kunden schneller und serviceorientierter. Ein Aspekt, der zum Bestehen gegen die Konkurrenz aus Asien von höchster Bedeutung ist.

## **Der Factory Outlet – ein Paradies für Textilfreunde**

Der Factory Outlet von Bischoff Textil AG in St. Gallen (Eingang an der Burgstrasse) ist schon lange ein Geheimtipp unter Freunden edler Textilien. Von Meterware mit kreativem Design über hochwertigem Zwirn bis zu traditionellen Stickereimustern finden Näherinnen hier alles, was ihr Herz höher schlagen lässt. Diverse Geschenkartikel, Geschirrtücher, Vorhangstoffe, Taschentücher und vieles mehr runden das qualitativ hochwertige Sortiment ab. «Wir haben im Frühling 2016 den Fabrikladen aufgefrischt und attraktiv gestaltet. Damit soll eine breitere Kundschaft angesprochen, das Einkaufserlebnis verbessert und der Bekanntheitsgrad gesteigert werden», erklärt Andreas Hungerbühler. Gleichzeitig mit der Modernisierung des Factory Outlet ist auf der neuen Website auch ein attraktiver Onlineshop realisiert worden, wo ebenfalls eine breite Auswahl aus der Kollektion zum Kauf bereitsteht.

Bischoff Textil AG in St. Gallen bricht 2016 definitiv in eine neue Zeit auf. Mit modern-traditionellen Designs, einem frischen Auftritt und vielen Ideen für bestehende und neue Märkte. Gleichzeitig besinnt man sich auf bestehende Werte und ganz besonders auf die Schweizer Quali-



Die neue Geschäftsleitung steht für Aufbruch: (v.l.n.r.) Wolfgang Keller, David Rygula, Andreas Hungerbühler, Thomas Neff



Der Factory Outlet von Bischoff Textil AG lässt die Herzen aller Textil- und Stoffliebhaber höher schlagen.

tät, welche die Produkte aus dem Hause Bischoff Textil AG in der Mode- und Textilwelt so begehrt machen. «In der schweizerischen Produktion wurden die Innovationskraft und Besonderheit der Bischoff Textil AG begründet. Auch heute ist unser Workflow in der Stickfertigung ein schweizerischer Prozess. Gestickt wird auf hochmodernen Stickmaschinen und die Veredelung und Ausrüstung der fertigen Stickereien finden in der Schweiz statt. Das Unternehmen hält aus diesem Grund in Diepoldsau erfolgreich eine Produktion im Dreischichtbetrieb aufrecht», so Andreas Hungerbühler. Ein Prozess, dessen Resultat nicht nur Modedesigner in aller Welt für ihre Kreationen verwenden, sondern auch Kunden des Factory Outlet für ihre eigenen Ideen und Werke verwenden können.



Bischoff Textil AG

Bogenstrasse 9, 9001 St. Gallen

Telefon 071 272 01 11

Fax 071 272 03 97

E-Mail [info@bischoff-textil.com](mailto:info@bischoff-textil.com)

Öffnungszeiten Geschäftsstelle

Mo – Fr 08.00 – 11.45 Uhr

13.30 – 16.30 Uhr

Öffnungszeiten Fabrikladen:

Mo – Fr 13.30 – 17.30 Uhr

Sa 09.00 – 12.30 Uhr



Auch heute noch werden die Entwürfe mit Kohle und Leidenschaft von Hand skizziert.



Der Workflow in der Stickfertigung der Bischoff Textil AG Produkte ist ein schweizerischer Prozess.

# BB&A: Die Bauphysiker und Akustiker

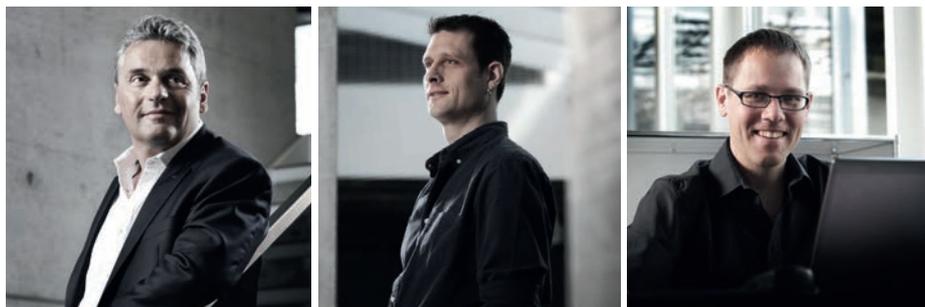
Wer sich eine Eigentumswohnung kauft, ein Haus baut oder eine moderne Wohnung mietet, schätzt nebst dem Komfort vor allem eines - Ruhe. Mit zunehmendem Verkehr, verdichteter Bauweise und strengeren Vorschriften sind Experten gefragt, welche Bauphysik und Akustik im Griff haben und alle Ansprüche optimal unter einen Hut bringen.

Bei Buri Bauphysik & Akustik AG (BB&A) in Volketswil steht für solche Problemlösungen eine geballte Ladung Fachwissen zur Verfügung. Was 2001 als Einzelfirma von Jürg Buri begann, ist heute ein Unternehmen mit 12 hoch qualifizierten Mitarbeitern und Filialen in Rapperswil-Jona und Trübbach. «Unsere Stärke ist die interdisziplinäre Kompetenz, welche das Team von BB&A unter einem Dach vereint. Das reicht vom diplomierten Architekten über Hochbautechniker und Bauleiter bis hin zum diplomierten Holz-, Elektro- und Maschineningenieur. Bei uns findet man sämtliches Know-how für Bauphysik, Akustik Expertisen und Messungen», erklärt David Berther von BB&A. Er selber ist diplomierter Hochbautechniker TS mit Nachdiplomstudium in Energie und Nachhaltigkeit Bau. Nebenberuflich ist er als Minergie-Prüfstelle für den Kanton Schwyz tätig und doziert an der HS Luzern und der TS Pfäffikon.

Dass die herausragende Kompetenz von BB&A gerne von Architekten, Bauherrschaften, Planern aber auch Einzelpersonen für heikle Projekte genutzt wird, beweist unter anderem das Bauprojekt Trafo II in Baden. Die leer stehenden Gebäude der ehemaligen Transformatorenproduktion von ABB wurden in eine Eventhalle, Wohnungen und ein Hotel umgewandelt. «Das Hotel reicht vom Erdgeschoss bis zum 3. Stock und bietet freien Blick in die Eventhalle, ohne dass der Gast durch Lärmemissionen gestört werden darf. Diese Symbiose zwischen öffentlichem



Visualisierung: Berit Klinik in Teufen



Das Team von BB&A (v.l.n.r.): Jürg Buri, David Berther, Bruno

Raum, komfortablem Wohnen und touristischem Angebot war eine grosse lärmtechnische aber auch bau- und raumakustische Herausforderung», so David Berther. Im Portfolio von BB&A finden sich viele weitere beeindruckende Referenzen wie das Hürlimann Areal City Süd, die Sanierung des Terminals 2 am Flughafen Zürich sowie die Neubauten Berit Klinik in Teufen und die Sprachheilschule in St. Gallen.

BB&A – ein interdisziplinäres Team von Ingenieuren, Architekten und Technikern, das mit grossem Know-how die gestellten Aufgaben seriös, kompetent, ganzheitlich und effizient löst.



Visualisierung Sprachheilschule in St. Gallen

## BB&A

### BB&A Hauptsitz

Industriestrasse 18, 8604 Volketswil

Telefon 044 908 10 30

E-Mail david.berther@bb-a.ch

### BB&A Filiale Rapperswil-Jona

Holzriesstrasse 25c, 8645 Rapperswil-Jona

Telefon 044 908 10 30

E-Mail david.berther@bb-a.ch

### BB&A Filiale Trübbach

Prapafier 6, 9477 Trübbach

Telefon 081 740 21 22

E-Mail bruno.berger@bb-a.ch

«Der Duft eines feinen Tees lullt mich ein. Leicht schläfrig, genieße ich eine kleine Pause und kuschle mich in meine vertraute Liege. Entspannen, so angenehm müde und behaglich. Heute vertreibt mich kaum mehr etwas von hier. Plötzlich ein Scheppern. Aufgeschreckt schaue ich hinaus. Die Katze springt vom Gartentisch, eine Vase am Boden. Doch ich genieße weiter meinen Lieblingsplatz.»



**Geniessen Sie Ihren Lieblingsplatz.** Und nehmen Sie sich Raum für mehr Lebensqualität. Dank unserer langjährigen Erfahrung in der Immobilienwelt unterstützen wir Sie persönlich, professionell und kompetent. Von Kauf und Verkauf über Vermietung und Verwaltung bis hin zu Projektentwicklung oder Portfoliomanagement. Als erste Adresse in der Ostschweiz, mit Standorten in Amriswil, St. Gallen und Wil, erfahren Sie mit uns jene Sicherheit, die Sie als Auftraggeber vertrauen und zurücklehnen lässt. Wenn Sie gerne mehr wissen möchten, kontaktieren Sie uns bitte. Via Telefon 071 414 50 60 oder auf [www.thoma-immo.ch](http://www.thoma-immo.ch)

THOMA Immobilien Treuhand AG  
Bahnhofstrasse 13A  
8580 Amriswil

**Vertrauen seit 1978.**

**THOMA**   
IMMOBILIEN TREUHAND



Rocco Delli Colli, Gastronom, Unternehmer  
und Präsident des FC Rapperswil-Jona

# Pane, Amore e Fantasia

Text und Interview: Maximilian Marti

**Ein Projekt soll realisiert, ein Talent an die Oberfläche gebracht, ein Traum verwirklicht, ein Roman geschrieben oder die Welt soll verbessert werden? Das sind nur ein paar der Funken der Glut, die zwar in den meisten von uns glimmt, aber nur von den wenigsten energisch genug geschürt wird, damit die Initialzündung zu einer Erfolgsgeschichte zustande kommt. Solche Geschichten haben eines gemeinsam: Irgendwo im Hintergrund, oft auch mittendrin oder an der Front des Geschehens steht eine Person mit Visionen und der Ambition, diese umzusetzen.** So eine Person ist Rocco Delli Colli. Geboren in Santopadre im Latium, aufgewachsen in Arpino in der Region Lazio, kam er 1979 als 18-jähriger in die Schweiz. Während er in seinem Beruf als Elektromonteur arbeitete, eröffnete er die erste Videothek mit italienischen Filmen in Rapperswil und blieb 1990 mit der Eröffnung seines ersten Gastronomiebetriebs, der «Dieci Bar & Pizza» auf Erfolgskurs. Im Gespräch erklärt er:

«Ich kam damals in die Schweiz weil Facharbeiter willkommen waren und ich die Möglichkeit sah, etwas Neues anzugehen. Bald liebte ich alles, was Helvetien ausmacht, aber als Italiener fehlten mir Pasta al dente, knusprige Pizze und der unvergleichliche Geschmack italienischer Gelati, Inbegriffe für mediterrane Lebensphilosophie. Weil ich nicht darauf verzichten wollte, wurde ich kurzerhand zum Restaurateur. Unsere authentisch italienische Küche war ein Volltreffer. Der Rahmen von fünf Mitarbeitenden und zwölf Sitzplätzen wurde zu eng, was

den Service des Pizza-Lieferdienstes ins Leben rief. Die rasant zunehmende Nachfrage führte zur Eröffnung der ersten Pizza-Kurier-Filiale im Industriequartier».

Heute ist «Dieci» mit 24 Filialen einer der grössten Pizza-Kurieren der Schweiz, Tendenz steigend. Zum Imperium gehören 5 Gelaterias und fünf Restaurants, darunter als Flaggschiff ein Gourmet-Restaurant mit 16 G-M Punkten. An bester Lage am Fischmarktplatz, ist das Dieci al lago der leuchtende Beweis, dass Pasta, Amore e Fantasia die Herzen nicht nur in Italien höher schlagen lässt und dass Erfolgsgeschichten nicht reine Glückssache sind.

Was ist Ihr Erfolgsrezept?

Dasselbe, das allen zur Verfügung steht: die Bereitschaft, jeden Tag, jede Minute dazuzulernen. Das Erreichte muss ständig überprüft, neu beurteilt und der Zeit, den Anforderungen, Trends und den aktuellen Umständen angepasst werden. Was heute funktioniert, kann morgen untauglich sein. Das gilt im sportlichen, privaten und geschäftlichen Bereich. Ich spreche hier nicht von moralischen und ethischen Grundsätzen, sondern von der Beweglichkeit des Geistes, von Anpassung. Ehrlichkeit gehört auch zum Erfolg, wenn dieser nachhaltig sein soll. Wenn ich für eine Dienstleistung gutes Geld verlange, gebe ich dafür das Beste, was ich zur Verfügung habe und zu leisten vermag. Gesunder Menschenverstand hilft auch, besonders wenn es um unnötige Transportwege geht, deshalb produzieren wir bald auf unserem eigenen Landwirtschaftsbetrieb in der Nähe. Wenn ich aber Tomaten, die wirklich wie solche

schmecken, nur in Italien bekomme, dann sei es so, mein Gast hat ein Recht auf das Beste. Mein Leitsatz beim Essen, im Leben und beim Denken kann nur dann funktionieren, wenn die Zutaten stimmen: *Pane, Amore e Fantasia*.

Sie arbeiten quasi rund um die Uhr, woher nehmen Sie diese Energie?

Unternehmertum sehe ich als Lebensform, deshalb unterscheide ich nicht grundsätzlich zwischen Arbeit und Freizeit. Meine Erholung ist in der Freude am Arbeiten mit eingebaut, in der Freude am Umgang mit Menschen, mit meiner Familie, meinen Mitarbeitenden, unseren Gästen, Freunden und Geschäftskollegen. Besonders viel Energie tanke ich in Gesellschaft meiner Sportkameraden vom FC und speziell dann, wenn ich dem jungen Nachwuchs bei Sport und Spiel zuschauen. Hier lade ich meine Batterie. Ich bin stolz darauf, dass wir mit über 500 Kindern die grösste Junioren-Abteilung in der Schweiz haben. Wenn ich an das Schülerturnier denke und die rund 1'500 Kinder vor mir sehe, wie sie mit sportlicher Leidenschaft an sich arbeiten und sich gegenseitig messen, kann ich mir keinen schöneren Blick in die Zukunft vorstellen. Es ist unsere Aufgabe, ihnen ein gutes Beispiel zu sein, damit auch sie erkennen, was das Leben lebenswert macht: *Pane, Amore e Fantasia*.

10'  
dieci  
al lago

*pane, amore e fantasia*



# Erfolg ist lernbar – Berufschancen verbessern

Lernen ist eine grundlegende Voraussetzung, um die eigene Arbeitsmarktfähigkeit zu erhalten oder zu verbessern. Die Intensität des Lernens ist sehr individuell, diese kann z. B. am Arbeitsplatz, beim Hobby oder in der Schule stattfinden.

## Mit Sprachkenntnissen topfit für den Arbeitsmarkt!

Sprachkenntnisse werden immer wichtiger. Kein Wunder, dass in immer mehr Stellenanzeigen das Schlüsselwort «englische Sprachkenntnisse» auftaucht, kein Wunder auch, dass angesichts der wachsenden Globalisierung die Beherrschung weiterer Sprachen ganz selbstverständlich von Bewerbern gefordert wird.

Was aber tun, wenn die Sprachkenntnisse nicht ausreichen? Oder noch nie besonders gut waren? Oder wenn man stellenlos ist, aber aufgrund mangelnder Sprachkenntnisse keine neue Arbeit findet? Höchste Zeit für die sprachliche Weiterbildung. Im Power Free-System der Bénédict-Schule ist der Beginn eines massgeschneiderten Sprachkurses jederzeit möglich. Man lernt im eigenen Lerntempo, in Zusammenarbeit mit einer Lehrperson, zu individuellen Zeiten – daher ist das Power Free-System auch gut geeignet für Lernende mit anderen Verpflichtungen.

## Kaufmännische Ausbildung/Kader- und Managementausbildung

Die Handelsschule bietet Erwachsenen die Möglichkeit an, einen kaufmännischen Lehrabschluss nachzuholen. Zudem ebnet sie den Weg zu einer Vielzahl von neuen berufsbegleitenden Kader-Lehrgängen an der «BVS Business-School», wie z. B. zum höheren Wirtschaftsdiplom VSK, Betriebswirtschaftlicher VSK bis hin zum BA-/MBA-Studium. Verfügt der Kursinteressent noch nicht über die erforderliche Praxiserfahrung, sind die Abschlüsse wie beispielsweise zum Marketingassistenten, Personalassistenten



oder auch zum Assistenten Finanz- und Rechnungswesen der ideale Einstieg in die Management-Ausbildung.

## Medizinische Weiterbildung

Weiterbildungskurse aus den Bereichen Medizin und Gesundheit erfreuen sich einer immer grösseren Beliebtheit. Ernährung, Bewegung und Entspannung leisten einen grossen Beitrag zu Ihrem persönlichen Wohlbefinden. Sich wohl fühlen und zufrieden sein, ist das Ziel. Weshalb sollte dieser Lebensstil nicht auch vermehrt in Ihr Leben einfließen? Bénédict bietet an der medizinischen Fachschule diverse praxis-

anerkannte Lehrgänge im Gesundheitssektor an.

Alle Lehrgänge orientieren sich stark an den Bedürfnissen der Praxis und bieten ausgezeichnete Berufschancen. Neu: Kurse nach ASCA-/EMR-Richtlinien.

Für weitere Informationen stehen Ihnen unsere Ausbildungsberater in Bern, Zürich, Luzern oder St. Gallen für ein kostenloses und unverbindliches Beratungsgespräch zur Verfügung. Zögern Sie nicht, gestalten Sie jetzt Ihre berufliche Zukunft. Wir freuen uns auf Ihren Anruf.



Gratis Download  
Benedict Edu App



[www.facebook.com/benedict.stg](http://www.facebook.com/benedict.stg)

# Bénédict

Bénédict-Schule St. Gallen

Neumarkt 1, St. Leonhard-Strasse 35  
9001 St. Gallen  
Telefon 071 226 55 55

[www.benedict.ch](http://www.benedict.ch)

# Hotel Säntispark – Ihr Zuhause auf Zeit

## Der vielfältige Wohlfühlort für Freizeit, Business, Gesundheit und Sport.

Ob Freizeitvergnügen, Business-Events, Trainingslager, actionreiche Familienferien oder erholsamer Kurzurlaub – das Hotel Säntispark bietet für jedes Bedürfnis das passende Angebot. Es bietet seinen Gästen 136 moderne und grosszügige Zimmer und Suiten mit besonderem Wohlfühlambiente an, ausgestattet mit hohem Wohnkomfort. Das angrenzende Freizeitzentrum Säntispark mit der grosszügigen Bäder- und Saunawelt, dem Fitnesscenter und Wellness-Bereich sorgen für erholsame Stunden zu Zweit und Badespass für die ganze Familie.

Doch nicht nur die Infrastruktur lässt keine Wünsche offen, sondern auch die Küche besticht durch Innovation, Regionalität und Kreativität. Küchenchef Sven Binnemann und sein Team sorgen für die kulinarische Vielfalt und eine abwechslungsreiche Genussreise.

Sie schätzen ausserdem einen guten Wein zum Essen? Im Weinkubus in der Hotel-Lobby befindet sich so manch edler Tropfen. Andrea Adduci, F&B Manager im Hotel Säntispark, berät die Gäste auch gerne persönlich bei der Auswahl des passenden Weins.

### Erholung und Genuss pur

In den Sommermonaten laden die drei Terrassen der Restaurants Oliveto, Schnabelweid und Pit Stop Lounge & Bar zum Verweilen ein. Geniessen Sie im Ristorante Oliveto zwischen Ölweiden und Sonnensegeln das italienische Flair mit frischer, kreativer und genussvoller Küche im mediterranen Ambiente.



«Gnüsse uf Schwizerisch!» Im Restaurant Schnabelweid hält das Küchenteam kulinarische Schätze aus der Schweizer Küche für Feinschmecker bereit. Im hoteleigenen «Buuregarte» kann man auf der Terrasse des Restaurant Schnabelweid die Seele baumeln lassen und entspannte Momente zwischen selbst angebauten Kräutern, Blumen und Gemüse geniessen.

Die stilvolle und grosszügige Pit Stop Lounge & Bar lädt sowohl an lauen Sommerabenden wie auch im Winter am Kaminfeuer zum Verweilen und zum Plaudern ein. Ob zum entspannten Feierabendbier oder genussvollen Apéro im stilvollen Ambiente geniessen die Gäste erfrischende Cocktailkreationen und herrlich leichte Snacks bei sanfter Hintergrundmusik.

### Feste und Hochzeiten – Ja, ich will!

Auch für Grossanlässe und Events bietet das Hotel Säntispark seinen Gästen den idealen Rahmen. Ob Kundenanlässe, Mitarbeiter-

Feste, Firmen-Jubiläen, Geburtstage oder Hochzeiten – der moderne Bankettsaal mit seiner Fensterfront und Blick in den hoteleigenen Park lädt zum Feiern ein. Mit Sitzplätzen für rund 150 Personen und moderner Infrastruktur eignet sich der Bankettsaal für Events und Anlässe mit hohen Ansprüchen. Tullia Halbmayr, Leiterin Conference Service & Banqueting und ihr Team beraten Sie unverbindlich und gestalten Ihren Anlass ganz nach Ihren individuellen Bedürfnissen.



**säntispark** ★★★★★

Hotel Säntispark

Wiesenbachstrasse 5, 9030 Abtwil

Telefon 071 313 11 11

Fax 071 313 11 13

E-Mail [hotel@saentispark.ch](mailto:hotel@saentispark.ch)

[www.hotel-saentispark.ch](http://www.hotel-saentispark.ch)



# Ein langjähriges Team macht den Unterschied!



**Peter Kühnis**  
Geschäftsleitung / Inhaber

**Erich Kühnis**  
Geschäftsleitung / Inhaber



**Herbert Scheiwiler**  
23 Jahre, Geschäftsführer  
Kühnis Brillen Gossau

**Bruno Baldauf**  
25 Jahre, Geschäftsführer  
Kühnis Brillen Altstätten

**Christian Fink**  
13 Jahre, Geschäftsführer  
Kühnis Brillen Buchs

**Marcel Kuratli**  
12 Jahre, Geschäftsführer  
Kühnis Brillen Widnau



## Service-Trümpfe, die sich sehen lassen

Zugegeben, die Seh- und Hörfreude beim Wiedersehen ist nur das eine.

Unsere Kunden kommen nicht zuletzt auch wegen handfesten Vorteilen zu Kühnis:



### Kühnis Brillen

**Altstätten** · Gerbergasse 1  
Tel. 071 755 30 55

**Appenzell** · Zielstrasse 19  
Tel. 071 780 03 50

**Buchs** · Bahnhofstrasse 21  
Tel. 081 756 26 76

**Gossau** · St.Gallerstr. 108  
Tel. 071 385 63 60

**Pizolpark** · Mels-Sargans  
Tel. 081 723 42 33

**Widnau** · Rhydorf-Center  
Tel. 071 722 16 72

### 6 Monate Zufriedenheits-Garantie

- ◆ Gratis Umtausch bei Unzufriedenheit

### 2 Jahre Produkt-Garantie

- ◆ Gratis Ersatz bei Materialfehlern

### 3 Jahre Kühnis Top-Garantie

- ◆ 70% Rabatt im Falle von Beschädigungen, Verlust, Liegenlassen, Diebstahl. Kostenloser Service

### Unsere Kunden profitieren zusätzlich von folgenden Gratis-Leistungen, so oft Siediese brauchen

- ◆ Ultraschallreinigung
- ◆ Ersatz von Schrauben und Nasenplättchen
- ◆ Express-Service bei Reparaturen
- ◆ Computer-Sehtest
- ◆ Augendruck-Messung
- ◆ Sonnenbrillen UV-Schutztest



**Patrick Wili**  
20 Jahre, Geschäftsführer  
Kühnis Brillen Appenzell



**Jürgen Fink**  
19 Jahre, Geschäftsführer  
Kühnis Brillen Pizolpark Mels



**Michael Dierauer**  
23 Jahre, Geschäftsführer  
Kühnis Hörwelt Heerbrugg

**Claudio Schädler**  
3 Jahre, Geschäftsführer  
Kühnis Hörwelt Sargans

**Robert Lanzinger**  
5 Jahre, Geschäftsführer  
Kühnis Hörwelt Gossau

**Livia Brühlisauer**  
10 Jahre, Geschäftsführerin  
Kühnis Hörwelt Appenzell

**Eugen Mayer**  
9 Jahre, Geschäftsführer  
Kühnis Hörwelt Altstätten

**KÜHNIS**



**HÖRWELT**

### Kühnis Hörwelt

**Altstätten** · Breite 21  
Tel. 071 755 01 01

**Appenzell** · Zielstrasse 19  
Tel. 071 787 20 02

**Gossau** · St.Gallerstr. 110  
Tel. 071 385 41 21

**Heerbrugg** · Aechelistr. 6  
Tel. 071 727 00 27

**Sargans** · Grossfeldstr. 44  
Tel. 081 710 41 51

[www.kuehnis.ch](http://www.kuehnis.ch)

### Bei Kühnis Hörwelt sind dies unter anderem

- ◆ Computergesteuerte Anpassung von Hörsystemen
- ◆ Unverbindlicher Hörtest
- ◆ Kostenfreies Probetragen modernster Hörsysteme ohne Verpflichtung
- ◆ keine Verrechnung bei Nachkontrollen
- ◆ Hörgeräteversicherung
- ◆ Jährlicher Service
- ◆ 1 Packung Batterien geschenkt bei Anpassung
- ◆ Vollsortiment: Batterien, Hörsystemzubehör, Reinigungs- und Pflegeprodukte
- ◆ und vieles mehr



# GÖNNEN SIE IHREM WUNSCH NACH INDIVIDUALITÄT EINEN PASSENDEN RAHMEN.

MOROSO<sup>™</sup>

Original-Design, Handwerkskunst und dazu Premium-Service nach Mass.  
Herzlich willkommen im Kreis anspruchsvoller Individualisten.



Amanda und Charly Gamma,  
Inhaber und Einrichter aus Passion.



ST. GALLERSTRASSE 45  
CH-9500 WIL  
TEL. 071 914 88 88  
WWW.GAMMA.CH

**GAMMA**  
PERSÖNLICHER WOHNEN

# Ein Paradies für Campingfreunde

Reto Schatzmayer ist seit über 25 Jahren Fachmann für alle Fragen rund um das Camping. Er und seine Frau Maria führen seit 2007 in Staad die rema camping, ein wahres Paradies für alle, die im Wohnwagen, im Reisemobil oder im Zelt die Nähe zur Natur und das Abenteuer der grossen weiten Welt suchen.



Vom neuesten Wohnwagen oder Wohnmobil über gepflegte Occasionen bis zu top ausgestatteten Mietfahrzeugen findet man bei rema camping alles. Und sollte etwas nicht an Lager sein, wird es flugs bestellt. In der Werkstatt werden fachgerecht Um- und Einbauten ausgeführt oder Unfall-, Fäulnis- und Hagelschäden repariert. Dank dem grossen Fachwissen und langjähriger Erfahrung auch an älteren Fahrzeugen und unabhängig von der Marke. Da kommt es schon mal vor, dass die Schatzmayers ein Fahrzeug über viele Jahre für verschiedene Besitzer hegen und pflegen. Diesen kompetenten Service bietet rema camping auch für fest platzierte Wohnwagen auf Campingplätzen an.

Selbstverständlich können bei rema camping in Staad auch Wohnmobile gemietet werden. «Wir verfügen stets über eine junge Fahrzeugflotte mit 2 bis 6 Plätzen. Nebst der Grundausstattung sind in unseren Wohnmobilen auch eine Sonnenmarkise, der Veloträger, eine vollautomatische SAT Anlage, Campingstühle, Koch- und Essgeschirr sowie viel Klein- und Verbrauchsmaterial inbegriffen», erklärt Maria Schatzmayer. Diese umfangreiche Ausstattung bekommt der Kunde zu einem festen Mietpreis, all inclusive und ohne Kilometerbeschränkung. Nur die Reinigung muss noch selber erledigt werden. So lässt es sich sorglos auf grosse Fahrt starten. Und da die Fahr-

zeuge auch im Winter gemietet werden können, kann sogar eine Überwinterung im warmen Süden geplant werden!

Falls Sie auf der Suche nach einem neuen Gefährt sind, Ihr Material auf den neuesten Stand gebracht werden soll, eine Reparatur fällig ist oder Sie ein modernes Wohnmobil für Ihren nächsten Urlaub suchen – bei rema camping in Staad finden Sie nahe der Autobahn kompetente Beratung und fachmännischen Service. Reto und Maria Schatzmayer werden auf jeden Fall besorgt sein, dass Ihre Campingferien ein Genuss werden!



Auch für Zeltfreunde bietet rema camping alle nur erdenklichen Utensilien an.



rema camping verfügt stets über eine breite Palette an Neu- und Mietfahrzeugen sowie gepflegten Occasionen.

Rema Camping

Knottenstrasse 8, 9422 Staad

Telefon +41 71 855 10 41

[www.rema-camping.ch](http://www.rema-camping.ch)

# Die Spezialisten für Klaviere und Flügel

Klaviertechnik Tobehn, St. Gallen und das Musikhaus B&M, Schaan (FL) sind für Klavier- und Flügelkunden die professionellen Ansprechpartner. Vom Verkauf über Vermietungen und Konzertstellungen bis hin zu Klavierreparaturen und Klavierstimmungen findet hier der Kunde ein breites Angebot.

Die Geschäftsführer Simon Biedermann, Musikhaus B&M in Schaan (FL) und Edgar Tobehn, Klaviertechnik Tobehn in St. Gallen entschlossen sich 2014 im Klavier- und Flügelbereich eng zusammenzuarbeiten und Synergien zu nutzen. Die beiden Partner schliessen mit ihren Fachgeschäften für Tasteninstrumente im Fürstentum wie auch in der gesamten Ostschweiz eine Marktlücke.

«In unseren grosszügigen Räumlichkeiten in Schaan verfügen wir über eine erstklassige Auswahl an Klavieren und Flügeln der Premiemarken C. Bechstein mit ihren Tochterfirmen W. Hoffmann und Zimmermann sowie der Hersteller Schimmel und Yamaha», erklärt Simon Biedermann. Weitere Highlights sind derzeit zwei revidierte Steinway & Sons B-211 Flügel mit hervorragendem Klang und Spieltechnik. In Ruhe darf man die Trauminstrumente spielen und aussuchen, professionell beraten



durch Fachleute, welche die Instrumente dieser Hersteller sehr genau kennen.

Für Konzerte werden geeignete Instrumente, inklusive Transport, zur Verfügung gestellt. Dazu gehören auch die Stimmung und Intonation des Instrumentes vor Ort. Durch jahrelange Tätigkeit im Konzertbereich, wie beispielsweise der Tonhalle und dem Stadttheater St. Gallen, der Ziegelhütte Appenzell, diversen Tonstudios, Musikschulen und natürlich Privatkunden, verfügen Klavierbaumeister Edgar Tobehn und der dipl. Klavierbauer Christoph Tobehn über die entsprechenden Kompetenzen für diese anspruchsvolle Tätigkeit.

## Revidierte Klassiker und Raritäten mit perfektem Klang und in neuem Glanz

Neu wurde 2016 ein Occasions-Center in St. Gallen eröffnet. Hier stehen für die Kunden aus der Ostschweiz und dem Fürstentum Liechtenstein gebrauchte, aber dennoch hochwertige Flügel und Klaviere in Topzustand zur Besichtigung und Probe bereit. «Unser Fokus liegt auf sehr guten Instrumenten von namhaften Herstellern. Wir sind immer bemüht, Klaviere und Flügel wie beispielsweise Steinway & Sons, Schimmel, Grotrian Steinweg oder C. Bechstein anzukaufen. Alle Instrumente werden in der Werkstatt fachlich so überarbeitet, dass sie klanglich und spieltechnisch wieder in



Das Stimmen eines Flügels braucht viel Fachwissen und Feingefühl.

Bestzustand sind. Die revidierten Instrumente liefern wir, wie die Neuen, mit 5 Jahren Garantie aus», erklärt Edgar Tobehn. Der Kunde bekommt aus fachkundigen Händen also ein neuwertiges Instrument.

Die qualifizierte Klavierbauwerkstatt führt sämtliche technischen und mechanischen Arbeiten sowie Mechanik-Revisionen optimal aus. Dazu gehört auch der komplett neue Aufbau der KLANGANLAGE. Durch Neuberechnungen der Saiten und andere technische Verbesserungen kann der Klang und die Spielart gebrauchter Instrumente erheblich verbessert werden. Die Fachleute überarbeiten Gehäuseoberflächen und lackieren diese neu. Auch wertvolle Hochglanzflächen werden professionell ausgebessert und poliert. «Durch unsere Werkstatteinrichtung sind wir auch in der Lage, in ein vorhandenes Gehäuse ein neues Klavier einzubauen. Damit bekommt der Kunde ein Instrument neuester Technik mit einem einzigartigen Gehäuse, das es so wahrscheinlich nur einmal gibt», sagt Edgar Tobehn.



Klaviertechnik Tobehn

Langgasse 138, 9008 St. Gallen

Telefon +41 (0)79 793 34 36

E-Mail [info@klaviertechnik-tobehn.ch](mailto:info@klaviertechnik-tobehn.ch)

Öffnungszeiten

Mo – Fr 9.00 – 12.00 / 13.00 – 17.00 Uhr

Samstag nach Vereinbarung

[www.klaviertechnik-tobehn.ch](http://www.klaviertechnik-tobehn.ch)

### Mehr Spielfreude und -praxis durch Zusatzelektronik

Wer in einem Mehrfamilienhaus wohnt weiss, dass sein Klavierspiel die Nachbarn stören kann. Mit der Stummschaltung (Silent-System) wird die Mechanik des Klaviers entkoppelt, eine Sensorschiene nimmt die Impulse der Tastatur auf und über Kopfhörer werden die Töne elektronisch exakt wiedergegeben. Da sich der Anschlag der Tasten nicht ändert, ist weiterhin ein reelles Klavierspiel möglich. Eine wunderbare Sache für störungsfreies Üben in der Wohnung! Ebenfalls im Angebot sind Kli-

makontrollsysteme (Life-Saver) oder Selbstspielsysteme, mit denen Klaviere und Flügel wie von Zauberhand spielen. Dazu gibt es auf der Website von Klaviertechnik Tobehn einen eindrücklichen Video. Für den Einbau sind die Mitarbeiter durch die Firmen Dampff-Chaser, Korg, PianoDisc und C.Bechstein autorisiert.

Den Kunden bieten Musikhaus B&M und Klaviertechnik Tobehn verschiedene Miet- und Finanzierungsmodelle an. So kommt jedermann sehr einfach und schnell zum klanglich hochwertigen Wunschinstrument!



Musikhaus B&M AG

Feldkircherstr. 3, 9494 Schaan FL

Telefon +423 232 84 33

E-Mail [info@musikhaus.li](mailto:info@musikhaus.li)

Öffnungszeiten

Montag Geschlossen

Di – Fr 08.30 – 12.00 / 13.00 – 18.30 Uhr

Samstag 09.30 – 15.00 Uhr durchgehend

[www.musikhaus.li](http://www.musikhaus.li)



Mit der Stummschaltung (Silent-System) lässt sich störungsfrei das Klavierspiel üben.

# Den demografischen Wandel als zentrale Herausforderung annehmen

Der demografische Wandel wird im 21. Jahrhundert eine ungeheure Dynamik entwickeln. Überall auf der Erde werden Langlebigkeit, Migration und sinkende Geburtenraten sichtbare Spuren hinterlassen. Weltweit ist die Notwendigkeit erkannt, das Zusammenleben der Generationen und die immer längere Lebenszeit von uns Menschen zu thematisieren und rechtzeitig die erforderlichen Anpassungen zu treffen. Diesen Initiativen und Programmen fehlt jedoch allzu oft ein roter Faden, eine umfassende Betrachtungsweise sowie ein offener, konstruktiver Austausch über Disziplinen, Grenzen und Sprachen hinweg.

Das in St. Gallen domizilierte und 2002 gegründete World Demographic & Ageing Forum (WDA Forum) erkennt im globalen Megatrend «demografischer Wandel» nicht nur grosse Herausforderungen, sondern auch einzigartige Chancen. «Das Ziel muss sein, auch im 21. Jahrhundert Wohlfahrt und Wohlstand zu bewahren und zu vermehren. Diese Vision lässt sich aber nur mit einer ganzheitlichen



und interdisziplinären Betrachtungsweise wirklichen. Dazu müssen die vielfältigen kulturellen, wirtschaftlichen, regulatorischen sowie gesundheits- und bildungspolitischen Konsequenzen des demografischen Wandels verstanden werden. Aus diesem Grund hat 2002 das WDA Forum, mit Sitz in St. Gallen, eine internationale, generationenübergreifende und permanente Plattform für Bevölkerungs-, Alters- und Generationenfragen geschaffen, welche einen weltweiten und breit gefächerten Austausch ermöglicht», erklärt Dr. Hans Groth, Vorsitzender des WDA Forum das Ziel der Organisation. Obwohl das Forum seit nunmehr als 10 Jahren international einen hervorragenden Ruf genießt und jeweils bestens besucht ist, wünscht sich Dr. Groth, dass sich auch die Schweiz vermehrt und intensiver mit den Fragen des demografischen Wandels auseinandersetzt. «Wenn wir die Menschen in unserem Land bis zum Alter von 60 bis 75 Jahren produktiv halten könnten, hätten wir schon viele Fragen bezüglich Altersvorsorge und Gesundheitswesen beantwortet und gelöst. Das WDA Forum möchte darum den Dialog zum Thema des demografischen Wandels verstärkt auch in unsere Region bringen. Unser Wunsch und Ziel ist es, dass sich auch die Ostschweizer Verantwortungsträger aus Politik und Wirtschaft aktiv an unserer Veranstaltung einbringen», richtet Dr. Groth seinen Appell an die lokalen Institutionen. Die WDA Arbeitswelt ist ein Netzwerk von Unternehmen für Unternehmen mit dem Ziel, ein Generationen-Management zu verwirklichen, das anhaltenden wirtschaftlichen Erfolg ermöglicht. Aus diesem reichhaltigen Wissens- und Erfahrungsschatz können auch nationale und regionale Politik- und Wirtschaftsverantwortliche wertvolle Lehren für die Zukunft mitnehmen und in ihrem Umfeld adaptieren.

**Das 10. WDA Forum findet vom 29.–31. August 2016 unter dem Motto «Our next World» statt.** Auf Grundlage der fünf WDA Handlungsfelder Arbeitswelt, Altersvorsorge, Finanzmärkte, Gesundheit und Wettbewerbsfähigkeit werden die Ursachen und Auswir-

kungen des demografischen Wandels diskutiert und nach Lösungen gesucht. Mit 40 Referenten und 400–450 Teilnehmenden ist es eine weltweit einzigartige Veranstaltung, welche Wirtschaft, Politik, Wissenschaft und Gesellschaft zum Dialog und Austausch zusammenbringt.



Dr. Hans Groth, will den Dialog zum Thema des demografischen Wandels verstärkt in die Region bringen und lädt alle interessierten Leserinnen und Leser herzlich ein, sich für diesen einzigartigen Kongress zu registrieren.



WDA – World Demographic & Ageing Forum

Kornhausstrasse 18, 9001 St. Gallen

Telefon 071 222 79 79

E-Mail [info@wdaforum.org](mailto:info@wdaforum.org)

[www.wdaforum.org](http://www.wdaforum.org)

[www.nextworld.wdaforum.org](http://www.nextworld.wdaforum.org)



# Montagsforum Ostschweiz: Eine verführerische Form des lebenslangen Lernens



In 16 Vorträgen pro Jahr mit anschliessender Diskussion sprechen Fachleute im St.Galler Pfalz Keller über verschiedene Blickwinkel gesellschaftlicher Veränderung. Heute besuchen jeweils durchschnittlich 150 Zuhörer die Veranstaltungen.

Die bewusst breit gefasste Themenpalette soll einerseits ein Gesamtbild vermitteln, Wissen erweitern und auffrischen und andererseits inspirierend für das eigene Leben sein. Jeder Vortrag ist einem Referierenden vorbehalten. Nach den Referaten ist Raum für Gedankenaustausch und Diskussion, getreu dem Leitgedanken des Montagsforums «sich begegnen und bilden». Eva Nietlispach und Franz Jaeger leiten professionell durch den Vormittag. Die Vortragenden sind überwiegend Hochschuldozenten aus dem deutschsprachigen Raum. Bekannte Journalisten wie z.B. Erich

Gysling und Autoren wie bspw. Wilhelm Schmid ergänzen das Programm. Die Vorträge richten sich an alle, die Lust haben, Neues zu hören, ihr Wissen erweitern wollen und sich gerne mit anderen Menschen austauschen.

«**Menschenbilder und ihre Wirkung auf unser Handeln**», «**Das Leben in veränderten Gesellschaften**», «**Vom Urknall zu neuen Denk- und Lebensprozessen**», «**Begegnungen – vergessene Vergangenheit? – ungewisse Zukunft!**» lauteten die Leitthemen vergangener Semester. In diesem Herbst lautet der Titel «**Wichtige (Zukunfts) Fragen unserer Zeit – Hoffnung oder Belastung?**» Unter anderen kommen Prof. Thomas Stocker, ehemaliger Co-Vorsitzender des Weltklimarats, und spricht über die klimatische Zukunft, Prof. Jaeger erörtert die Frage, ob der Kleinstaat Schweiz ein Auslauf- oder Zukunftsmodell ist, Dr. Natalie Knapp möchte uns überzeugen, warum Zeiten der Unsicherheit wertvoll sind u.v.m. Neugierig geworden? Dann kommen Sie doch vorbei. Wir freuen uns auf Sie!

Das Montagsforum ist nicht bekehrend, sondern sehr erbauend und inspirierend.

Teilnehmerin Herbst 2014

Das Montagsforum ist eine neue, interessante und verführerische Form des lebenslangen Lernens. Es eröffnet Perspektiven und verdient Unterstützung und Erfolg.

Erich Walser, eh. CEO und Präsident des Verwaltungsrates der Helvetia Versicherungen

**MONTAGSFORUM**  
Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So

Verein Bildungs- und Kulturforum  
Ostschweiz

Holzstrasse 15, 9010 St. Gallen

Telefon 071 224 75 05

E-Mail [info@montagsforum.ch](mailto:info@montagsforum.ch)

Kosten: 30 Fr. pro Veranstaltung inkl. Kaffee und Gipfeli  
Auch als vergünstigte Abos erhältlich

Ort/Zeit St. Galler Pfalz Keller,  
9.30 – 11.30 Uhr  
(Türöffnung 8.30 Uhr)

[www.montagsforum.ch](http://www.montagsforum.ch)

**RAIFFEISEN**

**helvetia**

 Universität St.Gallen

**SFS**

  
**OBERWAID**  
KURHOTEL & PRIVATKLINIK

lista office **LO**

**Health  
Balance**



# Giulia, wie hast Du das gemacht?

Text und Interview: Maximilian Marti

Juni 2016. In den Medien ist der Name Giulia Steingruber omnipräsent und in ihrem Heimatort Gossau weiss man offensichtlich, wie man sein «golden Girl» gebührend feiert. Von einem offiziellen Gratulationsplakat, platziert im prominentesten Kreisel des Ortes, lächelt sie dem Publikum strahlend entgegen, die zwei eben an der Kunstturn EM in Bern erkämpften Goldmedaillen dezent in Sicht. Onkel Google informierte mich, dass dies bereits Nummer 8 und 9 sind in ihrer Medaillensammlung. Egal in welcher ihrer Disziplinen, Giulia ist jederzeit Medaillenfähig, wie sie immer wieder beweist. Als ich meine Unterlagen zum Interview zusammenstellte, fand ich in einem Bildarchiv dieses Foto aus Giulias Kinderzeit. Ich lege es vor sie hin und frage:

Giulia, auf diesem Foto guckst Du so entschlossen in die Kamera – hattest Du damals schon im Sinn, später einmal an der Spitze des Spitzensports mitzureden?

Nein, absolut nicht, da hatte ich noch keine sportlichen Ambitionen. Das Foto wurde gemacht als ich mich auf den Schulweg machte, am ersten Schultag in der zweiten Klasse. Allerdings hatte ich schon als Kind einen ausgeprägten Bewegungsdrang, oft zum Leidwesen meiner Eltern. Etwas später kam ich im Geräteturnen auf den Geschmack am Kunstturnen. Meine damalige Trainerin im Geräteturnen



empfohl mich fürs Kunstturnen und meine Mutter war froh, dass ich meinen Bewegungsdrang in der Halle ausleben konnte und nicht zuhause den Hausrat gefährdete.

Wie sah damals Dein Trainingsplan neben der Schule aus?

Ich trainierte drei- bis viermal in der Woche. Weil wir noch kein regionales Center hatten, trainierten wir abwechselnd in verschiedenen Hallen und meine Eltern mussten jeweils mithelfen beim Auf- und Abbau der Geräte. Grosses Verständnis brachte mir Frau Keller entgegen, meine Lehrerin in der 5./6. Klasse. Vorausgesetzt, dass meine schulischen Leistungen nicht tangiert würden setzte sie mich vom Turnen frei, damit ich an den Nachmittagen in der Woche trainieren konnte, was mich anspornte, in beiden Bereichen mein Bestes zu geben.

Hattest Du je Selbstzweifel?

Aber sicher, die habe ich manchmal heute noch. «Kannst Du Dich noch steigern? Macht die Gesundheit mit? Bin ich im richtigen Moment in Topform?» etc. Damals waren sie noch eher allgemeiner Natur, wie das bei Teens ist, die ständig alles hinterfragen. Bis zur Aufnahmeprüfung zum Juniorenkader machte ich mir noch keine grossen Gedanken über eine sportliche Karriere, aber offenbar war in den Augen des Trainers mein Talent ersichtlich. So kam ich in die Förderzone und machte mit den Juniorinnen in Marseille als Zwölfjährige die

ersten Auslandsfahrten. Mit 14 war für uns die Sache klar, mit der vollen Unterstützung meiner Eltern wollte ich die Chance nutzen, was meinen Umzug nach Magglingen und den Besuch der Sekundarschule im französisch sprechenden Biel bedingte.

Und wie geht's jetzt weiter?

Nach der EM habe ich 3-4 Tage Pause, dann wird hart weitergearbeitet an meinen Elementen. Begleitend arbeite ich an meiner Matura im Selbststudium, eine wirklich tolle Herausforderung. Nun ja, Olympia in Rio steht auch vor der Tür, danach geht's Ende Jahr für zwei Monate mit meiner besten Kollegin nach Australien zum Abschalten, nachher stehe ich wieder auf der Matte. Ich bedanke mich ganz herzlich bei allen, die mich auf meinem Weg begleiten und mir mit ihrer Zuwendung das ermöglichen, was ich im Alleingang niemals erreicht hätte.

<http://giulia-steingruber.ch>



# Wer schenkt Ihnen dieses Magazin?

Seit 1978 bringen wir, die Firma Miplan AG, KMUs und ihre Kundschaft erfolgreich zusammen.

Als unabhängiges Schweizer Medienunternehmen produzieren wir qualitativ hochstehende Produkte in den Bereichen Online, Printmedien und kartografische Führungssysteme. Miplan-Werbetools sind für alle Bedürfnisse zugeschnitten und das Erfahrungsergebnis jahrelanger Zusammenarbeit mit kleinen und mittleren Unternehmen. Unser Erfolgskonzept heisst Zuverlässigkeit, Aktualität, ein kompetenter Aussendienst und eine freundliche Preispolitik.



Übergabe der Urkunde.

V.l.n.r. Roman Flury GL, Fabio Basso bester Verkäufer 2015, Meinhard Mitterhuber Inhaber Städte-Verlag Gruppe

## BEST OF, das populäre Jahresmagazin

Hier werben Sie grossflächig und nachhaltig. In einem gepflegten, unterhaltsamen Rahmen werden Sie regional und kantonale wahrgenommen. Ihr grossformatiger Auftritt im BEST OF Ihres Kantons zeigt Ihrer potentiellen Kundschaft überzeugend und im Detail, weshalb Sie die richtige Adresse sind. So erweitern Sie mit vergleichbar geringem Aufwand Ihren Radius, erhöhen Ihren Bekanntheitsgrad und bewerben Ihre Website. BEST OF Magazine werden in 10 Kantonen gratis verteilt.



## Unsere Profis im Aussendienst

Liebe Leserin, lieber Leser, hier erhalten geeignete Persönlichkeiten die Chance, eine lukrative Karriere im Aussendienst zu starten. Mit einer starken, bekannten Firma im Rücken und erstklassigen, marktgerechten Produkten im Portfolio, sind Sie bei unserer Kundschaft ein gern gesehener

Verhandlungspartner. Nach einer perfekten, massgeschneiderten Einschulung sind Sie in der Lage, in Ihrem zugewiesenen Gebiet selbständig Ihre Kundschaft zu besuchen, die konkurrenzlosen Vorteile unserer Angebote zu präsentieren und Ihre persönliche Zukunft zu sichern.



Unsere langjährigen Top-Mitarbeiter. V.l.n.r. Fabio Basso, Nino Carpenito und Jürg Murbach

## 2GO!, das geniale Cross-Media Paket

Hier werden «local power» in Printform und die Omnipräsenz des Internets miteinander verknüpft: Das Printmedium 2GO! trägt Ihre Botschaft hautnah ans lokale Geschehen, gleichzeitig bringt Ihnen Ihr kompletter 2GO! Eintrag in den Vertriebskanälen Web und App alle Vorteile der modernen Kommunikation und die Möglichkeit, zur Information Ihrer Kundschaft Tagesaktualitäten in Ihrem Auftritt selber laufend anzupassen. 2GO!, die optimale, preiswerte Kombination für nachhaltige Langzeit-Werbung und tägliche Kommunikation mit Ihren Kunden. Die 2GO! Printprodukte werden lokal und regional gratis verteilt.

Miplan AG

Fabrikstrasse 10, 4614 Hägendorf

Telefon 062 210 10 10

E-Mail info@miplan.ch

☛ [www.miplan.ch](http://www.miplan.ch)  
☛ [www.2go.swiss](http://www.2go.swiss)  
☛ [www.swiss-portrait.ch](http://www.swiss-portrait.ch)



# Karriere im Transportwesen gefällig?

Mit rund 6.000 Mitarbeitern, 150 firmeneigenen Standorten und einem Jahresumsatz von 1,28 Milliarden Euro (2015) zählt Gebrüder Weiss zu den führenden Transport- und Logistikunternehmen Europas. In der Schweiz ist der Transportexperte seit 1872 präsent und über die Jahre stetig gewachsen. Mittlerweile sind weit mehr als 200 Mitarbeiter in vier Niederlassungen (Altenrhein, Basel, Bern und Zürich) sowie in diversen Grenzbüros tätig. Guter Nachwuchs wird – wie überall – auch bei Gebrüder Weiss ständig gesucht.

## Abwechslungsreiche Ausbildung

In Altenrhein und Basel können jedes Jahr durchschnittlich 16 Jugendliche zwei Berufsbilder erlernen: «Kaufmann/-frau EFZ (eidgenössisches Fähigkeitszeugnis) Internationale Speditionslogistik» und «Logistiker/in EFZ». «Die Ausbildung dauert jeweils drei Jahre», erläutert Nicole Liewer, zuständig für den Bereich Human Resources bei Gebrüder Weiss Schweiz. Dabei wechseln die zukünftigen «Kaufmänner/-frauen Internationale Speditionslogistik» im Rotationsprinzip alle sechs Monate die Abteilung und lernen so verschiedene Bereiche ihres späteren Aufgabengebiets kennen. «Umfassendes Wissen und der Blick über den Tellerrand hinaus sind uns



wichtig. Wir sind ein internationales Unternehmen mit umfangreichem Serviceportfolio und dem Anspruch, Bestleistung für unsere Kunden zu erbringen. Motivierte Mitarbeiter, die nicht nur mit-, sondern auch vorausdenken, sind unser Kapital. Das fördern und fordern wir», so Liewer weiter.

## Berufseinsteiger brauchen Mentoren

Doch es wird nicht nur viel gefordert, sondern auch viel geboten. Neben Exkursionen und Fachschulungen organisiert Gebrüder Weiss für seine Lernenden aus der Schweiz, Deutschland und Österreich im zweiten Lehrjahr ein mehrtägiges Camp. Ein aktionsreiches Programm stärkt dann nicht nur den Zusammenhalt untereinander, sondern thematisiert auch wichtige Fragen wie die beruflichen Perspektiven im Unternehmen. Häufig ist auch Oskar Kramer, Landesleiter bei Gebrüder Weiss Schweiz und zugleich Niederlassungsleiter des Standorts Altenrhein, vor Ort und tauscht sich mit den Jugendlichen aus. «Ich habe selbst als Lehrling bei Gebrüder Weiss angefangen. Das liegt zwar jetzt schon mehr als 40

Jahre zurück und vieles hat sich inzwischen geändert. Aber ich glaube, ich kann mich immer noch sehr gut in die Lage unserer jüngsten Mitarbeiter hineinversetzen und aufgrund meiner Erfahrung den einen oder anderen brauchbaren Tipp geben», schmunzelt Kramer. «Berufseinsteiger brauchen Mentoren, die ihnen zur Seite stehen. Das hat mir selbst auf meinem Karriereweg sehr geholfen und das gebe ich heute weiter.»



Oskar Kramer, Landesleiter bei Gebrüder Weiss Schweiz und Niederlassungsleiter des Standorts Altenrhein.



Jedes Jahr bildet Gebrüder Weiss Schweiz ca. 16 Jugendliche aus.



Nicole Liewer ist für den Bereich Human Resources bei Gebrüder Weiss Schweiz verantwortlich.



Gebrüder Weiss AG

Werftstrasse 1, 9423 Altenrhein

Telefon 058 458 55 55  
kundencenter.schweiz@gw-world.com

 [www.gw-world.ch](http://www.gw-world.ch)

# ChinaMed Zentren geniessen erstklassigen Ruf

Die traditionelle chinesische Medizin (TCM) hat sich in der Schweiz als hilfreiche Ergänzung und Alternative zur klassischen Schulmedizin etabliert. Sehr hohes Ansehen geniessen die ChinaMed Zentren. Hier praktizieren TCM-Ärzte mit erstklassiger Universitätsausbildung und jahrelanger Erfahrung.



Dr. med. Ralph Manser, Zentrumsleiter

Die Traditionelle Chinesische Medizin ist seit mehr als 3000 Jahren erfolgreich. Für West-Europäer sind diese Therapieformen oft schwer zu verstehen. Zunächst muss man wissen, dass in der TCM die Gesundheit gleichbedeutend ist mit der Fähigkeit des Menschen, seine innere Harmonie zu erhalten, die sich im Gleichgewicht von Yin und Yang findet, im Westen als Homöostase bezeichnet. Das Ziel ist eine nachhaltige und lange Gesundheit. Behandelt werden neben schulmedizinisch schwer erfassbaren Beschwerden vor allem Kopfschmerzen, Verdauungsbeschwerden sowie Störungen des Bewegungsapparates. Der Therapieerfolg der TCM-Ärzte in den 21 Schweizer ChinaMed Zentren beruht auf der fundierten Universitätsausbildung in China. Doch erst die jahrzehntelange Erfahrung ist entscheidend für den Erfolg des TCM-Arztes.

## **ChinaMed verlangt von seinen TCM-Ärzten nach dem Universitätsabschluss erst 10 Jahre Praxis-Erfahrung**

ChinaMed rekrutiert die besten Ärzte für TCM direkt aus China. Die Kriterien sind streng: Vorausgesetzt werden neben einem sehr guten Studienabschluss an einer anerkannten Universität, mindestens zehn Jahre Berufserfahrung in Akupunktur, Massage und Phytotherapie. Im ChinaMed Zentrum

St. Gallen arbeiten derzeit zwei chinesische TCM-Ärzte und Dr. med. Ralph Manser, Arzt und Naturheilpraktiker, der auch die zwei weiteren ChinaMed Zentren in Uzwil und Wil leitet.

## **Dr. med. Manser, Schulmediziner, leitet die ChinaMed Zentren in St. Gallen**

Geleitet werden die insgesamt drei ChinaMed Zentren im Kanton St. Gallen von dem Schweizer Schulmediziner und Naturheilpraktiker Dr. med. Ralph Manser, der von 1994 bis 2002 an der Universität Zürich Humanmedizin studierte und sich bereits während dem Studium für TCM begeisterte. Er entschloss sich daher zu einem parallelen Zusatzstudium der TCM am Institut für Medizinische Fortbildung in Adliswil und München. Im Anschluss folgte eine dreimonatige praktische Tätigkeit am Universitätsspital in Jinan (Shandong Province, VR China).

2005 wurde ihm von der Fakultären Instanz für Allgemeinmedizin (FIAM) der Universität Bern die Doktorwürde verliehen. Das Thema seiner Promotionsarbeit lautete: «Traditionelle Chinesische Medizin in der Schweiz aus Patientensicht». 2009 erlangte er zusätzlich das für die Zulassung der Krankenkassen erforderliche Diplom zum Naturheilpraktiker Akupunktur TCM. Für Patienten mit Zusatzversicherung für Komplementärmedizin ist es möglich, die ambulant durchgeführten Therapien in den ChinaMed Zentren von den Krankenkassen erstatten zu lassen, da alle tätigen Therapeuten vom EMR und der ASCA anerkannt sind.

## **Die Therapiearten in der TCM sind vielfältig**

Bei den möglichen Anwendungen denken die meisten zunächst an Akupunktur. Doch das gezielte Stechen mit Nadeln ist nur ein Teilgebiet der Traditionellen Chinesischen Medizin. Hinzu kommen die Tuina-Massage als Therapiemethode für Beschwerden des Bewegungsapparats und die chinesische Kräutermedizin, die in China eine der wichtigsten Lehren innerhalb der TCM darstellt. Dabei werden die chinesischen Kräuter für jeden Patienten nach einer ausführlichen Untersuchung individuell zusammengestellt. Die Diagnosen sind jedoch in der TCM bei den schulmedizinisch schwer erfass-



baren Beschwerden weit umfassender als in der Schulmedizin.

### Die TCM sieht den ganzen Menschen im Kontext seiner Lebensumstände

Der Mensch wird ganzheitlich betrachtet, dabei findet sein gesamtes bisheriges Leben und seine Lebensumstände Berücksichtigung. Besonderen Aufschluss über den Gesundheitszustand der letzten Monate bis Jahre geben die Farbe, die Form sowie der Belag der Zunge und der Puls liefert wichtige Informationen über den mo-

mentanen Zustand eines Menschen. In der TCM sind die subjektive Beobachtung und die Erfahrung des TCM-Arztes sehr wichtig, während sich der Schulmediziner verstärkt auf messbare Daten verlässt, die in vielen Fällen keine Ergebnisse liefern.

Dr. Manser erklärt hierzu: «Wenn es darum geht, unspezifische Beschwerden wie beispielsweise Kopf- oder Bauchweh zu behandeln, liegt die Schwäche der Schulmedizin in der Diagnostik, denn für den westlichen Arzt ist Krankheit ein rein mess-

barer Zustand.» Manser fügt aber hinzu: Bei Akut-Situationen ist die Schulmedizin unerreichbar – und oft kann nur eine schulmedizinische Intervention Leben retten. Abschliessend erklärt er: Die TCM versteht sich als Ergänzung zur Schulmedizin, die sich bestens kombinieren lässt.



#### ChinaMed Zentrum St. Gallen

Rorschacherstrasse 186, 9000 St. Gallen  
Telefon 071 246 00 23  
E-Mail st-gallen@chinamed.ch

#### Öffnungszeiten

Mo	9 – 12 / 14 – 19 Uhr
Di und Do	9 – 13 / 15 – 20 Uhr
Mi	9 – 13 / 15 – 19 Uhr
Fr	9 – 12 / 14 – 19 Uhr
Sa	9 – 13 Uhr

#### ChinaMed Zentrum Uzwil

Bahnhofstrasse 80, 9240 Uzwil  
Telefon 071 951 03 03  
E-Mail uzwil@chinamed.ch

#### Öffnungszeiten

Di	9 – 13 / 15 – 20 Uhr
Do	9 – 13 / 15 – 20 Uhr
Fr	9 – 12 Uhr

#### ChinaMed Zentrum Wil

Café Hirschy 1. Stock  
Obere Bahnhofstr. 25, 9500 Wil  
Telefon 071 910 17 12  
E-Mail wil@chinamed.ch

#### Öffnungszeiten

Mo	9 – 13 / 15 – 20 Uhr
Mi	9 – 13 / 15 – 20 Uhr
Fr	15 – 18 Uhr





# Bravo, Michael

Text und Interview: Maximilian Marti

Diese Geschichte fing an in Amden, am 19. April 1980. Damals sass der neunjährige Michael mit seiner Familie vor dem Bildschirm und fieberte mit, als Paola mit dem zukünftigen Ohrwurm ›Cinema‹ am 25. Grand Prix Eurovision De La Chanson in Den Haag teilnahm und für die Schweiz den vierten Rang erreichte. Der kleine Ästhet war von der schönen Sängerin, ihrer glockenhellen Stimme und allem, was mit Paola zusammenhing, so verzaubert, dass er seiner Familie feierlich eröffnete: «Das will ich auch können, dort werde ich auch auftreten!»

Und er hielt Wort: 2010 trat Michael von der Heide am 55. ESC in Oslo auf und machte Furore mit seinem Lied ›Il pleut de l'or‹. Nicht nur seine künstlerische Karriere hat er, wie damals seiner Familie angekündigt, in Angriff genommen und sich auf höchstem Niveau etabliert, auch seine Verehrung für Paola hat seitdem immer weitergeblüht. Dieser Verehrung wollte der feinfühlige Sänger, Darsteller und Philosoph einen denkwürdigen Rahmen geben und liess sich etwas einfallen, das es so noch nicht gegeben hat: Nach einem viertel Jahrhundert Erfolg im Show-Biz als Sänger und Darsteller in Filmen und auf Theaterbühnen, mit rund einem Dutzend veröffentlichten Alben, etwa doppelt so vielen Singles

auf dem Markt und den begehrtesten Auszeichnungen der Branchen in seiner Sammlung, widmet Michael von der Heide sein 25 jähriges Bühnenjubiläum seiner musikalischen Liebe Paola. Mit der Veröffentlichung seines neuen Albums ›Paola‹ im April 2016 und dem Song ›Paola et moi‹, interpretiert in astreinem Französisch, und ›Cinéma‹, jetzt mit neuem Make-up bereit für ein neues Leben, setzte er Zeichen, die so schnell niemand vergisst. Und sich selber und Paola ein Denkmal.

Im Gespräch erklärte er: «Es war mir einfach ein Riesenbedürfnis, meiner Verehrung für diese grossartige, inzwischen zur guten Vertrauten und Freundin gewordenen Frau öffentlich Ausdruck zu geben. Ihre Auftritte haben mich dermassen inspiriert, dass ich mein Leben unbedingt mit Musik verbringen wollte, mit selbstgemachter Musik. Paola war mir immer Beispiel und Ansporn, kritisch an mir zu arbeiten, meinen eigenen Stil zu entwickeln und diesem treu zu bleiben. Offenbar ist einiges davon gelungen.»



Und wie! Mit ›Paola‹ präsentiert der charismatische Entertainer einen beeindruckenden Querschnitt durch sein vielschichtiges Können, zielstrebig zusammengetragen mit einem guten Urteil für Qualität und für das, was ankommt und für länger bleibt. Verpackt in diese epochale Hommage an sein Idol präsentiert er eigene Songs und Paola - Dauerbrenner wie Cinéma, Blue Bayou, Bonjour Bonjour, alle versehen mit seiner unverkennbaren Unterschrift und dem typischen Von der Heide-Drive, der das Feuer ins Publikum trägt. So entsteht mitreissendes Entertainment, das oft an die Schlagerszene erinnert, aber ohne je in Gefahr zu geraten, in deren Seichtigkeit abzudriften. Als besonders erfrischend empfunden wird der gekonnte Mix aus deutsch und französisch gesungenen Titeln.

Zum Tourneestart 2016 zeigte Michael mit einer fulminanten Premiere im Theater am Hechtplatz was er drauf hat, was man mit Talent, Erfahrung und savoir faire mit Klassikern zustande bringt. Tout Zürich war dort und alles, was in der Branche Rang und Namen hat. Das begeisterte Publikum belohnte den Künstler und die gerührte Paola mit einer tosenden standing ovation. Auch Peter Reber, Autor des Erfolgshits ›Cinema‹, war anwesend und lobte Michael für die gelungene Überarbeitung und Interpretation seines Werks.

Abschliessend fragte ich Michael:  
Und wie geht's weiter?

Jetzt sind wir erst mal auf Tournee und freuen uns darauf, unserem Publikum das Leben zu verschönern. Später lockt mich die herausfordernde Rolle des Conférenciers in einem Musical, mehr verrate ich noch nicht.

Im sicheren Vertrauen, dass er auch in dieser noch geheimen Rolle wieder eine hervorragende Performance hinlegen wird, kann ich mich dem Tenor seines Publikums nur anschliessen und applaudieren «Bravo, Michael, weiter so!»

[www.michaelvonderheide.com](http://www.michaelvonderheide.com)



Mit «Paola» vom 26. – 30. Oktober wieder im Theater am Hechtplatz.

# ECONAG – die Profis für KMU: Outplacement – Coaching – Talentmanagement – Mediation

Es ist immer eine unerfreuliche Situation, wenn sich Unternehmen von langjährigen Kadermitarbeitenden, Spezialistinnen und Spezialisten oder generell Mitarbeitenden trennen müssen. Diese Trennungen bereiten sowohl dem Unternehmen und noch mehr den Betroffenen Mühe.

Inhaber und Manager von KMU, welche die schwierigen Entscheide über die Entlassungen letztlich fällen müssen und dafür verantwortlich sind, wünschen sich oftmals eine intensive und professionelle Beratung, Unterstützung und Begleitung und sind oftmals auch darauf angewiesen. Dies, weil solche Entscheide auch nicht an der Tagesordnung sind.

Bei ECONAG in St. Gallen finden sowohl Betroffene als auch Unternehmer in Walter Stürm und Noëmi von Erlach sehr erfahrene Fachberater, welche den Trennungsprozess vorbereiten und begleiten und damit für alle beteiligten Parteien erleichtern. Sie verfügen über ein hohes Kompetenzniveau und sind auch achtsame Ansprechpartner, die individuell den Bezug zu jeder persönlichen Situation und dem Umfeld finden. «Wir sind seit über 20 Jahren in der Outplacement Beratung tätig und verfügen dank dieser Erfahrung über ein hohes Beratungsniveau, was unsere Kunden schätzen. Im Gegensatz zu den grossen Outplacementfirmen können wir als Kleinunternehmer wesentlich individueller auf alle Betroffenen und Beteiligten eingehen. Unsere Devise: Ein kleines eigenständiges Unternehmen, das sich kümmert. «Mit unserem ressourcenorientierten Vorgehen ist die ECONAG der ideale Partner zur Begleitung von Trennungsprozessen im KMU-Umfeld», erklärt Walter Stürm die besondere Position von ECONAG im Markt. Er und Geschäftspartnerin Noëmi von Erlach bieten als professionelle und erfahrene Fachpersonen den Betroffenen die psychi-

sche, moralische und technische Unterstützung, denen sie Vertrauen schenken können. «Der Erfolg unserer professionellen und individuellen Unterstützung in der beruflichen Neuorientierung zeigt sich daran, dass entlassene Mitarbeitende eine neue ihren Fähigkeiten und Interessen passende Herausforderung finden – und dies auch bei 50+ Betroffenen. Dazu reicht kein standardisiertes Vorgehen mit allgemeinen Workshops und ein paar individuelle Beratungssitzungen, wie dies gewisse Outplacementverfahren vorsehen», so Noëmi von Erlach.

Bei ECONAG sind die Betroffenen angehalten, sich im Prozess über sich selbst und ihr

Verhalten intensiv und konkret Gedanken zu machen. Nebst dem strukturierten Prozess der Neuorientierung ist das Kernstück die sogenannte «Werkstatt der Meisterschaft», mit deren zehn Werkzeugen die gecoachten Personen eine wirksame Selbstanalyse und Standortbestimmung durchführen. Zu jedem Werkzeug folgt eine ausführliche Auseinandersetzung mit den Resultaten in einem anspruchsvollen Dialog zwischen Coach und Betroffenen. «Im Gegensatz zu Trennungsprozessen, die mit Standard-Persönlichkeitsanalysen unterstützt werden, geht unsere Methodik tiefer und bringt für den Klienten nachhaltigere Erfolge in der persönlichen Entwicklung. Wir fördern bei ihm eine Persönlichkeitsfin-



ECONAG ist in St. Gallen an der Merkurstrasse beheimatet.



derung und einen Entwicklungsprozess, den ein standardisierter Workshop und ein Assessment keinesfalls erbringen kann. Allerdings dauert allein unser Assessment auch mehrere Wochen – parallel zu all den anderen Aufgaben und Tätigkeiten, die auch systematisch und strukturiert ange-

gangen werden müssen. Dieser Teil ist nicht nach zwei Tagen mit einem Bericht und Schlussgespräch einfach erledigt. Für den Klienten ist unser Vorgehen herausfordernd, aber im Resultat sehr effektiv und nachhaltig», sagt Walter Stürm.

Mit der «Werkstatt der Meisterschaft», lernen die Betroffenen sich selbst und ihre eigenen Stärken und Fähigkeiten in einer Reflexion kennen.

Während des Beratungsprozesses verschaffen sich die Betroffenen einen Überblick in den Bereichen des Stellenmarkts, wo sie die grössten Chancen für einen Wiedereinstieg haben. Sie lernen auch auf die richtige Art, dem steten Wandel der Medien angepasste und Erfolg versprechende Bewerbungen zu verfassen.

Gleichzeitig bedeutet die Outplacement-Beratung durch ECONAG Unterstützung und Entlastung in der Trennungsphase für das Unternehmen, das Management und das Personalressort. «Eine menschliche Trennungslösung wirkt sich immer positiv

auf das Image des Unternehmens aus, sei es nach innen oder nach aussen. Unruhe und Verunsicherung im Betrieb werden vermieden, die positive Unternehmenskultur wird gestärkt, wird zu einer wirklich gelebten Unternehmenskultur und schliesslich, trotz der schwierigen Situation, resultiert positive Public Relations, übrigens auch ein Teil des Employer Branding», so Walter Stürm. Ein Ziel, das wohl jedes Unternehmen und gerade KMUs immer mehr vor Augen haben und dafür bei ECONAG die richtigen Partner für die Abwicklung von Trennungsprozessen und den Themen wie Coaching, Talentmanagement und Mediation finden, die oftmals die Prozesse vor einer schliesslich unvermeidbaren Trennung abwenden können.

# ECONAG

OUTPLACEMENT & COACHING

ECONAG Executive Consulting AG

Lindenstrasse 20, 8302 Kloten  
Telefon 043 255 41 14

Merkurstrasse 4, 9000 St. Gallen  
Telefon 071 220 90 66

E-Mail [wsturm@econag.ch](mailto:wsturm@econag.ch)  
[nvonerlach@econag.ch](mailto:nvonerlach@econag.ch)

# by marei – Beratung die sitzt!

«Wir verkaufen nicht einfach Möbel und Leuchten, sondern Wohlbefinden und ein positives Lebensgefühl. Unsere Konzepte zum Thema Sitzen widerspiegeln unsere Begeisterung für Design, Form und Farbe – sowie die Ideen und Wünsche unserer breiten Kundschaft. Funktionalität, Ergonomie und höchste Qualität sind uns dabei genauso wichtig, wie das Aussehen. Auch Nachhaltigkeit und ein fairer Umgang mit Ressourcen haben bei uns Vorrang, denn wir übernehmen in allen Bereichen Verantwortung», erklärt Jürg Rusch, Geschäftsführer und Inhaber von by marei Einrichtungskonzepte AG in St. Gallen.

An der Langgasse 29 präsentiert er in seinem attraktiven Showroom eine Vielzahl von Sitzgelegenheiten und gibt mit seinem fachkundigen Team zum Thema «Sitzen» bis ins letzte Detail Auskunft. Dabei geht es Jürg Rusch nicht nur um eine gute Körperhaltung, sondern vor allem um ein Gesamtkonzept. Das schätzen besonders institutionelle Kunden wie Alters- und Pflegeheime,



Jürg Rusch: «by marei verkauft Wohlbefinden und ein positives Lebensgefühl.»



Spitäler oder die gehobene Gastronomie. Aber auch für Private bietet by marei ein vielfältiges Angebot, besonders bei Esszimmerstühlen, Tischen und Lesesesseln.

Jürg Rusch nennt sich ein «Vollblut-Objektler» und kennt die europäische Stuhlbranche vermutlich wie kein Zweiter. Dieses geballte Wissen hilft, dem Kunden genau die Angebote machen zu können, die auf ihn zugeschnitten sind. «Sitzbereiche müssen eine gute Atmo-

sphäre vermitteln und stimmig sein mit der Architektur. Wichtig ist auch das Zusammenspiel von Design und dem Material des Mobiliars mit dem Licht und dem Boden. Mit meiner hohen Beratungskompetenz und bald 20 Jahren Erfahrung in der Branche können ich und mein Team gesamtheitliche Lösungen für Ämter, Architekten oder Private erarbeiten, welche in keinem Katalog zu finden sind», sagt Jürg Rusch. Das Team von by marei wächst und mit José Sutter ist ein Mann dazu gestos-



Institutionelle Kunden schätzen die hohe Beratungskompetenz von by marei.

sen, welcher mit seinem Know-how mit namhaften spanischen und italienischen Möbelkollektionen weitere Akzente setzen wird.

Die Referenzliste der umgesetzten Einrichtungskonzepte ist sehr beeindruckend. Ob Schule, Altersheim, Spital, Universität, Gemeindezentrum, Rathaus oder Universität – in allen Branchen ist Jürg Rusch in seiner erst dreijährigen Selbstständigkeit schon tätig geworden! Und in sämtlichen Projekten konnte er mit Beratung, Planung und persönlichem Service durchwegs überzeugen. «Komplettlösungen aus einer Hand sind immer mehr gefragt. Private wie auch geschäftliche Kunden sind zeitlich stark beansprucht und schätzen es, wenn Fachleute die Raumkonzeption übernehmen», so Jürg Rusch. Im Fokus stehen für ihn Qualität, Langlebigkeit, Funktionalität, Nachhaltigkeit und zeitloses Design. Die Kollektionsliste der by marei Einrichtungskonzepte AG liest sich denn auch wie ein «Who is who» der besten internationalen Möbelhersteller: Vitra, Walter Knoll, Molteni&C, Alias, Arper, Thonet, Horgen Glarus oder Wogg. Um nur einige zu nennen ...

Dank der Kompetenz von by marei Einrichtungskonzepte AG in St. Gallen werden auch Sie exakt die Möbelstücke finden, die zu Ihnen und Ihren Bedürfnissen passen. Ganz nach dem Motto von Jürg Rusch und seinem Team: «by marei, Beratung die sitzt!»

**by marei**  
Einrichtungskonzepte AG

by marei  
Einrichtungskonzepte AG

Langgasse 29, 9008 St.Gallen

Telefon 071 393 78 78

Fax 071 393 78 79

E-Mail [info@bymarei.ch](mailto:info@bymarei.ch)

Öffnungszeiten:

Mo – Fr 7.00 – 12.00 Uhr

13.30 – 18.00 Uhr

 [www.bymarei.ch](http://www.bymarei.ch)



Stimmigkeit mit der Architektur ist ein wichtiges Element.



Gesamtheitliche Konzepte und Raumberatung sind das Markenzeichen von by marei.

# HOLZ IST ZUKUNFT

## Blumer-Lehmann vereint Hightech und traditionelles Handwerk im Holzbau

Holz ist der natürlichste aller Baustoffe – als einziger nachwachsender Baustoff überzeugt es jedoch nicht nur in ökologischer sondern auch in architektonischer und wirtschaftlicher Hinsicht. Bauen mit Holz wird in Zukunft eine tragende Rolle in der Erreichung von Klimazielen bzw. der Bindung von CO<sub>2</sub> einnehmen. Sowohl bei Neubauten wie auch bei Umbauten oder energetischen Sanierungen von Gebäuden ist Holz der bevorzugte Werkstoff.

### Holz ist hightech – natürlich hightech

Die herausragenden technischen Eigenschaften von Holz in Kombination mit digitalen Planungs- und Fertigungstechnologien ermöglichen den Bau faszinierender Hüll- und Tragstrukturen und architektonisch visionärer Gebäude. So können beispielsweise problemlos Tragwerke für mehrgeschossige Gebäude aus Holz erstellt werden. Kein Wunder überbietet sich das Who is who der weltweit renommierten Architekturbüros in den letzten Jahren mit Holzbau-Visionen, die gerade im urbanen Raum verstärkt Akzente setzen. In enger Zusammenarbeit mit Architekturgrößen wie Shigeru Ban, Foster + Partners oder Herzog & de Meuron konnte die Blumer-Lehmann AG eindrucksvolle Projekte im In- und Ausland entwickeln und umsetzen. Der Werkstoff Holz kombiniert Technik, Nachhaltigkeit und Sinnlichkeit und schafft so die Grundlage für inspirierende Räume.



### Leidenschaft für den Holzbau

Die Blumer-Lehmann AG blickt auf 140 Jahre Erfahrung im innovativen Holzbau zurück und hat mit unzähligen realisierten Projekten im Industrie- und Gewerbebau, Wohnobjekten, öffentlichen Bauten, Landwirtschaft, Tourismus und Gastronomie Meilensteine in Holz gesetzt. Mit Kreativität und Leidenschaft für den Werkstoff Holz setzen sich die Mitarbeitenden für die Realisierung innovativer Projekte ein. Blumer-Lehmann bietet umfassende Holzbaukompetenz, von der Beratung über Engineering, Produktion, Montage und Projektleitung: alles aus einer Hand.

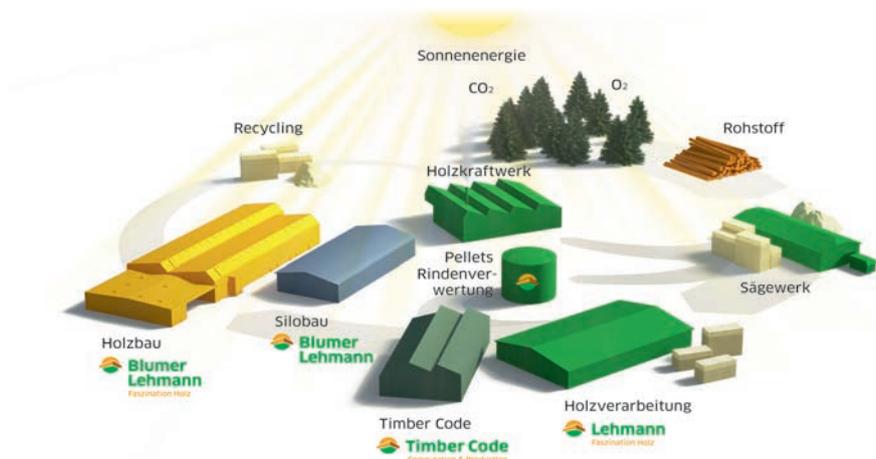
### Modul- und Temporärbau – Raumlösungen aus Holz

Dem Trend zum «Schnellen und Temporären» in der heutigen Zeit wird im Modulbau mit flexiblen Lösungen Rechnung getragen.

Auch hier kommt der Holzbau häufig zum Einsatz. Moderne Modulbauten genügen höchsten Standards – ohne Kompromisse in Sachen Komfort und Wirtschaftlichkeit. Der Modulbau kommt in schnellen, flexiblen Lösungen für Gewerbe und Handel, Industrie, Verwaltung, Bildung, Wohnen und zusehends auch in temporären Unterkünften im Asylwesen zum Einsatz.

### Schweizer Holz – regional und ökologisch überzeugend

Die Familienbetriebe um die Blumer-Lehmann AG setzen auf einheimisches Holz. Kurze Transportwege und eine vorbildliche, zertifizierte Waldbewirtschaftung garantieren Nachhaltigkeit in der gesamten Wertschöpfungskette. Dazu kommen ökonomische Aspekte wie die Schaffung von Arbeitsplätzen und Wertschöpfung in der Region.



### Blumer-Lehmann

Seit über 140 Jahren befassen sich die Familienunternehmen rund um die Holzbau-Unternehmung Blumer-Lehmann AG mit dem nachhaltigen Werk- und Baustoff Holz. Angefangen hat alles mit einem Wasserrad betriebenen Sägewerk auf dem Erlenhof. So wird das Betriebsgelände im St. Gallischen Gossau schon fast liebevoll genannt. Hier wird Holz komplett und nachhaltig verarbeitet und in Kreisläufen gedacht. Holz, das nicht für den Bau oder die Industrie verwendet werden kann, wird zu Pellets und Briketts gepresst. Aus dem Rest wird im eigenen Biomasse-Kraftwerk Wärme und Strom für den energieautarken Betrieb und die Standortgemeinde Gossau produziert.

 **Blumer  
Lehmann**  
Faszination Holz

Blumer-Lehmann AG

Erlenhof, 9200 Gossau

Telefon 071 388 58 58

Fax 071 388 58 59

E-Mail [info@blumer-lehmann.ch](mailto:info@blumer-lehmann.ch)

 [www.blumer-lehmann.ch](http://www.blumer-lehmann.ch)

# Die Natur liefert die edelsten Materialien

## Perfekt gekleidet in Pelz und Leder dank dem Fachgeschäft Johann Hofstetter

«Pelz, Felle und Leder gehören zu den edelsten Materialien, welche die Natur uns Menschen liefert. Langjährige Erfahrung im Kürschner-Handwerk lassen daraus in Verbindung mit dem Zeitgeist umweltverträgliche Meisterwerke entstehen, welche gutes Modedesign erst so richtig lebendig werden lassen», erklärt Hans Hofstetter. Er führt in dritter Generation das Pelz- und Lederfachgeschäft in Flawil. Die zahlreichen, anspruchsvollen Stammkunden des Traditionshauses schätzen vor allem die grosse



Auswahl und das individuelle Design. Für die Kundschaft jedoch besonders wichtig sind die ausgesuchte Qualität sowie das Wissen um die Herkunft der Ware. Die Johann Hofstetter AG bezieht die Felle wenn immer möglich aus der Schweiz oder der Schweiz kulturell nahen Ländern. So stammen Rotfuchsfelle ausschliesslich aus einheimischer Jagd. «Es ist für uns wichtig zu wissen, woher die Felle stammen, die wir verarbeiten. So ist nachvollziehbar, dass die Tiere in den Herkunftsländern gesetzeskonform gezüchtet, gehalten oder bejagt wurden. Jedes Teil ist mit diesen Informationen für den Kunden transparent gekennzeichnet und deklariert», so Hans Hofstetter.

Dass die Produkte von der Johann Hofstetter AG von bester Qualität sind, sieht auch ein ungeübtes Auge im Geschäft an der St. Gallerstrasse in Flawil. Jede Saison findet hier der Kunde die neuesten Modelle an Jacken, Mäntel, Handschuhen, sonstigen Modeartikeln und Accessoires aus Pelz und Leder.

Eine Spezialität des Hauses ist die Umarbeitung von bestehenden Pelzbekleidungen, wie Hans Hofstetter erklärt: «Ein «vererbtes», wertvolles Stück wird in Absprache mit dem Kunden dem Zeitgeist angepasst zu etwas ganz Neuem, Individuellem – und somit nachhaltig recycelt.»

Ein schöner Pelz ist jedoch nicht nur zum Tragen am Körper geeignet. Er lässt sich ebenfalls wunderbar als wertvolles Wohn-

accessoire verwenden. Dafür finden die Kunden in Flawil ein schier unendliches Sortiment an Schaffellen aller Couleurs und Grössen. Kuschelig warm, pflegeleicht und besonders langlebig strahlen sie im Wohnbereich oder auf dem Sitzplatz eine wohlige Atmosphäre aus. Auch ein breites Spektrum an Rinds-, Fuchs- oder Rehellen steht zur Auswahl bereit.

In den bald 90 Jahren ist sich die Johann Hofstetter AG stets der Devise treu geblieben, ausgesuchte Materialien mit perfekter Handwerkskunst zu edlen Produkten zu verarbeiten. Sollten Sie also auf der Suche nach einem schönen Stück Pelz, Fell oder Leder sein, müssen Sie die Johann Hofstetter AG in Flawil unbedingt besuchen!

 **Hofstetter**

FLAWIL

Leder- und Pelzfachgeschäft

Johann Hofstetter AG

St. Gallerstrasse 48, 9230 Flawil  
Telefon 071 393 11 12

Öffnungszeiten

Mo – Fr 09.00 – 12.00 / 13.30 – 18.30 Uhr  
Samstag 09.00 – 12.00 / 13.30 – 16.00 Uhr

 [www.hofstetter-world.com](http://www.hofstetter-world.com)

# Trattoria Al Covo – Gaumenfreuden mit viel Italianità!

Um echte italienische Atmosphäre zu genießen, müssen Sie nicht unbedingt nach Italien reisen. In der Trattoria Al Covo in Wittenbach erhalten Sie neben traditionell italienischen Leckerbissen auch Ferienstimmung an den Tisch serviert. Chef de Cuisine Luciano Di Guida leitet die kulinarischen Geschicke des Al Covo. Er hat dabei kompetente Unterstützung von seinem Team, das mit italienischer Lebensfreude und Können die Gäste des Al Covo mit seinen hausgemachten Spezialitäten überrascht. Ob Pizza aus dem Holzofen, hausgemachte Pasta oder Desserts – ein kleines Stück italienisches Glück liegt mitten in Wittenbach.

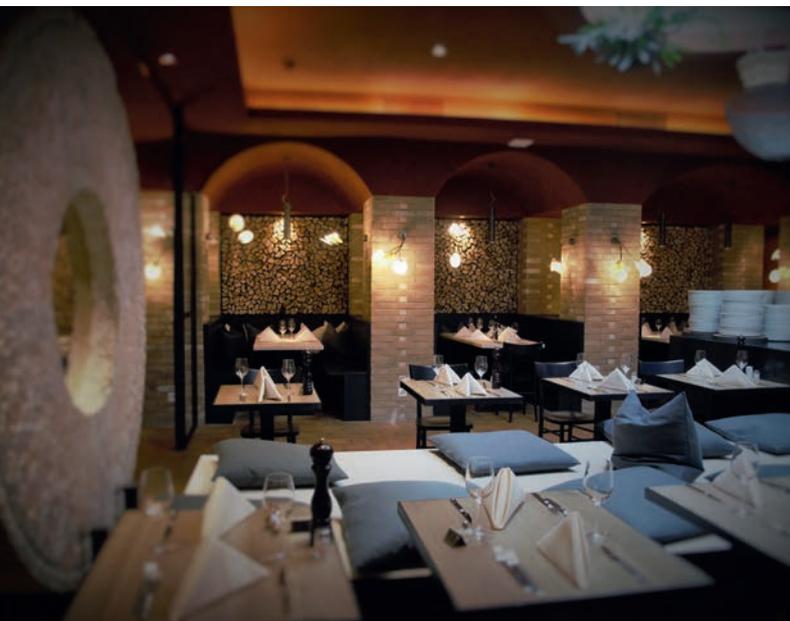


Das Mühlrad hat eine einfache, aber perfekte Form. Sein Kreis erinnert daran, dass das Leben wertvolle Traditionen und gute Dinge beibehält. Im Mühlrad beginnt auch der Lebenszyklus der Pasta. Als wertvolles Pulver, das zum ersten Mal Mehl genannt wird, findet es von dort als feiner Teig und köstliche Speise seinen Weg auf unsere Teller.

Die Trattoria Al Covo in Wittenbach zelebriert das Werk und die Tradition dieser uralten Maschinerie und Technik. Ein mächtiges

antikes Mühlrad steht als Symbol des Respekts und des Stolzes für die handgefertigte Pasta des Hauses.

Auf originalen Pastamaschinen werden unter den Augen der Gäste Tagliatelle, Pappardelle, Ravioli oder Tortellini mit Hingabe und Geschick gefertigt und geformt. Das ist italienische Handwerkskunst in Perfektion. Die Gäste können diese Köstlichkeiten auch zu Hause genießen, die Pasta-Spezialitäten des Al Covo gibt es auch für die italienischen Momente zu Hause zu kaufen.



Lauschige Ecken, Lounges oder variable Tische – wir erfüllen Ihre Wünsche für Feste oder Veranstaltungen

Alle Speisen werden im Al Covo nach Originalrezepten und mit Originalzutaten zubereitet. Viel Leidenschaft steckt Maestro Pizzaiolo Mario Frappietro seit 15 Jahren in seine Pizze aus dem Holzofen. Pizze Bianche oder Pizze Rosse – seine kreativen Variationen mit frischen Zutaten sind fast unerschöpflich und zaubern jedem Gast ein Lächeln auf das Gesicht. Wenn die Gäste auf der sonnigen Terrasse die frischen Spezialitäten geniessen, dann fühlen sie sich schon fast wie in den Ferien in Italien.

Das geschmackvolle Ambiente des Restaurants und der mediterran gestalteten Terrasse mit dem romantischen Teich, Olivenbäumen, Palmen und Zitronenbäumchen bieten bis zu 200 Gästen Erholung und Genuss pur. Die Gäste können den Alltag hinter sich lassen und allein, mit Freunden oder mit der Familie italienische Lebensart und Gaumenfreuden geniessen. Spitzenweine aus den klassischen Weinregionen Italiens, wie dem Piemont, dem Friaul oder Sizilien warten neben Weinen aus Frankreich, der Schweiz und der neuen Welt auf ihre Chance, der perfekte Begleiter zum Essen zu werden.

Pizza und Pasta sind die Kultur Italiens und die Hauptfiguren ihrer eigenen Einfachheit und Genialität. In Wittenbach pflegt das Al Covo mit Hingabe diese Kultur und übernimmt die seit Generationen überlieferten Rezepte. Wir bieten aber auch den perfekten Rahmen für Feste, Bankette oder Veranstaltungen jeder Art. Gönnen auch Sie sich ein Stück Italianità und Entspannung im Al Covo in Wittenbach. Buon appetito!



Nicht nur Kulisse, sondern die frischen Zutaten für die Küche warten auf dem Piaggio APE im Restaurant.



Aus dem Holzofen kommen wunderbare Pizzen in verschiedenen Variationen.



Eine reiche Auswahl mediterraner Köstlichkeiten erwartet die Gäste.



Die mediterran gestaltete Terrasse mit romantischem Teich vermittelt Ferienstimmung.

#### Trattoria Al Covo

Abacus-Platz 1, 9300 Wittenbach

Telefon 071 290 20 20  
E-Mail info@alcovo.ch

#### Öffnungszeiten

Mi – Fr 11.30 – 14.00 / ab 18.00 Uhr  
Samstag ab 18.00 Uhr  
Sonntag ab 17.00 Uhr

# Exklusives Kunsthandwerk aus Rheineck

Durch Armin Schellings Hände werden Schmuck und Kunstobjekte der besonderen Art geschaffen.

Aus rezykliertem Gold (Oekogold) sowie weiteren Edelmetallen und Edelsteinen entsteht in der Werkstatt in Rheineck alles, womit man sich schmücken kann wie exklusive Ringe, Anhänger, Broschen oder Ketten. Eine Spezialität sind individuelle Gestaltungen nach Kundenwunsch sowie die Neugestaltung, Restaurierung und Reparatur von Schmuckstücken. Abgerundet wird das Sortiment mit Uhren von a.b.art, Pierre Junod und Ole Mathiesen.



Im S-pot, dem Geschäft für Handwerk und Gestaltung, finden sich aussergewöhnliche Unikate und vielfältige Kleinserien von verschiedenen Kunstschaffenden. Besuchen Sie die beiden Läden im Herzen der Altstadt von Rheineck und lassen Sie sich überraschen!



Goldschmiede Armin Schelling  
S-pot – Handwerk und Gestaltung

Hauptstrasse 10/12, 9424 Rheineck

Telefon 071 888 23 44

E-Mail armin.schelling@bluewin.ch

## IMPRESSUM

swissportrait

### Herausgeberin

Miplan AG · Fabrikstrasse 10 · 4614 Hägendorf  
Telefon 062 210 10 10

### Redaktion, Fotograf

Maximilian Marti, m.marti@miplan.ch  
Matthias Horber, info@horbermarketing.ch

### Gestaltung / Layout

www.werbekonzepte.ch  
Alexia Ackermann, Sandro Büchler  
swiss-portrait@miplan.ch

### Druck

Swissprinters AG · Brühlstrasse 5 · 4800 Zofingen

### Erscheinungsweise

Jährlich, 4. Ausgabe 2016

Alle Rechte vorbehalten. Die vom Verlag gestalteten Portraits mit Fotos, Texten und Logos dürfen nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Verlages reproduziert und nachgedruckt werden.

### Weitere Magazine

Aargau, Bern, Luzern, Nordwest, Solothurn, Zürich und Zug

gedruckt in der  
schweiz



# Leidenschaft und Sinnlichkeit in der Architektur

Moderne Architektur wird normalerweise mit Nutzwert, Energiekoeffizienten oder Beton in Verbindung gebracht.

Die innovativen Planer von Carlos Martinez Architekten Rorschach gehen mit seinen Ideen und Projekten aber wesentlich weiter. «Wir erschaffen Architektur mit Leidenschaft und Sinnlichkeit zur Freude unserer Kunden und uns selbst. Daraus entstehen massgeschneiderte, kraftvolle Werke», erklärt Ronnie Ambauen, Geschäftsführer von Carlos Martinez Rorschach. Er und sein achtköpfiges, internationales und fachlich vielfältiges Team sind eine echte «Arbeits-Familie» und voller Energie, im Miteinander Gemeinschaftswerke zu schaffen. Die Resultate dieser Kraft sind lebenswerte Überbauungen, produktive Gewerbe- und Industriegebäude sowie zeitgemässe Einfamilienhäuser. «Das Team in Rorschach kommt aus verschiedenen Ländern und Kulturen mit unterschiedlichen Interessen und Vorlieben. Diese Vielfalt und Einzigartigkeit spiegelt sich in unseren Architekturprojekten wieder», so Ronnie Ambauen.

Ein Beispiel dafür ist das Albin Pedrotti Haus in Rorschach. Der fünfgeschossige Holzbau mit Betonerschlusskern und verputzter Aussenfassade schliesst harmonisch eine Baulücke im Zentrum, wo bisher Parkplätze waren. Mit diesem Bau macht Rorschach einen weiteren Schritt hin zu einem umfassenden Stadtentwicklungsprozess, an welchem Carlos Martinez Architekten Rorschach aktiv mitarbeitet. Seit einigen Jahren sind die Fachleute des Architekturbüros an diesem Prozess beteiligt, inspirieren mit ihren Ideen die Behörden und haben Teil an der Entwick-



Charakterstarke Architektur gepaart mit hohem Nutzwert.

lung von Rorschach. Ein grosses Thema ist dabei das verdichtete Bauen. «Dies ist für eine Stadt wie Rorschach, welche auf einer Seite vom See und auf der anderen Seite von einer Hügelkette begrenzt wird, ein zentrales Anliegen. Als verantwortungsvolle Gestalter, welche mit Kunden, Fachplanern und Behörden die wirtschaftlichste und gleichzeitig ästhetisch beste Lösung erarbeiten wollen, nehmen wir die Verantwortung für eine positive Entwicklung von Rorschach und die weitere Umgebung aktiv wahr», sagt Ronnie Ambauen. Diese Einstellung kommt auch bei den vielen realisierten Gewerbe- und Industriebauten zum Tragen, wo die Ästhetik etwas in den Hintergrund tritt und die Wirtschaftlichkeit und Produktionsorientierung in den Vordergrund rückt. Um doch alle Aspekte zu vereinen, denken sich die Fachspezialisten in Rorschach tief in die Produktions- und Logistikkabläufe ihrer Kunden hinein und analysieren die Prozessabläufe bis ins Detail.

Ob Einfamilienhaus, Überbauung oder Gewerbeobjekt - in Verbindung mit dem Auge für Ästhetik, entstehen bei Carlos Martinez Architekten Rorschach Bauten, welche nicht nur einen sehr hohen Nutzwert, sondern auch starke Ausdruckskraft und unverkennbaren Charakter haben.



Albi Pedrotti Haus in Rorschach.



Ronnie Ambauen: Wir kreieren Architektur mit Leidenschaft und Sinnlichkeit zur Freude unserer Kunden und uns selbst.

**CARLOSMARTINEZ**  
rorschach

Carlos Martinez Architekten Rorschach AG

Hauptstrasse 40, 9400 Rorschach

Telefon 071 845 67 67

Fax 071 845 67 66

E-Mail [info@carlosmartinezzorschach.ch](mailto:info@carlosmartinezzorschach.ch)

[www.carlosmartinezzorschach.ch](http://www.carlosmartinezzorschach.ch)

# Hotel Flawil, powered by Rössli

Ein Haus voll Gastlichkeit – gross genug, um den vielfältigen Wünschen der Kundschaft zu dienen. Klein genug, um die Gemütlichkeit und Vertrautheit von Zuhause auszustrahlen. Das ist die Devise des neuen Hotel Flawil, welches von Irene Baumann und ihrem Team als Zusatzbetrieb zum bekannten Restaurant Rössli betrieben wird.

Als 2011 das einzige Hotel in Flawil abgebrochen wurde, hatte der Ort keine Hotelzimmer mehr anzubieten. Mit der Eröffnung des neuen, modernen Hotels Flawil hat sich das glücklicherweise wieder geändert. 12 Zimmer mit total 22 Betten und eine Suite bieten den Geschäfts- und Privatreisenden 3 Sterne Komfort auf höchstem Niveau. «Die Zimmer sind gemütlich-funktional eingerichtet und erfüllen die Wünsche von Geschäftsreisenden von heute. Das heisst grosszügige Badezimmer, bequeme Federkernbetten, kostenloses WLAN in allen Räumlichkeiten, grosse Flachbildfernseher, vollautomatischer Check-in über Code, und ausreichend Parkmöglichkeiten», erklärt Irene Baumann die vielen Vorzüge des neuen Hotelbetriebs. Sie ist gleichzeitig Pächterin des Restaurant Rössli sowie des Hotel Flawil. Die Eigentümer und Bauherren des neuen Hotel Flawil hatten die Idee, Irene Baumann als Pächterin einzusetzen und so Synergien zum Restaurant Rössli zu nutzen. Mit ihrer langjährigen Erfahrung in der Hotelbranche brachte sie schon in der Bauphase viele Ideen und Erfahrungen ein, was in funktionaler Zimmerausstattung und überzeugendem Hotelkonzept resultierte. «Eigentlich wäre das Hotel Flawil ein Garni, aber wir bieten im benachbarten Rössli dem Gast die Möglichkeit für Abendessen an. Besonders Geschäftskunden schätzen diesen Service, denn nach langer Anreise wollen sie nicht auch noch ein Restaurant



Geräumige, moderne Badezimmer und komfortable Betten mit Federkernmattressen zeichnen die 12 Zimmer des Hotel Flawil aus.



Im traditionsreichen Restaurant Rössli (vorne) kann der Gast des Hotel Flawil sein Abendessen geniessen.



Irene Baumann führt das Hotel Flawil sowie das Restaurant Rössli mit viel Leidenschaft und Elan.

im Ort suchen», so Irene Baumann. Dank der Kombination von Hotel und Restaurant darf sich das Hotel Flawil als 3 Sterne Betrieb einstufen.

Im traditionsreichen Restaurant Rössli einzukehren lohnt sich aber nicht nur für Hotelgäste. Der Gasthof ist in Flawil eine Institution und wurde, nach wechselvoller Geschichte, in den letzten Jahren aufwendig restauriert und umgebaut. Ob Liebhaber guter Küche, Vereine, Hochzeits- oder Geburtstagsgesellschaften – in den schönen und gemütlichen Räumlichkeiten und dem Saal des Rössli fühlen sich alle Gäste wohl. Auch Raucher sind im Rössli willkommen. Für ihren Genuss ist eine der schönsten Raucherlounges in der Umgebung ein-



#### Restaurant Rössli

Wilerstrasse 8, 9230 Flawil  
Telefon 071 393 21 21

#### Öffnungszeiten

Mo – Do 08.30 – 23.30 Uhr  
Freitag 08.30 – 24.00 Uhr  
Samstag 11.00 – 24.00 Uhr  
Sonntag Ruhetag, für Gruppen  
ab 10 Personen offen



Gediegen und doch gemütlich – das Restaurant Rössli verbindet Tradition mit modernem Ambiente.

gerichtet. Die Speisekarte bietet ein reichhaltiges, saisonales Angebot, vom einfachen Menu bis zum Gericht für gehobene Ansprüche. Ein breites Sortiment an feinen Weinen zu attraktiven Preisen, abgestimmt auf die verschiedenen Angebote, runden die Karte ab.

«Geschäftskunden schätzen die unmittelbare Nähe zum Restaurant für ein Abendessen und ein Glas Wein. Hochzeits- oder Geburtstagsgesellschaften können ihren Gästen eine unkomplizierte und bequeme Übernachtungsmöglichkeit anbieten. Wir bieten also für jeden Geschmack etwas», sagt Irene Baumann. Dass dieses vielfältige Angebot gerne und gut genutzt wird, beweisen die vielen Stammgäste, welche das Hotel Flawil, aber auch das Rössli immer wieder gerne besuchen und die herzliche Gastfreundschaft geniessen.

# Lebensmittel zur richtigen Zeit am richtigen Ort!

Haben Sie sich schon einmal überlegt, wie die Brötchen, Salate oder das Fleisch jeden Tag frisch und in der richtigen Menge zu Fast Food Anbietern gelangen?



Bischof Lebensmittellogistik bietet dafür ausgeklügelte Logistiklösungen an. Das Transportunternehmen in Sennwald übernimmt als Gesamtanbieter den kompletten Service von der Abholung der Waren über die fachgerechte Lagerung, Kommissionierung, Konfektionierung, Verpackung bis zur Lieferung an Grosshandelsketten und Einzelhändler in Europa und der Schweiz. Ebenso werden Auftragsverpackung, Montage, Etikettierung und Auslagerung angeboten. Eine Zollabteilung für Import- und Export-Abwicklung sowie eigene Zolllager in Österreich und der Schweiz runden das Angebot ab. Bischof Lebensmittellogistik bietet den gesamten Dienstleistungsumfang über alle drei Temperaturbereiche aus einer Hand an. «Unsere Fahrzeuge können trockene Güter wie Dosen, gekühlte Lebensmittel wie Salate oder Milchprodukte sowie tiefgekühlte Produkte in einer Transportfahrt ausliefern. Das spart dem Kunden Aufwand und Zeit», sagt Astrid Bischof, Geschäftsführerin bei Bischof Lebensmittellogistik. Auf diesen einzigartigen Service setzen namhafte Kunden wie Hilcona, Ölz, Burger King oder Subway. Für Letztere hat Bischof Lebensmittellogistik

das «Brokering» übernommen, welches Astrid Bischof wie folgt erklärt: «Beim Brokering tätigen wir den Einkauf des Materials und die Subway Verkaufsstellen rufen über einen Web-Shop die benötigten Produkte ab. Diese kommissionieren wir und liefern sie zeitgerecht an 40 Filialen in der Schweiz. Unser System reduziert den administrativen Aufwand der Subway Verkaufsstellen, die Produkte sind immer frisch und die Mengen exakt dosiert.» Sie ist überzeugt, dass sich das Brokering im Food Bereich weiter etablieren wird und die Erfahrung von Bischof Lebensmittellogistik künftig auch andere Gastroanbieter nutzen werden.

Das vollautomatische Multi-Temperatur-Logistikcenter Sennwald wurde kürzlich ausgebaut und ist einzigartig im Rheintal. Es verfügt über mehr als 10000 Einstellplätze (EP) für Tiefkühlware, 700 EP für Kühlware und 9000 EP für Trockenware. Rund 50 Mitarbeiter, 35 LKW's und 30 Sattelaufleger sorgen für einen zuverlässigen und sicheren Transport. Aber die Innovationsfreude ist bei Bischof Lebensmittellogistik setzt sich weiter fort und das nächste Angebot ist schon auf dem Weg.



Astrid Bischof, Geschäftsführerin: «Bei Bischof Lebensmittellogistik bekommt der Kunde alles aus einer Hand!»

«Aktuell arbeiten wir an der Zertifizierung für Lagerung und Transport von Pharmaprodukten, welche 2017 abgeschlossen sein wird. Das wird unserem Unternehmen noch einmal einen richtigen Schub geben und unser Dienstleistungsangebot perfekt ergänzen», sagt Astrid Bischof mit sichtlicher Vorfreude, künftig auch Kunden aus der Pharmabranche mit gewohnt hoher Qualität bedienen zu können. Ganz nach dem Firmenslogan: «Perfekt auf der ganzen Linie».



Das vollautomatische Multi-Temperatur-Logistikcenter in Sennwald ist einzigartig im Rheintal.

**Bischof**  
LEBENSMITTELLOGISTIK  
----- PERFEKT AUF DER GANZEN LINIE

BISCHOF LAGERHAUS AG

Heberrietstrasse 10, 9466 Sennwald

Telefon 081 750 76 00

E-Mail [bischof@bischof.li](mailto:bischof@bischof.li)

[www.bischof-transporte.com](http://www.bischof-transporte.com)

# Immobilienervices und Baudienstleistungen in einem

In der Immobilienbranche nimmt die immoservice ostschweiz GmbH, kurz immo ost, in St. Margrethen einen besonderen Platz ein. Denn Sven Künzler, Inhaber der Immobilien- und Bauberatung, und sein Team bieten nicht nur die klassischen Immobilien-services an, sondern offerieren gleichzeitig auch umfangreiche Baudienstleistungen.

«Mit meinem breiten Wissen und langjähriger Erfahrung im Bau sowie meinem starken regionalen Netzwerk, kann ich den Kunden einen klaren Mehrwert bieten. Bereits in der Phase der Parzellierung berücksichtige ich die Quartierpläne und Vorschriften der Gemeinden und finde auf dieser Basis die besten Baulösungen, die optimalen künftigen Besitzer und den passenden Architekten», sagt Sven Künzler. Seine Aufgaben sind damit aber längst nicht abgeschlossen. Während der Bauphase wirkt er als Koordinator und Schaltstelle und ist in diesem Sinne der Schirmherr über das ganze Bauprojekt. Dank der einzigartigen Kombination von Immobilien- und Bauservice konnte immo ost in jüngster Zeit in Widnau, Rebstein, Wald und Wolfhalden Überbauungen und Einfamilienhaussiedlungen planen, bzw. realisieren. Diese fügen sich einerseits bestens in die Umgebung und überzeugen andererseits mit ausserordentlich hoher Bauqualität und Funktionalität.



Im Verkaufsprozess reicht der vollumfängliche Service von Sven Künzler und seinem Team von der Umsetzung des Marketingplans über die Vorselektion der Interessenten, der Durchführung von Besichtigungen und der Führung von Verkaufsverhandlungen bis zu der Vertragsvorbereitung und der Koordination mit Notariat, Grundbuchamt und Banken. In der Bauphase unterstützt immo ost, je nach Kundenbedürfnissen, die Klienten von der Projektinitiierung und -entwicklung über das Projektmanagement und das Baumanagement bis zur Bauherrenvertretung und die Bauberatung. «Für die Bauherrschaft ist das Bauprojekt eines der grössten, wenn nicht das grösste Projekt im Leben. Mit unseren Dienstleistungen können wir den Interessenten den Boden und den passenden Architekten vermitteln und ihn bis zum Bezug der Immobilie begleiten. Das ist immer wieder ein tolles Gefühl, wenn das Vertrauen stimmt und schlussendlich mit unserer Hilfe der Kunde das bekommen hat, was er sich vorstellte», erklärt Sven Künzler die Vorzüge seiner Berufung. Bei seinen Projekten legt er gros-

sen Wert auf Nachhaltigkeit, qualitativ hochstehende Ausführung unter Berücksichtigung biologischer Aspekte.

Sven Künzler und seine immo ost sind viel mehr als Immobilienmakler, sondern ein Immobiliendienstleister von A bis Z. Und machen so den Traum vom Eigenheim für ihre Kunden auf angenehme Weise zur Realität.



**immo**  
ost

immoservice ostschweiz GmbH

Grenzstrasse 11, 9430 St. Margrethen

Telefon 071 888 28 48

E-Mail [info@immo-ost.ch](mailto:info@immo-ost.ch)



Die Projekte von immo ost fügen sich in die Umgebung ein und überzeugen mit ausserordentlich hoher Bauqualität und Funktionalität.

[www.immo-ost.ch](http://www.immo-ost.ch)



# Mens sana in corpore sano

Text und Interview: Maximilian Marti

Und schon wieder schreibt man im Kanton St. Gallen Schweizer Turngeschichte: Pablo Brägger aus Kirchberg SG gehört zu unseren derzeit besten Kunstturnern und ist Team-Captain der Nationalmannschaft. Von Nationaltrainer Beni Fluck auf diesen Wettkampf optimal vorbereitet, holte er sich am Samstag, 28. Mai 2016 an den Heim-Europameisterschaften in Bern die Bronzemedaille im Team, zusammen mit Christian Baumann (Leutwil AG), Benjamin Gischar (Herzogenbuchsee BE), Oliver Hegi (Schafisheim AG) und Eddy Yusof (Bülach ZH).

Dieser Erfolg ist ein Meilenstein in der Schweizer Sportgeschichte: zum ersten Mal überhaupt gelang es einem Schweizer Team, an Europameisterschaften einen Medaillenplatz auf dem Podest zu erkämpfen. Um herauszufinden, aus welchem Holz solche Medaillengewinner geschnitzt sind, besuchte ich den sympathischen Ostschweizer Crack in seinem Berner Exil, in der Eidgenössischen Hochschule für Sport Magglingen EHSM. Wir trafen uns zum Gespräch in der Jubiläumshalle, einem modernen Gebäudekomplex, erstellt nach den spezifischen Erfordernissen fürs Kunstturnen.

Das Training war noch im Gang als ich dort eintraf und durch eine Glaswand beobachten konnte, wie cool und hochkonzentriert unsere Besten unter dem kritischen Blick ihrer Teamkollegen und Trainer ihre Disziplinen feinschleifen. Auf einer Ablage neben mir lag ein Hilfsgerät, das ich eher in einem Seniorenheimen erwartet hätte: ein langstieliger Schuhlöffel! Mit seinem Morgentraining absolviert, setzte sich Pablo mir gegenüber und beantwortete meine erste Frage:

**Welches Gerät stellt im Training die höchste Anforderung an Dich und warum?**

Pablo Brägger: Der Pferdpauschen, dies aus zwei Gründen: aufgrund von Verletzungen musste ich zweimal an den Ellenbögen operiert werden, was zwingend Trainingspausen nach sich zog. Diese gilt es nachzuholen um die Form zu erhalten, die zum Antreten an Wettkämpfen berechtigt. Nach einer der OPs konnte ich den Ellenbogen nicht mehr durchstrecken, was meine Balance – Feinmotorik störte. Inzwischen ist



alles wieder ok, aber solche Erfahrungen müssen auch mental verarbeitet und weggesteckt werden. Eine Sekunde Ablenkung aus dem Unterbewusstsein im kritischen Moment macht den Unterschied zwischen gut und besser. Deshalb trainieren wir in hunderten, tausenden von Stunden immer wieder dieselben Bewegungsabläufe, damit wir im Wettkampf das Unterbewusstsein ausschalten und den Autopilot übernehmen lassen können.

**Welchen Stellenwert hat Magglingen für Dich, verglichen mit ähnlichen Institutionen im Ausland?**

Weil mir Angaben zum direkten Vergleich fehlen, spreche ich lieber nur für Magglingen. Hier, auf 875 m.ü. M. finden ambitionierte Sportlerinnen und Sportler alles, was zum Start einer nennenswerten Karriere und zum Erreichen gesetzter Ziele notwendig ist: moralischen, seelischen und geistigen Rückhalt in einer Gastfamilie, die besten Trainer, optimale Trainingsmöglichkeiten, die parallel laufende schulische Weiterbildung, das Verständnis für die richtige Ernährung und die passende Umgebung zur Freizeitgestaltung. Ich weiss nicht, ob es andernorts eine solch umfassende Betreuung gibt.

**Warum erwähnst Du seelischen Rückhalt?** Wenn wir mit 14 als junge, hoffnungsvolle Talente nach Magglingen kommen, wohnen wir bei einer selber gewählten Gastfamilie.

Mit 14 braucht man Geborgenheit und eben, seelischen Rückhalt, egal welche Lebenspläne man hat. Nur in einer entspannten, sicheren Umgebung kann die geistige und körperliche Energie entstehen die es über längere Zeit braucht, um mit 18 den Schritt ins Nationalkader zu schaffen. Danach leben wir in WGs, meistens zu viert. Mit der richtigen Familienerfahrung sollten wir reif genug sein, um mit Gleichgesinnten in ordentlichen Verhältnissen zu leben. Spitzenresultate können wir nur erbringen wenn wir das Gesamtpaket im Griff haben: mens sana in corpore sano, den gesunden Geist in einem gesunden Körper.

**Welches war bisher für Dich der schönste Moment?**

Es war ein unbeschreiblich grossartiges Gefühl, und ist es immer noch, diese Medaille auf der Brust zu spüren und die Freude des Teams mitzerleben. Aber das Schönste war für mich, auf dem Bildschirm zu sehen, wie stolz und überwältigt meine Familie zu Hause war, da verdrückte auch ich ein paar Tränchen.

Beim Verabschieden sprach ich ihn an auf den Schuhlöffel. Mit einem Blick auf meine grauen Haare lächelte er verschmitzt: «der ist für unsere Besucher!» Frechdachs!

[www.pablobraegger.ch](http://www.pablobraegger.ch)

# Metall Line CNC GmbH – Wir fräsen, drehen und fertigen Ihre Teile nach Zeichnung

Wir bearbeiten Ihren Auftrag von A – Z; von der Materialbeschaffung bis zur Lieferung des fertigen Produktes in Ihr Haus. Ob Einzelteile oder Grossserien, wir produzieren Teile aus Alu, Stahl, Titan, Messing, Bronze, Magnesium oder Kunststoff usw.



**Neben CNC-Fertigungen (Fräsen/drehen) bieten wir auch Kellertechniken an;**

## Microoxydation

Weinqualität im Vordergrund

- Die Sauerstoffdosierung erfolgt durch die Diffusion des Sauerstoffes durch die Wandung der Diffusionsmembrane. Der Betriebsdruck und die Länge der Membrane bestimmen den Sauerstoffeintrag in den Wein.
- Das Gerät zur Flusskontrolle wird anschliessend an die Sauerstoffflasche montiert. Eine zusätzliche Drossel in der Sauerstoffleitung reduziert den Sauerstofffluss auf ein Minimum. Diese Drossel garantiert, dass während des Betriebes der Sauerstofffluss immer sehr gering ist.
- Der Schaltkasten zur Druckregulierung der einzelnen Diffusionsmembranen beinhaltet X Druckregler mit Manometern. Am Schaltkasten kann der Druck für sämtliche Diffusionsmembranen individuell eingestellt werden.
- Führung der Sauerstoffleitungen durch Kabelkanäle.

**Das Montageprinzip ist äusserst flexibel ausgerichtet. Anpassungen und Erweiterungen der Anlage sind jederzeit möglich. Durch die individuelle Druckregulierung der einzelnen Diffusionsmembranen ist die benötigte Sauerstoffversorgung der Weine gewährleistet.**

## Venturirohre

Anwendung und Einsatzmöglichkeiten

- Belüftung von Rot- und Weissweinen direkt nach der Gärung sowie in der Ausbauphase.

- Bei einer vollständigen Belüftung mittels Venturirohr erfolgt ein Sauerstoffeintrag von ca. 8 mg/ L. Dies entspricht der Menge von ca. zwei offenen Umzügen. Es können mit dem Venturirohr auch Teilbelüftungen vorgenommen werden.

## Austreiben von CO2

- Durch Beschickung des Venturirohres mit Stickstoff-Gas, kann mit einem einzigen Durchpumpen die Kohlensäure aus dem Wein entfernt werden.

## Schönungen

- Während des Pumpvorganges können auch Lösungen von Schönungsmitteln kontinuierlich dem Wein zudosiert werden. Dies garantiert eine optimale Feinverteilung und Wirkung der Schönung.

## Leistung

- Das Venturirohr ist mit verschiedenen Einsatz-Düsen lieferbar. Das Leistungsspektrum bewegt sich zwischen 2000 bis 7000 Liter pro Stunde.

## Anschlussgewinde

- Beidseitig Milchgewinde DIN 40 (Aus-sengewinde)

## Vakuum-Verkorkung

Zeit- und Kostenvorteil sowie ein optimiertes Produkt.

- Die Vakuumverkorkung optimiert Ihre Verschluss-technik.
- Das Nachrüsten auch älterer Maschinentypen bringt Ihre Verschluss-technik auf den neuesten Stand.

- Einkopf wie auch mehrköpfige Maschinentypen können individuell nachgerüstet werden.

## Vorteile der Vakuumverkorkung

- Die Flaschen können sofort nach der Füllung liegend gelagert werden.
- Nach der Verkorkung weisen herkömmlich verkorkte Flaschen einen Überdruck bis 3 bar aus (Rinner).
- Vakuum verkorkte Flaschen liegen im Bereich von 0-0,2 bar Überdruck nach der Verkorkung.
- Keine Rinner durch Überdruck.
- Temperaturunterschiede vom abzufüllenden Wein und der eventuell höheren Lager- und Zwischenlagertemperatur werden durch das Flaschenvakuum kompensiert.
- Kein Hochziehen des Weines an den Seitenflächen des Korkens.
- Bessere Dichtheit des Korkens.
- Längere Verschluss-Dichtheit auf Jahre.
- Höhere Lagerfähigkeit Ihres Produktes.
- Keine verunreinigten Etiketten bei liegender Lagerung.

**Das Verschliessen mit Kunststoffstopfen wird durch die Vakuumierung ermöglicht.**

Metall Line CNC GmbH

Hof 141 / Lutzenberg, 9425 Thal

Telefon 071 534 92 70

Fax 071 534 92 70

Mobil 076 449 32 21

E-Mail frudnicki@hispeed.ch

# Was hätte Eva wohl getan ...

... wenn sie auf dem ominösen Apfel gelesen hätte «8ung Gefahr!» oder «Eva, Pfoten weg!»? Hätte sie das verlockende Obst trotzdem angeknabbert, oder vielleicht vorsichtshalber zuerst an Adam verfüttert?



Welch drollige Version der Schöpfungsgeschichte müssten wir wohl unseren Kleinen jetzt vorsetzen? Auch Schneewittchen wäre für eine Warnung sicher dankbar gewesen. Wie auch immer, im Paradies gab es leider noch kein beschriftetes Obst und ob Eva und Schneewittchen lesen konnten ist auch nicht überliefert.

Solche Malheurs können jetzt nicht mehr passieren. Mit modernster Lasertechnik beschriften wir für Sie Äpfel, aber auch Orangen, Eier etc. problemlos mit Logos, Slogans, Botschaften, Daten oder eben auch Warnungen wie: Vorsicht, ich liebe Dich!

Auskunft über diese originelle Art, auf einem gesunden Werbeträger Ihre persönliche Botschaft auf sympathische Art mitzuteilen erhalten Sie bei uns, den Spezialisten vom Laserzentrum Schweiz, integriert in der Rheinobst Genossenschaft.

In der Seminar-Pause gesunde Äpfel anbieten mit Ihrem Firmenlogo? Ihren Hotelgästen eine frische Erinnerung mitgeben mit dem Gruss «bon voyage, Hotel Bären»? Ihre Ausstellung, Präsentation oder Werbekampagne mit einem essbaren Werbeträger unvergessen machen? Ihren Verein und sein Emblem noch bekannter machen? Kein Problem! Fragen Sie uns, wir zeigen Ihnen viele Möglichkeiten und wie's geht.

Diese geniale Werbe-Idee ist eine spezielle Dienstleistung der Rheinobst Genossenschaft. Unser Kerngeschäft ist die Produktion und Lagerung von Äpfeln, Birnen und Kirschen. Von hier versorgen wir Abnehmer jeder Grössenordnung über verschiedene Kanäle mit gesunden, schmackhaften Tafel Früchten in bester Qualität.



Rheinobst Genossenschaft  
Laserzentrum Schweiz

Industriestrasse 18  
9434 Au

Telefon 071 744 17 43  
E-Mail laserzentrum@rhein-obst.ch

 [www.laser-apfel.ch](http://www.laser-apfel.ch)



# NO LIMITS

**LÄNGER  
NÄHER  
BESSER**

**GOLFCLUB GAMS-WERDENBERG  
WWW.GOLFGAMS.CH**

Haagerstrasse · Postfach 113 · CH-9473 Gams  
Tel. +41 (0) 81 772 40 00 · Fax +41 (0) 81 772 40 02  
info@golfgams.ch · www.golfgams.ch

# IM HERZEN DES RHEINTALS

# Das Gute liegt so nah!



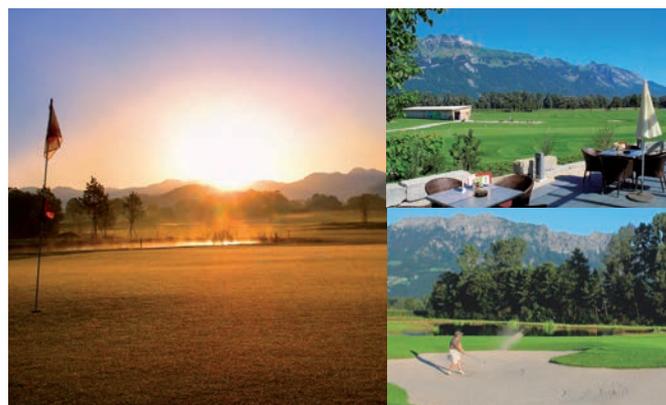
**Warum denn in die Ferne schweifen? Offene Flächen, grosszügige Greens und geschickt angelegte und in die Landschaft integrierte Wasserhindernisse werden vom internationalen Klientel des Golfplatzes Gams-Weidenberg geliebt und geschätzt. Der idyllische Golfplatz im Herzen des Rheintals lädt Jung und Alt zum Spiel ein und ist für Anfänger und Könner eine abwechslungsreiche Herausforderung. Und dies zu absolut attraktiven Konditionen. Also: Warum in die Ferne schweifen, wenn das Beste vor der Haustüre liegt?**

Umgeben von einer imposanten Bergkulisse mitten im Rheintal liegt der noch junge und top-gepflegte Golfplatz Gams-Werdenberg. Vom sonnigen Klima des Rheintals unterstützt und vor Nebel geschützt, strahlt dieser moderne und in die attraktive Landschaft integrierte Golfplatz pures Lebensgefühl aus. Jede Jahreszeit und jede Tageszeit hat ihren speziellen Reiz, der von den internationalen Mitgliedern gleichermaßen geschätzt wird. Die üppige Vegetation sowie die ruhige, erholsame Lage, leisten wesentliche Beiträge, um sich von der Hektik des Alltags in der freien Natur bei attraktiver sportlicher Betätigung zu erholen. Internationale Standards, höchste Professionalität, aber auch die unverwechselbare familiäre Gastfreundschaft machen den Golfplatz Gams-Werdenberg zu DER Golfadresse in der weiteren Region. Und nicht zuletzt tragen attraktive Mitgliedschaftsvarianten dazu bei, dass sich Golf Freunde in Gams-Werdenberg rundum wohl fühlen.

Die äusserst grosszügige Driving-Range lädt Könner und Anfänger zum Training ein. Auf der über 10'000 m<sup>2</sup> grossen Pitching Area haben Sie alle Möglichkeiten, Ihr Kurzspiel zu üben und zu verbessern. Bunker sowie ein grosses Putting Green mit 18 Löchern stehen ebenfalls perfekt gepflegt zur Verfügung. Weiter bieten zehn überdachte Boxen sowie weitere zehn Abschlagmatten im Freien die optimale Infrastrukturen für lange Schläge. Und nicht zuletzt: Die erfahrenen Pros der Golf Academy helfen Ihnen gerne, Ihr Spiel nachhaltig zu verbessern.

Das Clubhaus, in zeitgemässen Stil erbaut, beinhaltet alles, was Sie für Ihr Golfspiel benötigen: Einen Proshop, grosszügige Garderoben, einen Caddyraum sowie einen Reinigungsplatz für Ihr Golfequipment. Darüberhinaus stehen bei Bedarf modernste Golfcarts zur Verfügung. Und dies unmittelbar vor der Haustüre im Herzen des Rheintals. Das stilvolle Clubrestaurant mit traumhafter Aussicht auf die Driving-Range und die imposante Bergkette des Alpsteins lädt zu gemütlichem Beisammensein vor und nach einer Golfrunde ein; sei es auf einen wohlverdienten Drink oder ein schmackhaftes Essen mit regionalen Spezialitäten und Köstlichkeiten.

**Herzlich willkommen in Gams-Werdenberg!  
Denn das Gute liegt so nah!**



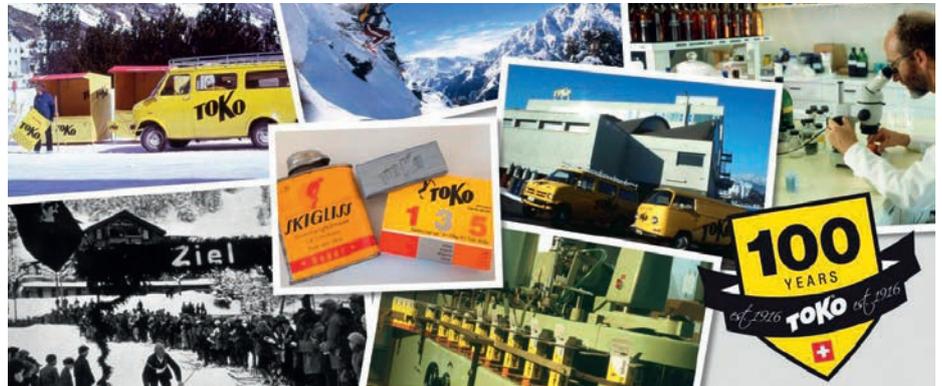
## Informationen über Mitgliedschaften / Angebote

Der Golfclub Gams-Werdenberg bietet für Golf-Interessierte jeden Alters interessante und attraktive Mitgliedschaftsvarianten an. Die lange Saison und perfekte Bespielbarkeit des Platzes sowie die attraktiven Jahresbeiträge runden unsere vorteilhaften Angebote ab. Gerne informieren wir Sie über die verschiedenen Möglichkeiten.

# 100 Jahre TOKO – 100 Jahre Schweizer Qualität

2016 feiert TOKO in Altstätten sein 100jähriges Firmenjubiläum. Seit der Gründung steht die traditionsreiche Schweizer Marke für Innovationskraft, höchste Qualität und einzigartige Performance im Wax- und Textilpflegegeschäft.

1916 erfolgte die Gründung der Einzelfirma Tobler mit der Herstellung und dem Verkauf von Pflegemitteln für Militärstiefel und Schuhe von Jägern, Fischern und verwandten Berufen. Die Produktion erfolgte zu Anfang in der Waschküche des Wohnhauses und ein Holzschopf diente als Lagerraum. 12 Jahre später wurde das erste Fabrikgebäude gebaut und 1933 startete die Herstellung sowie der Verkauf von Skiflegemitteln. Weltweite Bekanntheit erzielte das Produkt SkiGliss – ein rot eingefärbter Beschichtungslack für Holzski, welcher schon vor dem Zweiten Weltkrieg in alle Welt exportiert wurde. Der Durchbruch im alpinen Skisport gelang 1940 mit der Markteinführung des legendären Aufreibwaxes 1-3-5. Bereits bei den Olympischen Winterspielen 1948 in St. Moritz übernahm TOKO den offiziellen Waxservice und blieb auch von 1972 bis 1978 bei Grossveranstaltungen wie Weltmeisterschaft und Olympischen Spielen der «Official Wax Consultant». In dieser Zeit wurde das Heisswachskonzept mit dem bis heute unveränderten Farbkonzept gelb (warm) – rot (mittel) – blau (kalt) lanciert. In den späten 80er Jahren kam im Langlauf der Skating Stil auf, wofür TOKO den speziellen Skating-Wax auf den Markt brachte. In den folgenden Jahren werden die High End Waxe wie Wet Jet, Jet-Stream, 100% Fluor Waxe und teilfluorierte



Flüssigprodukte wie NanoTec forciert. Über die Jahre haben sich die TOKO-Produkte stets den aktuellen Technologien angepasst und sportliche Erfolge erzielt. Diverse Weltmeistertitel, Olympiasiege und Weltcup-Erfolge beweisen, dass TOKO-Produkte ihrem guten Ruf mehr als gerecht werden. Durch die enge Zusammenarbeit mit den Athleten und deren Serviceleuten fliessen auch heute wichtige Rückmeldungen direkt in die Entwicklung von neuen Produkten ein.

## Vom Wax zum TOKO Proof Sortiment

Frisch von der Stange ist eine Funktionsausrüstung sowohl atmungsaktiv als auch wetterfest und damit für jedes Outdoor Abenteuer gewappnet. Mit der Zeit und nach einigen Wäschen nimmt die Hightech Ausrüstung Schaden und lässt in ihrer Wirkungsweise nach. Der Trend zu atmungsaktiver, funktionaler Bekleidung führte bei TOKO schon 1998 zur Lancierung der eigenen Schuh- und Textilpflegelinie für den Sportfachhandel. Durch die Verwendung von TOKO Care Produkten wird die Funktionalität sichergestellt und die Lebensdauer der Funktionstextilien verlängert.

Neu im TOKO Proof Sortiment ist die fluorfreie TOKO Eco Wash-In Imprägnierung. Sie wird einfach und sauber mit dem nächsten Wasch-

gang erledigt und bietet eine Alternative für alle, die mit optimalem Wetterschutz ganz schnell durchstarten wollen. Zur Schonung der Umwelt hat TOKO mit den Eco Wash- und Eco Proof-Produkten eine neue, besonders ressourcenschonende und umweltverträgliche Generation von Wasch- und Imprägniermitteln entwickelt. Die Eco-Produkte sind wie die anderen Care Line-Produkte speziell auf die Materialien hochwertiger Funktionstextilien und Schuhe abgestimmt. Um effektiven Schutz, optimale Pflege und Werterhaltung der Ausrüstung braucht man sich deshalb keine Gedanken mehr zu machen.

Seit dem Beginn der Marke TOKO 1916 befindet sich das Head-Office mit der Geschäftsleitung, dem Marketing, dem Produktmanagement und der Forschung & Entwicklung in der Schweiz. Damals, heute und auch in Zukunft garantieren das Know-how und die hochstehenden Produkte von TOKO auch Ihren Ski, Boards, Textilien und Schuhen höchste Funktionalität und Langlebigkeit. Wo immer Sie sich in der Natur aufhalten – auf TOKO können Sie sich verlassen!



Zwei legendäre Produkte aus der TOKO Geschichte: Skigliss und der Aufreibwax 1-3-5.



Pflegeprodukte von TOKO sind der beste Schutz zur Werterhaltung moderner, multifunktionaler Textilien.



TOKO-SWIX Sport AG

Industriestrasse 4, 9450 Altstätten

E-Mail [info@toko.ch](mailto:info@toko.ch)

[www.toko.ch](http://www.toko.ch)

# Restaurant Molseralp – ein Bergtraum wie zu Heidis Zeiten

Die Region Flumserberg bietet für Alt und Jung jede Menge Aktivitäten, seien es im Winter eine Vielzahl von Skipisten, im Sommer das grosse Netz an Wanderwegen, das Schlager-Open-Air und das Jazzfestival oder die neue Rodelbahn bei den Maschgenkambahnen.

Dort liegt auf 1400 Meter über Meer das Restaurant Molseralp in Flumserberg. Die einzigartige Lage macht den gemütlichen Familienbetrieb während des ganzen Jahres zum idealen Ausgangspunkt für Unternehmungen in der wunderbaren Alpenwelt der Flumserberge.

Das Restaurant Molseralp bietet aber nicht nur eine schöne Aussicht ab der Sonnenterrasse und viel Freizeitvergnügen, sondern auch kulinarische Spezialitäten in gemütlichem Ambiente. «Unser Käsefondue, das grosse Molseralpschnitzel und die Cordon-bleu-Weltreise mit 10 verschiedenen Cordon-bleu sind weit herum bekannt. Nebst den à la carte Gerichten bieten wir aber auch preisgünstige Tagesteller mit saisonalen Produkten an», sagt René Bucher, Gastgeber in der Molseralp. Die Milch für die Produkte wie Käse, Joghurt, Butter und Molke kommen während der Alpzeit aus dem haus-eigenen Landwirtschaftsbetrieb mit 100 Kühen. Die Käseerei produziert pro Jahr 3000 Laibe feinsten Alpkäse, die im Verkaufsladen gerne von Wanderern und Feriengästen gekauft werden.



Ruhig gelegen ist das Restaurant Molseralp auch ein vorzüglicher Platz für Veranstaltungen, Seminare und Festlichkeiten. «Unsere Räumlichkeiten fassen in Essbestuhlung 120 Personen. Die Räume sind trennbar, damit die Seminarteilnehmer in Ruhe ihrer Arbeit nachgehen oder ihre Feste feiern können», so Aline Bucher. In Verbindung mit dem grossen Angebot an Aktivitäten und der Zugänglichkeit für Fahrzeuge und Busse, wird so jede Veranstaltung zu einem unvergesslichen Erlebnis.

Sollten die Gäste längere Zeit auf der Molseralp bleiben wollen oder früh ihre Wanderung beginnen, bieten René und Aline Bucher gemütliche Zimmer und ein grosses Massenslager an. Bei Tagesanbruch wird mit dem Sonnenaufgang dann ein Bergtraum wahr, wie ihn wohl Heidi selbst vor vielen Jahren erlebt hatte. Und dank dem währschafenen Früh-

stück der Familie Bucher im Restaurant Molseralp steht einem erholsamen Tag im schönen, sehenswerten und erlebnisreichen Heidiland nichts mehr im Weg!



Die Familie Bucher kümmert sich persönlich und mit viel Herzblut um das Wohl ihrer Gäste.



Restaurant Molseralp

Molseralp 2536, 8898 Flumserberg  
Telefon 081 710 18 51

Öffnungszeiten  
täglich geöffnet ab 8 Uhr  
sonntags ab 18 Uhr geschlossen

 [www.molseralp.ch](http://www.molseralp.ch)



Gemütliches Ambiente mit lokalen Produkten und kulinarischen Köstlichkeiten findet man im Restaurant Molseralp.



3000 Laibe Alpkäse werden jährlich in der eigenen Käseerei hergestellt.

# Erlebnis Walensee

Für die meisten Besucher der Walensee-Region ist eine Schifffahrt das Highlight des Tages. Ob Sie Ihre Fahrt auf dem See in fröhlicher Gesellschaft geniessen, in trauter Zweisamkeit oder allein, in philosophische Betrachtungen versunken, ein aussergewöhnliches Erlebnis ist es immer. Der überwältigende Anblick der Churfürsten über dem See lässt zusammen mit der atemberaubenden Kulisse Bilder entstehen und schafft Erinnerungen, die man nie mehr vergisst.

Haben Sie nur wenig Zeit? So erreichen Sie den Süden schneller: machen Sie auf Ihrer Walensee-Fahrt Zwischenhalt in Quinten. Eine Laune der Natur hat diesem idyllischen Fleckchen Erde ein südliches Klima beschert, welches sogar Palmen, Feigen und Kiwis bestens gedeihen lässt. Geniessen Sie zu Ihrem Z'Mittag oder Z'Vieri ein Glas Quintner Wein und zelebrieren Sie das Leben.



Auch sonst hat der Walensee viel mehr zu bieten als im Vorbeifahren zu sehen ist. Ein besonders starker Magnet für Erlebnisfreudige aus nah und fern sind die Spezialangebote und kulinarischen Themenfahrten. Chinoise-Schiff, Country-Cruiser, Barbecue- und Wild-Schiff sind nur ein kleiner Querschnitt durch das saisonal angepasste Themenangebot.

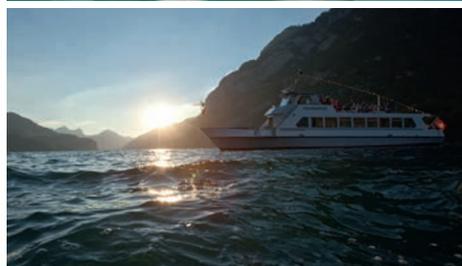
Möchten Sie Ihren Firmenanlass oder Ihre private Feier in einem ganz besonderen Rahmen erleben? Empfangen Sie Ihre Gäste auf Ihrem eigenen Schiff! Profitieren Sie von der kompetenten und freundlichen Beratung und lassen Sie sich ein individuelles Angebot zusammenstellen.

Heiraten auf dem Schiff? Machen Sie Ihren schönsten Tag für sich und Ihre Gäste zum einmaligen Märchenerlebnis und schippern Sie auf dem Walensee in den Hafen der Ehe. Eine Apéro-Fahrt, oder die Trauungszeremonie mit einem anschliessenden Essen an Bord verleihen Ihrer Hochzeit die Note des absolut Besonderen.



**Willkommen auf dem Walensee, willkommen an Bord.**

Kinder von 6 bis 16 Jahren in Begleitung eines Elternteils fahren jeden 1. Samstag im Monat gratis. Senioren erhalten die Tageskarte von Juni bis Saisonschluss zum halben Preis. Mehr darüber und weitere Angebote sowie den Kursfahrplan finden Sie auf [www.walenseeschiff.ch](http://www.walenseeschiff.ch)



Schiffsbetrieb Walensee AG

Costenstrasse 11, 8882 Unterterzen

Telefon 081 720 34 34

E-Mail [info@walenseeschiff.ch](mailto:info@walenseeschiff.ch)

 [www.walenseeschiff.ch](http://www.walenseeschiff.ch)

# Neu-Schönstatt, Hotel und Bildungszentrum

Hoch über dem Walensee steht an herrlicher Lage der markante Hotelkomplex der Bildungsstätte Neu-Schönstatt, eine Oase der Ruhe und Inspiration, fernab der Hektik des Alltags. Die grandiose Aussicht bietet ein Panorama mit Blick auf die gegenüber hochragenden, zum Berühren nahe scheinenden Churfürsten und hinab auf den malerischen Walensee.



Mitten in der Tourismusregion Heidiland situiert, ist Neu-Schönstatt zu jeder Jahreszeit der optimale Ausgangspunkt. Im Frühling, Sommer und Herbst locken Ausflüge in die vielen Wandergebiete oder sonnige Tage am und auf dem nahen Walensee. Im Winter lädt das nahegelegene Skigebiet mit den Flumser Bergbahnen ein zu Spiel, Sport, Geselligkeit und Erholung.

Das Hotel-Angebot umfasst 60 grosszügig bemessene, gemütlich ausgestattete Einzel- und Doppelzimmer mit Bad, Dusche und WC, die meisten mit einmaligem Ausblick auf den See. Den Gästen stehen eine schöne Dachterrasse, eine Bibliothek, ein Gymnastikraum und Fernsehzimmer zur Verfügung. 5 geräumige Apartments ermöglichen individuelles Wohnen für Familien.

Ein speziell konzipiertes Familien- und Jugendzentrum mit 79 Betten und eigener Küche bietet diverse Aufenthaltsräume, ein Spielzimmer und einen Aussenbereich mit Kinderspielplatz und Spielwiese. Das optimale Szenario für entspannende Ferien im Familienkreis, kurzweiligen Zeitvertreib und Kreativität in jeder Jahreszeit.

Für Sitzungen, Seminare und Schulungen stehen technisch ausgestattete Räume für Gruppen von 4 bis 200 Personen bereit. Aufgrund der schnellen Erreichbarkeit über das gut ausgebaute Autobahnnetz ist das Bildungszentrum Neu-Schönstatt als Tagungsort eine der Lieblingsadressen für Unternehmen, Handel, Gewerbe und Industrie. Mit einer Tiefgarage, 80 PW- sowie 3 Busparkplätzen ist für's Parken gut gesorgt.

Die genussvolle, regional geprägte Küche wird im Restaurant, im Speisesaal und auf der Panorama-Terrasse serviert – hier finden auch die beliebten Grillabende und andere populäre Events statt. Besondere Feste wie Hochzeiten, Geburtstage, Firmenjubiläen oder Weihnachtsfeiern verdienen eine besondere Kulisse. Für seine Lage, die vielschichtige Infrastruktur und grosse Erfahrung im Bankettservice ist Neu-Schönstatt als idealer Ort für Feiern und Anlässe aller Art weitherum bekannt.

Der gesamte Betrieb wird unter christlich-ethischen Aspekten geführt, deshalb wird Wert gelegt auf besonders gastfreundlichen Service. So erleben die unterschiedlichsten Gäste: **«hier steht der Mensch im Mittelpunkt»**



## NEUSCHÖNSTATT

Bildungszentrum Neu-Schönstatt

Josef-Kentenich-Weg 1  
8883 Quarten

Telefon 081 511 02 00  
E-Mail [reception@neuschoenstatt.ch](mailto:reception@neuschoenstatt.ch)

 [www.neuschoenstatt.ch](http://www.neuschoenstatt.ch)



# Gourmetfreuden in der Ostschweizer Sonnenstube

Sonne pur, Hänge mit Rebbergen, reich bestückte Feigenbäume und Kiwistauden, ein smaragdgrüner See mit weissen Booten und ein lauschiges Gartenrestaurant. Nein, es ist nicht vom Tessin die Rede, sondern von Quinten am Walensee.



Carlo Gassner ist seit 1. Januar Mitglied der Gilde etablierter Schweizer Gastronomen.

Das romantische Weindörfchen mit gerade 55 Einwohnern liegt auf einem kleinen Landvorsprung am türkisfarbenen See und ist der einzige Ort in unserem Land, welcher ausschliesslich zu Fuss oder auf dem Seeweg erreichbar ist.

Von Weitem an seinen grossen, roten Markisen erkennbar liegt direkt am Wasser das Seehus Quinten. Das Restaurant ist weit herum bekannt für seine ausgezeichneten Fischspezialitäten und bürgt als Mitglied der «Tafelgesellschaft zum goldenen Fisch» für höchste Qualität. Aber nicht nur Fischliebhaber kommen auf ihre Kosten. Küchenchef Carlo Gassner, der in zweiter Generation das Seehus Quinten führt, ist am 1. Januar 2015 in die Gilde etablierter Schweizer Gastronomen aufgenommen worden, welche für Qualität, Kreativität und Gastlichkeit der angeschlossenen Gourmetrestaurants bürgt. Eine solch hochstehende Küche verlangt natürlich auch nach einem edlen Tropfen. Die Weinkarte bietet über 250 regionale und internationale



Weine, passend für jeden Geschmack und abgestimmt auf jedes Gericht. Wer sich nach dem Essen einen Digestif gönnen möchte, hat die Auswahl von über 100 verschiedenen Grappas.

«An sonnigen, milden Tagen ist der Genuss unseres Angebots am schönsten auf der verglasten Seeterrasse oder unter dem mächtigen Platanenbaum. Bei unbeständigem Wetter können wir uns auf die wetterfeste und heizbare Seeterrasse verlassen, welche wir im Winter 2011/2012 renoviert haben. Auch unser Säli und das Restaurant bieten eine angenehme Atmosphäre», sagt Carlo Gassner.

Das Seehus Quinten ist ein ganz besonderer Ort und bereits auf der Hinfahrt mit dem Schiff freut man sich auf das gemütliche und gediegene kulinarische Erlebnis in Quinten, dem «Tessin der Ostschweiz». Der unbezahlbare Ausblick auf den Walensee und die umliegende Bergwelt sowie das immense Angebot an ausgesuchten Speisen und edlen Weinen ist bei Kennern in weitem

Der Blick vom Garten aus auf den Walensee ist überwältigend.

Umkreis bekannt. Darum ist eine Reservation im Seehus Quinten unbedingt zu empfehlen. Denn es wäre doch schade, wenn sie hungrig die Rückfahrt über den Walensee antreten müssten, ohne die Gastlichkeit im Seehus genossen zu haben!



Seehus Quinten

8878 Quinten

Telefon 081 738 16 64

E-Mail [info@seehusquinten.ch](mailto:info@seehusquinten.ch)

Öffnungszeiten

April, Mai, Oktober: Montag Ruhetag

Ende Mai bis Mitte Oktober: täglich geöffnet  
durchgehend warme Küche

 [www.seehusquinten.ch](http://www.seehusquinten.ch)

# Hier erleben Sie die Symphonie des Wassers

Es gibt sie wirklich noch, die paradiesischen Ruheoasen, wo man richtig ausspannen und die Natur geniessen kann. Das Hotel Gemse im Weiss-tannental ob Mels gehört zu diesen Orten und ist der ideale Ausgangspunkt für ausgedehnte Wanderungen in der wildromantischen Natur und dem Wild- und Naturschutzgebiet.

«Wir haben in den letzten Jahren das Hotel durchgehend modernisiert und können dem Gast in unseren 14 Zimmern mit Dusche, WC und WLAN jede Bequemlichkeit in absolut ruhiger Natur anbieten», sagt Gastgeberin Helen Schönbächler.

Das Hotel Gemse ist der perfekte Ausgangspunkt, um die Wasserfallarena Batöni zu erkunden. Dort, in der abgelegenen Bergeinsamkeit, stürzen nebeneinander der Piltschinabachfall, der Sässbachfall und der Muttenbachfall mit wildem Rauschen aus 80 Meter Höhe die Felswand hinunter. Dieser Platz ist nicht nur ein Fest für die Augen, an dem fünfarmigen Wasser-

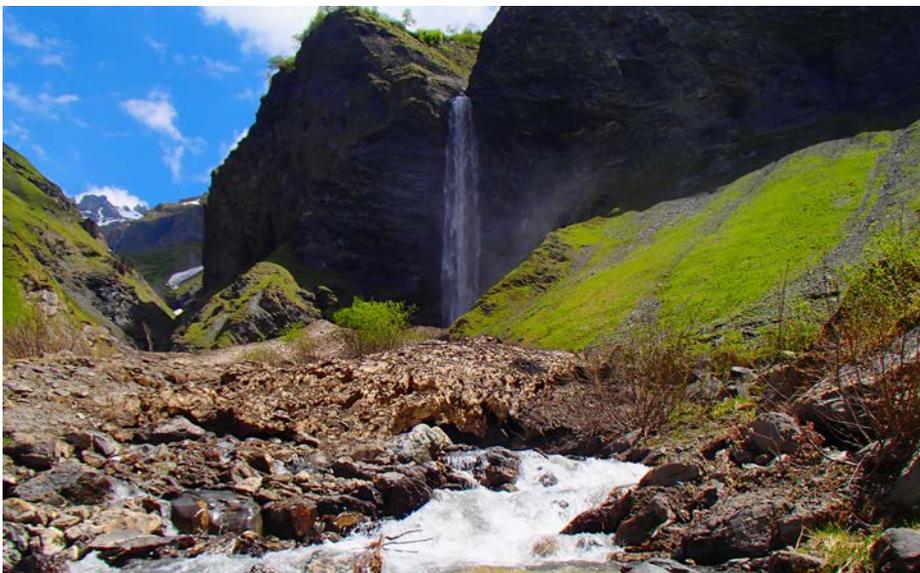


Kraftort kann der Wanderer auch starke, aufbauende Energien aufnehmen und sich ganz vom Ort bezaubern lassen. «Ein Gast meinte, dass er in dieser Gegend die Symphonie des Wassers höre. Das trifft die Einzigartigkeit dieses Ort auf den Punkt», so Helen Schönbächler. Wem die Wasserfälle in der Batöni noch nicht hoch genug sind, sollte den Isengrindfall nicht verpassen. Mit 230 Meter ist er der dritthöchste Wasserfall der Schweiz und ein wirklich sehenswertes Naturwunder. Auf den Wanderungen kann man mit Glück durchaus einmal eine Gämse, einen Steinbock oder einen Hirsch beobachten und Murmeltiere sieht man sowieso fast immer.

Solche Touren machen natürlich hungrig und durstig. Auch dafür ist die Familie

Schönbächler im Hotel Gemse bestens vorbereitet und bietet jede Menge Spezialitäten aus der Region an. Ihre Cordon bleu sind weit herum bekannt, im Herbst wird eine breite Palette an Wildspezialitäten aus heimischer Jagd angeboten und vom Frühjahr bis in den Herbst geniessen die Gäste frische Forellen, blau oder gebacken, aus dem hauseigenen Teich. Passionierte Fischer können im Hotel Gemse ein Fischerpatent lösen und an den rund 20 Kilometer langen Pachtgewässern der wild-romantischen Seez ihr Glück versuchen.

Es gibt viel zu sehen, zu erleben und zu entdecken im naturbelassenen Weissstannental. Die Familie Schönbächler bietet mit ihrem Hotel Gemse dafür die ideale Unterkunft, sei es zur Entspannung, als Ausgangspunkt für erlebnisreiche Wanderungen oder zum Genuss ihrer kulinarischen Spezialitäten.



Hotel Gemse Weissstannen

Weisstannenstr. 240, 7326 Weissstannen

Telefon 081 723 17 05

E-Mail [hotelgemse@weisstannen.ch](mailto:hotelgemse@weisstannen.ch)

[www.weisstannen.ch](http://www.weisstannen.ch)

# Ein schöner Platz für eine Übergangspflege oder den Lebensabend

Die Zeit zwischen einem Spitalaufenthalt und dem definitiven Platz in einem Pflege- oder Seniorenheim ist für eine nachhaltige Genesung ausserordentlich wichtig. Mit vorzüglicher medizinischer und therapeutischer Versorgung ist das Pflegezentrum Linthgebiet für die Rehabilitationsphase und als Wohnsitz eine gute Adresse in der Region.



Viele Leute assoziieren ein Pflegeheim mit der letzten Station im Leben. Das Pflegezentrum Linthgebiet sieht seine Rolle aber anders und weitreichender. «Ungefähr ein Viertel der Bewohner lebt vorübergehend, das heisst ungefähr 1–3 Monate, in unserem Wohn- und Pflegezentrum. Dank einer liebevollen und professionellen Übergangspflege verlassen uns viele Gäste nach dieser Zeit wieder und kehren zurück nach Hause oder wechseln in das bevorzugte Altersheim ihrer Wohnortgemeinde», erklärt Jürg Heer, Geschäftsleiter des Pflegezentrums Linthgebiet in Uznach. Das bestens ausgebildete Fachpersonal bietet die optimale Pflege während der Rehabilitationsphase nach einem Spitalaufenthalt. Dazu kommt die direkte Nachbarschaft zum

Spital Linth, welches die medizinische und therapeutische Versorgung im Pflegezentrum sicherstellt. «Das ist ein ganz grosser Vorteil und hebt uns von anderen Heimen ab. Der Chefarzt Geriatrie vom Spital Linth ist gleichzeitig der Hausarzt unseres Pflegezentrums und führt persönlich die wöchentlichen Visiten durch. Auch die Physiotherapie erfolgt bei uns durch Spezialisten des Spital Linth. Dank der unterirdischen Verbindung zum Spital ist zudem bei Notfällen schnell ein Arzt zur Stelle. Das erhöht die Sicherheit für unsere Bewohner», so Jürg Heer. Die ärztlich angeordneten Therapien werden von der Krankenkasse bezahlt und an die Pflegekosten leisten die Krankenkassen und im Kanton St. Gallen die Gemeinden einen Beitrag.

Jürg Heer legt mit seinen gut 100 Mitarbeitenden grössten Wert auf den respektvollen Umgang mit seinen Gästen des Hauses. Mit unterstützender Hilfe, liebevoller Pflege und professioneller Betreuung soll der Aufenthalt oder der Lebensabend im Wohn- und Pflegezentrum Linthgebiet für jeden Mitbewohner möglichst sorgenfrei gestaltet werden. Das Pflegepersonal sorgt sich mit Herzlichkeit und Zuneigung um die Anliegen und für das Wohlbefinden der gut 70 Bewohnerinnen und Bewohner. Obwohl gut ein Viertel der Bewohner nach einer Übergangspflege wieder nach Hause oder ins Altersheim zurückkehrt, will das Wohn- und Pflegezentrum auch für ältere Menschen ein neues Zuhause sein. «Es freut uns sehr, dass sich



Gesicherte Spazierwege und der naturnahe Park bringen den Bewohnern viel Freiraum.

immer mehr Betagte zusammen mit ihren Angehörigen entscheiden, ihren Lebensabend in unserem Wohn- und Pflegezentrum zu verbringen. Das zeigt, dass sich die Bewohner im Pflegezentrum wohl fühlen», sagt Jürg Heer.

### Ferienbetten zur Entlastung der Familienangehörigen

Die private Betreuung von pflegebedürftigen Menschen erfordert viel Kraft und Zeit. Auch wenn die Angehörigen dies mit viel Liebe und Energie machen wollen – irgendwann sollten auch sie sich eine Auszeit und etwas Erholung gönnen. Dazu bietet das Pflegezentrum Linthgebiet Ferienbetten an, welche Erholung und Entlastung für die Pflegebedürftigen und die Betreuenden bieten. «Mit unserem Ferienangebot für pflegebedürftige Menschen unterstützen wir betreuende Familienangehörige, Nachbarn und Bekannte. So können auch diese sich einmal ausruhen und erholen», erklärt Jürg Herr. Gleichzeitig kann während des Aufenthalts der Alltag im Wohn- und Pflegezentrum kennengelernt werden. Damit hilft ein Ferienaufenthalt auch, dass sich die Feriengäste und deren Angehörige besser für einen definitiven Heimeintritt entscheiden können, falls es zuhause für alle Beteiligten immer beschwerlicher wird.



Im Sommer lädt die Pergola im Garten Bewohner und Besucher zum Verweilen ein.

Ob für die Übergangspflege, ein Ferienbett oder als Zuhause für einen schönen Lebensabend; das Pflegezentrum Linthgebiet ist in der Region dank dem ausgezeichneten Fachpersonal und der Nähe zum Spital Linth auf jeden Fall eine sehr empfehlenswerte Adresse für Senioren und Seniorinnen. Diese dürfen sicher sein, hier über kurz oder lang ein lebenswertes Alter zu geniessen. Vereinbaren Sie einen Beratungs- und Besichtigungstermin. Jürg Heer wird sie gerne vor Ort persönlich über die vielen Vorteile informieren.



Pflegezentrum Linthgebiet

Gasterstrasse 19, 8730 Uznach

Telefon 055 285 50 02

Fax 055 285 50 20

E-Mail [info@pflegezentrum-linth.ch](mailto:info@pflegezentrum-linth.ch)



Für ein abwechslungsreiches Programm ist stets gesorgt.

# Kirche im Prisma – Die Kirche, die bewegt!

Die «Kirche im Prisma» in Rapperswil ist alles andere als langweilig und eintönig. Hier werden Gottesdienste lebendig, aktiv und mit Spass gefeiert.

Prisma versteht sich als Platz, wo Leben und Glauben, Mensch und Gott, Diesseits und Jenseits auf der Grundlage der Bibel zusammenfinden. Wir gestalten die Gottesdienste lebensnah und zeitgemäss, ohne dabei das Evangelium neu zu erfinden. Aktuelle Fragen und Themen stehen im Mittelpunkt. Mit modernen audiovisuellen Mitteln und Theaterszenen werden diese lebensnah und zeitgemäss umgesetzt. Daraus entstehen Veranstaltungen, welche durch eine hohe Qualität geprägt sind und eine Atmosphäre vermitteln, wo sich auch neue Besucher sofort wohlfühlen. Hier findet jede Generation ihr persönliches und bedürfnisgerechtes Angebot.

Dass die Kirche nicht nur den Erwachsenen offen steht, beweist das breite Angebot für Kinder und Jugendliche. Die «Chinderwisä» ist für Kinder bis 3 Jahre und liebevoll mit vielen tollen altersgerechten Spielsachen eingerichtet. Das «Chinderland» ist auf die Bedürfnisse von Vorschulkindern bis zum 2. Kindergarten ausgerichtet und bietet ein vielfältiges Angebot an Spielsachen und Möglichkeiten, sich aktiv zu bewegen. Für die Kinder zwischen der 1. und 6. Klasse ist der «Kidsträff» bestimmt, wo jeden Sonntagmorgen ein kindergerechter Gottesdienst gefeiert wird. «Unser Ziel ist, dass die Kinder Freude haben, ihren Selbstwert und ihre Persönlichkeit stärken und den Glauben finden. Darum legen wir grossen Wert darauf, die uns anvertrauten Kinder zu kennen und sie als Individuum zu behandeln. Diese



Vielfältig gestaltete und visualisierte Gottesdienste sind das Markenzeichen der Kirche im Prisma.



Betreuung gibt ihnen ein gutes Fundament und sie sind besser auf die Teenie-Phase vorbereitet», sagt Daniel Abbühl, der als Vollzeitangestellter die Chinderchilä im Prisma leitet. Die Kinder sind in Kleingruppen unterteilt und dürfen sich in den grosszügigen und modern ausgestatteten Gruppenräumen beschäftigen und austoben. Der Bibelinhalt wird spielerisch behandelt und bedürfnisgerecht in jeder Altersstufe vermittelt. Die Bibelgeschichten beginnen zu leben, sind spannend und zielen mitten ins Leben der Kinder von heute. Auch als Teenies sind die Kinder immer noch willkommen und haben ihren eigenen Raum, wo auch mal eine Disco stattfindet oder eine Band «abrockt».

Die 1883 in Rapperswil gegründete Kirche im Prisma ist nahe an den Bedürfnissen der Menschen, nimmt aktuelle Fragen und Themen auf und setzt sie mit modernen Mitteln und in attraktiver Form um. Ein Platz, welcher allen offensteht, die sich für den Glauben interessieren und nach einem tieferen Lebenssinn suchen. Schauen Sie rein, in die «Chilä, wo bewegt!»



Zentrumsnah gelegen heisst die Kirche im Prisma jeden Besucher und jede Besucherin willkommen.



Teenager und junge Erwachsene haben ihren eigenen, coolen Raum.



Im Auditorium wird der Bezug zu Gott und der Bibel zeitgemäss gelebt.

Kirche im Prisma

Glärnischstrasse 7, 8640 Rapperswil

Telefon 055 220 26 26

Fax 055 220 26 60

E-Mail [info@prisma-online.org](mailto:info@prisma-online.org)

 [www.prisma-online.org](http://www.prisma-online.org)

# Ein Auszeit zur Besinnung auf sich selbst

Ein Kloster ist ein Platz der Stille und der Gottsuche, aber kein abgekapselter Ort. Das gilt auch für das Kloster St. Otmarsberg, welches über Uznach thront und einen grossartigen Blick auf die Alpen, die Linthebene und den Zürichsee freigibt.



«Nebst dem Gebet, in dem die Mönche stellvertretend für die Menschen vor Gott stehen und unseren anderen Aufgaben für die Welt von heute ist das Benediktinerkloster St. Otmarsberg auch ein Ort der Gastfreundschaft, der Einkehr, des Gebetes und des geistlichen Gesprächs für unsere Gäste», sagt Abt Emmanuel.

Jedes Jahr besuchen zwischen 5000 – 6000 Personen, davon über 1000 Jugendliche und Kinder, im Kloster St. Otmarsberg die Gottesdienste und kulturellen Anlässe. Als Gäste willkommen sind bei den Benediktinermönchen aber auch Männer, welche eine Zeit der Stille, des Gebetes und der Neuorientierung suchen. «Unser Ange-

bot «Kloster auf Zeit» nutzen jährlich rund 150 Gäste, welche im Schnitt eine Woche bleiben», erzählt Abt Emmanuel. Während dieser Auszeit können Männer die Lebensform der Gemeinschaft teilen und den Alltag der Mönche kennenlernen. Der strukturierte Tagesablauf der Mönche, Stille, Musse und Gebet, wie auch die Möglichkeit einer geistlichen Begleitung durch erfahrene Mönche hilft, das eigene Leben zu vertiefen, Krisen zu bewältigen oder eine notwendige Neuorientierung einzuleiten.

Das Angebot «Kloster auf Zeit» richtet sich an alle Männer, die Gott suchen und zu ihrem gewohnten Alltag Abstand finden wollen. Grössere Ruhe, innerer Frieden, Orien-

tierung in Lebensfragen und neue Kraft für die anstehenden Herausforderungen der eigenen Biografie gehören zu den positiven Wirkungen von «Kloster auf Zeit». «In unserer hektischen, schnelllebigen und von Mobiltelefon und Computer getriebenen Zeit kann ein Rückzug und die Besinnung auf sich selbst eine unglaubliche Erfahrung sein. Sich mit dem eigenen Ich zu konfrontieren ist aber auch eine grosse Herausforderung, denn sie bringt die Realität des Lebens an den Tag», sagt Abt Emmanuel und empfiehlt eine Auszeit im Kloster jedermann, der die Auseinandersetzung mit sich selbst sucht. «Mit Gesprächen, dem Gebet und der Aufnahme in unsere Gemeinschaft begleiten wir mit Nächstenliebe den Gast bei der Findung zu sich selbst. Diese Nächstenliebe muss immer mit Mut und Verstand verbunden werden. So wird die Begegnung mit dem Gast stets eine gegenseitige Bereicherung», erklärt Abt Emmanuel.

Fühlen Sie sich von Gott angerührt oder möchten Sie einfach einmal sich selber kennenlernen? Der Gastbruder, Br. Arthur, gibt Ihnen gerne Auskunft zum «Kloster auf Zeit»-Aufenthalt im wundervoll gelegenen Kloster St. Otmarsberg in Uznach.



Die erfahrenen Mönche haben schon viele Gäste bei der Findung des eigenen Ich begleitet.



Abt Emmanuel empfiehlt eine Auszeit im Kloster jedermann, der Freude an der Auseinandersetzung mit sich selbst hat.



Im Klostergarten lassen sich Stille und Natur geniessen und erleben.

Benediktiner-Missionare

St. Otmarsberg 1, 8730 Uznach

Telefon 055 285 81 11

Fax 055 285 81 00

E-Mail [abtei@otmarsberg.ch](mailto:abtei@otmarsberg.ch)

[www.abtei-uznach.ch](http://www.abtei-uznach.ch)

# Spital Linth – das Zentrumsspital der Region



Zeitgemäss und patientengerecht – die zweite Bauetappe soll 2020 fertiggestellt werden.

**Das Spital Linth hat längst die Rolle eines reinen Regionalspitals hinter sich gelassen und erfüllt heute die Funktion als Zentrumsspital. Mit umfassenden Investitionen, einem breiten Angebot, hoch qualifizierten Spezialisten und Regionen übergreifenden Kooperationen bietet das Spital Linth weit mehr als nur eine Grundversorgung.**

«Wir stellen den Menschen in den Mittelpunkt unseres Geschehens und wollen der Bevölkerung zwischen Zürichsee und Walensee eine hervorragende Gesundheitsversorgung bieten», sagt Spitaldirektor Dr. med. Urs Graf. Dafür haben er und das Fachteam des Spital Linth in Uznach in den letzten Jahren ein breites Gesundheits- und Pflegeangebot entwickelt, das der Bevölke-

rung in der Region Sicherheit und Vertrauen gibt. Die qualifizierten Spezialärzte in verschiedenen Fachbereichen wie Chirurgie, Orthopädie, Geriatrie, Gynäkologie oder innere Medizin und das hervorragend ausgebildete Pflegepersonal sorgen dafür, dass sich die Patienten im Notfall, bei Unfall oder bei Krankheit immer in den besten Händen wissen. Dass das Angebot und die Leistungen überzeugen, wurde im letzten Geschäftsjahr mit den stark wachsenden Patientenzahlen bewiesen. Dazu beigetragen haben neben neuer, moderner Infrastruktur vor allem auch die fachliche, pflegerische und ärztliche Kompetenz der 600 Mitarbeiter. «Ein Spital ist heute wie ein anderes Unternehmen dem Markt ausgesetzt. Die Patienten sind bestens informiert, können Angebote vergleichen und sind in ihrer Spitalwahl frei. Vor diesem Hintergrund konnten wir uns 2015 im Wachstumsmarkt Gesundheitswesen sehr erfolgreich positionieren und beweisen, dass wir die Bedürfnisse der Region abdecken», so Dr. Urs Graf.

Neben dem grösseren vertieften Fachangebot mit Spezialärzten hat sich das Spital Linth als erstes Spital der Schweiz im Qualitätsmanagement nach SanaCert zertifiziert. Mit einem flexiblen Bettenmanagement und einer entsprechenden OP-Planung wurde die Verschiebung der stationären Patienten in den ambulanten Bereich mit kürzerer Aufenthaltsdauer gemeistert. Der demografischen Entwicklung, bis 2040 wird mit einem Anstieg der durchschnittlichen Lebenserwartung auf knapp 87 Jahre gerechnet, wird mit dem Ausbau der Akutgeriatrie und der Vernetzung der Nachversorger Rechnung getragen. Im Weiteren hat sich die Hausarztpraxis im Haus etabliert, welche Infrastruktur und Personal für den hausärztlichen Notfalldienst von Arden bis Eschenbach sicherstellt.



Spitalleiter Dr. med. Urs J. Graf: «Im Spital Linth steht der Mensch im Mittelpunkt des Geschehens!»

Immobilien sind für ein Spital ein Wettbewerbsfaktor, der wesentlich zur Qualität und Funktionalität beiträgt. Mit dem überwältigenden Zuspruch des St. Galler Volkes im Jahr 2014 zum Spitalausbau Linth, wurde der Baustart des Erweiterungsbaus auf August 2015 terminiert. Leider haben Einsparungen und die langen Bearbeitungszeiten den Zeitplan verzögert. Die Geschäftsleitung des Spital Linth ist aber zuversichtlich, dass bis 2020 die dringend notwendige zweite Bauetappe realisiert sein wird, welche dem Spital eine zeitgemässe Organisation mit patientengerechten Abläufen ermöglichen wird.



Das Zentrum für Radiotherapie Rüti Zürich-Ost-Linth AG stellt die ambulante radioonkologische Versorgung für 280'000 Einwohner sicher.

Ein weiterer Erfolgsfaktor sind die Kooperationen mit anderen Partnern des Gesundheitswesens. Das Spital Linth ist Partner des Radiologie- und Onkologie-Netzwerks sowie dem Zentrum für Radiotherapie Rüti Zürich-Ost-Linth AG. Letzteres schliesst die Lücke in der ambulanten radioonkologischen Versorgung für rund 280'000 Einwohner in der Region Zürich-Ost-Linth zur Bestrahlung von Tumoren. Ein weiteres Beispiel erfolgreicher überregionaler Zusammenarbeit ist die Regio 144 AG, welche seit 2006 die rettungsdienstliche Versorgung im Einsatzgebiet Zürichsee, Zürcher Oberland und Linthregion sicherstellt.

«Zum Gesamterfolg des Spital Linth tragen in erster Linie die Mitarbeitenden mit ihrem grossen Einsatz, ihrer interdisziplinären Zusammenarbeit und der Identifikation mit unserem Spital bei. Aber auch die Bevölkerung der Region, welche unserem Haus das Vertrauen schenkt und weiss, dass sie hier eine exzellente Behandlung und Pflege erwartet. Das spornt uns an, auch in Zukunft die beste ärztliche und pflegerische Leistung, verbunden mit angenehmem Komfort, in der Region zu bieten. Denn unser Spital steht für die höchsten Werte, die Gesundheit der Menschen», sagt Dr. med. Urs Graf.



Seit 2006 ist die Regio 144 AG für die rettungsdienstliche Versorgung im Einsatzgebiet Zürichsee, Zürcher Oberland und Linthregion verantwortlich.

Spital Linth

Gasterstrasse 25, 8730 Uznach

Telefon 055 285 41 11

Fax 055 285 41 89

# Hier steht Ökologie an erster Stelle!

Die Firma H. Mahr Benken AG ist ein innovativer Familienbetrieb mit knapp 25 Mitarbeitern und in der Region Obersee–Linthgebiet führend in den Bereichen Abfallentsorgung, Recycling und Transporte.



Der moderne und geräumige Entsorgungspark in Benken hat den Status als Gemeindefamilienbetrieb. Gleichzeitig stellt das Unternehmen auch der Umgebung die Recycling-Logistik zur Verfügung. «Wir bieten als lokale Unternehmer eine regionale, ökologische, kostengünstige und saubere Entsorgungslösung. Als ISO-zertifizierter Betrieb stellen wir einen qualitativ hohen Anspruch an unsere Dienstleistung. Über allem steht der ökologische Gedanke und die sortengerechte Entsorgung», erklärt Hans Mahr senior die Philosophie, welche er seit über 35 Jahren mit seinem Betrieb verfolgt. Dazu gehört auch die Nutzung des Abwassers für Waschvorgänge und der Betrieb der modernen Photovoltaikanlage auf dem Betriebsgebäude, welche mit 2200 Solarpanels einen grossen Teil des Strombedarfs von Benken abdecken kann.

Angefangen hatte 1980 alles mit einer Papier- und Kartonsammelstelle. Heute werden monatlich rund 800t Papier, 600t Altholz, 100t Alteisen und 250t Kehricht angenommen. Vier Personen trennen in Benken laufend das Material und ordnen die Stoffe als Unterrecycler für die grossen Wiederverwerter in der Schweiz. In diesem Umfeld werden Lehrlinge zu Recyclisten und künftigen Umweltbeauftragten ausgebildet.

Besonders zugenommen haben in den letzten Jahren die Kunststoffflaschen und die Getränkekartons. «Dafür haben wir mit Partnern den «Recycling-Sack» entwickelt. Mit diesem einheitlichen System für Haushaltungen können Flaschen aus Kunststoff und Getränkekartons mit wenig Aufwand

und ökologisch nachhaltig gesammelt und recycelt werden. Die Kunststoffflaschen und Getränkekartons müssen so nicht mehr an verschiedene Stellen zurückgebracht und einzeln eingeworfen werden», erklärt Hans Mahr junior die neueste Innovation. Mit dem neuen Konzept kann über 85 Prozent vom gesammelten Material recycelt werden. Das ist viel mehr, als bei gemischten Kunststoffsammlungen.

Beeindruckend sind auch die flexiblen Transportlösungen von H. Mahr Benken AG. Seien es Container, Bagger, Beton- und Holzelemente oder Küchenabfälle – über 15 Fahrzeuge, vom Schwertransporter bis zum Kran, stehen zur Verfügung. Selbstverständlich ausgerüstet nach aktueller Abgasnorm Euro 5+6. 250 Mulden von 1.5 m<sup>3</sup> bis 38 m<sup>3</sup> runden das breite Angebot ab.

H. Mahr Benken AG ist nicht nur eine Abfallentsorgung, sondern eine ökologische Gesamtlösung. Ein Familienunternehmen, das zum Wohle der Umwelt vielfältige Lösungen anbietet, welche auch Sie nutzen sollten!



Übersichtlich, sauber und geräumig – die moderne Entsorgungsanlage in Benken.



H. Mahr Benken AG verfügt über eine Vielzahl von Transportlösungen.

## H. Mahr AG für Abfallentsorgung

Stationsstrasse 10, 8717 Benken

Telefon 055 283 11 44

Fax 055 283 36 44

### Öffnungszeiten

Mo – Fr 7.00 – 12.00 / 13.00 – 17.30 Uhr

Samstag 8.00 – 12.00 Uhr

# Feiner Kompost für noch feineres Gemüse

Wenn Sie einen grünen Daumen haben, wissen Sie, wie wertvoll guter Kompost ist. Er trägt zum Wachstum von Pflanzen bei, düngt und verhindert, dass Schädlinge das schöne Grün befallen.

Seit 5 Jahren betreiben Charly und Carla Roos die Roos Kompost AG in Kaltbrunn. «Die von Privat, Gewerbe und Kommunen angelieferten Grünabfälle werden von uns nach neuesten ökologischen Vorschriften zu hochwertigem Kompost verarbeitet. Dieser wird sehr gerne von Gärtnereien aber auch Privaten verwendet. Besonders in Gemüsegärten bringt unser Kompost sehr gute Resultate und das Ergebnis ist wunderbares Gemüse», sagt Carla Roos.

Von 1999 bis 2007 betrieb Familie Roos in Kaltbrunn eine Feldrand-Kompostierung, wo unter anderem das Grüngut der Gemeindsammlungen in der Region verarbeitet wurde. Der Kompost wurde auf den eigenen Feldern verwertet oder den lokalen Gartenbaubetrieben und Privaten zur Verfügung gestellt. In Zusammenarbeit mit dem Amt für Umwelt und Energie sowie der Gemeinde Kaltbrunn wurde das heutige, befestigte Kompostierareal realisiert. «Unser Einzugsgebiet reicht von den Gemeinden Kaltbrunn und Uznach über das Linthgebiet bis Altdorf. Die Lage unseres Betriebs mit der direkten Zufahrt über die Benknerstrasse in die Grafenaustrasse ist ideal für Anlieferungen von Grün- und Speiseabfällen jeglicher Grösse. Abgerechnet werden alle Eingänge und Lieferungen exakt über eine Waage», erklärt Charly Roos.



Charly und Carla Roos führen seit 5 Jahren die Kompost Roos AG in Kaltbrunn.



Er und seine Frau haben in die moderne Kompostieranlage nicht nur eine Menge Kapital, sondern auch viel Herzblut investiert. Die grosszügige Anlage und die aktuelle Technik sind für die Anlieferung und Verwertung grosser Mengen und modernsten Kompostierverfahren ausgelegt und entsprechen den aktuellsten Umweltschutzvorschriften.

Das frisch angelieferte Grüngut wird geschreddert und täglich gedreht. Ebenso wird die Temperatur täglich gemessen. Um die Qualität gegenüber der Zertifikatsstelle Biomasse Suisse AG zu belegen, wird der Kompostiervorgang exakt protokolliert. Das Endresultat ist qualitativ hochwertiger Kompost, welcher bei Privat und Gewerbe gleichermassen beliebt ist.

Die grobe Variante wird einmal gesiebt und eignet sich zur Ausbringung auf Wiesen anstelle Mist. Der feinere Kompost durchläuft das Sieb mehrfach und wird mit Sand angereichert. «Der feine Kompost eignet sich besonders für Gärten und Hochbeete. Ansäen und aufbringen genügt, denn der Kompost enthält keinerlei Jät oder andere unerwünschte Komponenten», erklärt Carla Roos die Vorzüge ihres Produkts.

Beziehen kann den Roos Kompost übrigens jedermann, sei es mit dem Kübel, per Anhän-



Hochwertiger Kompost fördert das Wachstum der Pflanzen und verhindert Jät.

ger oder geliefert durch Charly Roos. Sicher ist, dass die Resultate des Kompost von Roos im Garten auf jeden Fall noch viele Jahre überzeugen werden!



Gärtnereien verwenden gerne den Qualitätskompost von Roos Kompost AG.



Roos Kompost AG ist über die Benknerstrasse / Grafenaustrasse gut zu erreichen.

**ROOS KOMPOST AG**

Roos Kompost AG

Rislen, Postfach 144, 8722 Kaltbrunn

Telefon 055 283 37 30

Fax 055 283 37 31

E-Mail [info@roos-kompost.ch](mailto:info@roos-kompost.ch)

Öffnungszeiten

Mo – Fr 07.00 – 12.00 / 13.00 – 17.30 Uhr

Samstag 08.00 – 12.00 Uhr

[www.roos-kompost.ch](http://www.roos-kompost.ch)

# Hier bekommen Sie Wasser und Wärme in Ihr Haus

Ist es nicht herrlich, den Tag mit einer angenehmen Dusche zu starten und den Kaffee in einer schön warmen Wohnung zu geniessen? Dafür braucht es Installationen und Apparaturen, welche im Hintergrund zuverlässig ihren Dienst verrichten. Cereghetti AG in Benken bietet dafür seit bald 25 Jahren beste Sanitär-, Heizungs- und Lüftungslösungen an.



Carlo Cereghetti und Marcel Caminada sind seit bald 25 Jahren besorgt, dass in Bauten verschiedenster Arten die Bewohner zuverlässig mit Wasser und Wärme versorgt werden. In dieser Zeit rüsteten sie viele bekannte Bauwerke in der näheren und weiteren Region aus. «Die Cereghetti AG in Benken ist in einem Rayon tätig, welcher vom Linthgebiet über das Gasterland, Zürcher Oberland, die beiden Zürichseeufer und die March reicht», sagt Carlo Cereghetti. Er und Marcel Caminada können auf eine lange Erfahrung zurückblicken und auch ein grosser Teil der Belegschaft von 10 Mitarbeitern ist bereits seit über 12 Jahren im Dienst von Cereghetti AG. Dieses

geballte Wissen wird auch stets gerne an einen Lernenden weitergegeben und damit der Nachwuchs sichergestellt.

Stolz kann das Unternehmen auf Projekte verweisen, welche sie mit ihrer Beratung, Planung und Umsetzung begleitet haben. Dazu gehören die Überbauungen Schmetterling in Benken und Hofacker in Kaltbrunn. Auch komplexe Fälle der Industrie hat die Cereghetti AG gelöst, wie beispielsweise für das Holzbehandlungsunternehmen Traber in Bubikon, die Grossbäckerei Bertschi in Kloten oder die Firma Katadyn in Kempthal. «Unser Einsatzbereich ist sehr breit und umschliesst neben Industrie-

und Mehrfamilienobjekten auch Einfamilienhäuser, Gewerbe, Hotels und Projekte der öffentlichen Hand. Dazu kommen Umbauten und bewohnte Sanierungen von bestehenden Objekten wie Badezimmer, Heizungsanlagen oder ganzen Gebäuden», erklärt Marcel Caminada. Mittels Vorwandsystemen von Geberit werden alte Toiletten auf den neuesten Stand der Spül- und Wassertechnik gebracht. Ebenfalls im Angebot ist die Entkalkung des Wassers, welche physikalisch durch Wasserbehandler oder in Entkalkungsanlagen mit Salz erfolgt.

Allen Projekten gemeinsam ist die akribisch genaue Planung durch Cereghetti





AG, welche mit modernen CAD-Systemen erfolgt. Für die Umsetzung werden Schweizer Qualitätsprodukte verwendet und zertifizierte Gerätschaften eingesetzt. «In den 25 Jahren Firmengeschichte haben wir uns stets auf dem neuesten Stand gehalten und konnten so immer schnell neue Technologien, wie die Wärmepumpen und die Solartechnik mit in die Planung aufnehmen. Dazu muss nicht nur das Fachwissen vorhanden sein, sondern auch die Fertigkeit, es umzusetzen. Seit Kurzem sind wir für die Erstellung von Wasserzuleitungen zertifiziert. Damit decken wir die Installation im Haus ab, sowie die Zuführung zu den Bauobjekten», schildert Carlo Cereghetti die Entwicklung der letzten Jahre.

Sei es die Kombination von Heizen und Kühlen, der Einbau einer kontrollierten Lüftung im Minergiestandard oder der Einsatz von Solarpanelen zur Aufbereitung von Warmwasser – Cereghetti AG verfügt auf

jedem Gebiet über die entsprechende Fachkompetenz. Dazu kommt eine hohe Servicebereitschaft, zum Beispiel in der Pflege von Bodenheizungen. Seit zwei Jahren sind strenge Vorschriften in Kraft, welche bei der Spülung von Bodenheizungen die kontrollierte Entmineralisierung vorschreiben. «In den letzten Jahren haben sich die Anforderungen an das Füllwasser der Bodenheizungen erheblich verändert und nur wenige Installateure sind bereits in Kenntnis entsprechender Vorschriften und Lösungen. Wir haben darauf sofort reagiert und können dem Kunden den optimalen Service nach neuesten Standards bieten», so Marcel Caminada.

Wenn es um fachmännische Beratung, detaillierte Planung oder fachmännische Umsetzung geht, wird Cereghetti AG in Benken auch die nächsten 25 Jahre die erste Adresse für Heizung, Wasser und Lüftung sein!



Cereghetti AG – Heizung & Sanitäranlagen

Schulstrasse 3, 8717 Benken

Telefon 055 283 12 03

E-Mail [info@cereghetti.ch](mailto:info@cereghetti.ch)

Etzelstrasse 5, 8730 Uznach

Telefon 055 280 60 50

Fax 055 283 30 60

 [www.cereghetti.ch](http://www.cereghetti.ch)

# Aktuelle Technik für grüne Daumen

Ob Hobbygärtner, Hauswart oder Kommune – wer Landschaftspflege betreibt, schätzt professionelle und langlebige Geräte.

Das Technikcenter Uznach AG ist ein wahres Paradies für jedermann und -frau mit grünem Daumen und Sinn für Qualität. «Das Technikcenter Uznach AG verfügt über ein grosses Sortiment an Gerätschaften von namhaften Qualitätsmarken. Gleichzeitig bieten unsere Fachleute eine umfassende Beratung und besten Service nach dem Kauf», sagt Philipp Grimm, Geschäftsführer des Technikcenter Uznach AG.

1961 als Landmaschinen-Reparaturwerkstätte gegründet, umfasst das Sortiment heute ein breites Spektrum modernster Technik für die private Gartenpflege, Landschaftsbewirtschaftung in Kommunen, Forstbewirtschaftung, Landwirtschaft sowie Hof- und Stalltechnik. Das heisst aber nicht, dass nur Kundschaft willkommen ist, welche über grosse Flächen verfügt. «Ganz im Gegenteil, denn mit den Marken Stihl und Viking bieten wir Lösungen für jede Art der Landschaftspflege, vom



Philipp Grimm: «Unsere Fachleute garantieren eine umfassende Beratung und besten Service nach dem Kauf.»

Schrebergarten bis zur kommunalen Anwendung», betont Philipp Grimm. Besonders die aktuelle Produktpalette von Stihl überzeugt mit sehr praktischen Lösungen. Ein neues Akkusystem ist durchgängig für alle Leistungsklassen der Geräte einheitlich konstruiert und kann in verschiedenen Produkten, von der Kettensäge bis zum Rasenmäher, eingesetzt werden. Diese Austauschbarkeit ist nicht nur komfortabel, sondern erspart auch den Kauf verschiedener Akkus für die Geräte. Eine nachhaltige und preiswerte Lösung, welche Zeit und Geld spart.

13 ausgebildete Mitarbeiter, teils mit über 30 Jahren Berufserfahrung, kümmern sich beim Technikcenter Uznach AG um Beratung, Verkauf, Technik und Service. Mit diesem Wissen werden nicht nur eigene Produkte, sondern Landwirtschaftsgeräte und Rasenmäher aller Marken repariert. «Seit der Gründung unseres Unternehmens hat sich die Technik stark verändert, was wir besonders bei unseren Landwirtschaftsmaschinen der Marken Valtra und New Holland sehen. Das sind längst keine einfachen Traktoren mehr, sondern komplexe Hightech Geräte mit ausgeklügelter Elektronik», erklärt Philipp Grimm.



Er und sein Team haben aber diese anspruchsvolle Technik, wie auch die Geräte für die tägliche Landschaftspflege voll im Griff. Von diesem Wissen profitiert schlussendlich jeder Kunde des Technikcenter Uznach AG. Sei es für den privaten Garten, die grosse Rasenfläche am Gemeindeschulhaus oder den Umschwung um die Mehrfamilieniedlung – die Landschaftsfachleute im Technikcenter Uznach AG haben für jeden Fall die richtige Lösung bereit und kümmern sich auch noch lange nach dem Kauf um die Produkte. Schauen Sie rein, es lohnt sich bestimmt auch für Ihre Grünfläche!



Ein breites Sortiment für die Landschaftspflege erwartet Sie im Technikcenter Uznach AG.



Qualitätsmarken und Fachservice sind das Markenzeichen des Technikcenter Uznach AG.



**TECHNIKCENTER**  
Leistungen zu Ihrem Vorteil

Technikcenter Uznach AG

Benknerstrasse 6 – 8, 8730 Uznach

Telefon 055 285 30 60

Fax 055 285 30 69

E-Mail [info@technikcenter.ch](mailto:info@technikcenter.ch)

Öffnungszeiten:

Mo – Fr 7.30 – 12.00 / 13.30 – 17.30 Uhr

Sa 7.30 – 12.00 Uhr

[www.technikcenter.ch](http://www.technikcenter.ch)

# Schreinerei Stolz – Kreativität in Holz aus dem Toggenburg

Bei der Schreinerei Stolz in Unterwasser wird noch echtes Handwerk gepflegt und jedes Möbel auf Mass gefertigt. Der Betrieb von Christoph Stolz, den er in 2. Generation seit 6 Jahren führt, ist nicht nur technisch auf dem neuesten Stand, sondern auch äusserst kreativ in Design und Planung.



Eine Spezialität von Stolz sind die massgefertigten Küchen. «Standardküchen sind besonders in alten, niedrigen Räumen von 1.90 Meter Höhe kaum einsetzbar. Hier helfen nur exakt auf Mass gefertigte Küchenelemente, welche die engen Räumlichkeiten optimal ausnutzen. Durch unsere professionelle Erfahrung bieten wir bei der Umsetzung von Wohnideen und Wünschen höchste Qualität aus einer Hand. Alle unsere Anfertigungen sind passgenau, massgefertigt und individuell auf die jeweiligen Bedürfnisse und Platzverhältnisse zugeschnitten. Egal ob im In- oder Outdoor-Bereich, wir bieten für Privat- sowie Geschäftskunden funktionelle Lösungen in individuellen Designs an», erklärt Christoph Stolz. Sein neuestes Beispiel ist eine von ihm geplante und umgesetzte Küche in einem Altbau. Das strukturierte Altholz harmoniert wunderbar mit den modernen Silestone-Abdeckungen und den Schmutz abweisenden Anti-Touch Oberflächen.

Von der Planung bis zur Fertigung wird von der Schreinerei Stolz neueste Technik ein-

gesetzt. «Mit professionellen Geräten vermessen wir alle Räume, Rundungen, Treppenhäuser oder Dachschrägen. Im 3D Programm werden dreidimensionale Pläne erstellt und so aufbereitet, dass der Kunde die neue Einrichtung und Raumänderung realitätsnah sieht und allfällige Wünsche anbringen kann», sagt Sandro Schmid, zuständig für Planung und Avor. Gefertigt wird auf CNC-Maschinen und in der eigenen Lackiererei werden nebst Holz auch Glas in sämtlichen NCS-Farben lackiert.

Innovative Ideen, hohe Qualität, ausgewiesene Fachleute und neue Technologien – damit hat die Schreinerei Stolz in Unterwasser schon viele Speziallösungen erarbeitet und zur vollsten Zufriedenheit ihrer Kunden umgesetzt. Wie aktuell die massgefertigte Treppe in einem 300 Jahre alten Bauernhaus. Bei der Renovation entdeckte man hinter Täfer die originale Holzwand. «Wir wollten die wunderbare Struktur des Holzes bewahren und zeigen. Darum banden wir die neue Treppe exakt in die bestehende Bausubstanz

ein», erklärt Christoph Stolz. Eine harmonische Lösung, welche Altes mit Neuem perfekt verbindet und auf die er und sein Team zurecht «Stolz» sein dürfen!



Christoph Stolz: «Wir verbinden Innovation und Kreativität mit traditionellem Handwerk.»

**SCHREINEREI  
STOLZ**

Schreinerei Stolz

Hauptstrasse 4, 9657 Unterwasser

Telefon 071 999 33 03

E-Mail [info@stolzholz.ch](mailto:info@stolzholz.ch)

[www.stolzholz.ch](http://www.stolzholz.ch)



Diese Kreation der Schreinerei Stolz verbindet in der Küche Altholz, moderne Anti-Touch Oberfläche und Stein.



Die massgeschneiderte Treppe harmoniert perfekt mit der originalen, ca. 300 Jahre alten Holzwand.



# MUMMENSCHANZ mit neuem Programm!

Text und Interview: Maximilian Marti

Seit über 40 Jahren ist der Name Mummenschanz Inbegriff für grossartiges Maskentheater. Seit 40 Jahren verzaubert diese aussergewöhnliche Schweizer Theatergruppe ein weltweites Publikum mit ihrer stummen Kunst. Das Erfolgsrezept ist so einfach wie genial: eine Handvoll maskierter Künstlerinnen und Künstler stellt unter Zuhilfenahme verschiedenster, meistens sehr einfacher Kostüme Situationen aus dem Alltag dar, die vom Publikum jetzt aus komplett neuem Blickwinkel wahrgenommen werden und deshalb bisher unbekannte Gefühle und Reaktionen auslösen. Wussten Sie, dass zum Beispiel Kehrriechtsäcke ein Seelenleben haben und eine bemerkenswerte Sozialkompetenz aufweisen? Mummenschanz lüftet das Geheimnis zusammen mit vielen anderen, die man den zum Leben erweckten, eigentlich eher unauffälligen Gebrauchsgegenständen niemals zugeordnet hätte.

Jedes Jahr im Sommer kommt das Ensemble in Altstätten zusammen und probt im Hauptquartier von Mummenschanz das neue Programm, um seinem Publikum auf der Tournee der kommenden Saison das in Perfektion zu bieten, was dieses Maskentheater so einmalig macht: ein poetisches Fest für die Sinne, für den feinen Humor, für die schöne Seite der Seele. Ein Fest, das schon längst zur Legende wurde. Sie nennen sich Les Musiciens Du Silence, sind allesamt einfühlsame Darsteller, agile Artisten und Tänzer, ausdrucksstarke Pantomimen und hochmotivierte Theaterleute. Natürlich erfuhr die Truppe im Lauf der Zeit eine Verjüngungskur, aber eines der Gründungsmitglieder ist immer noch dabei: die künstlerische Leiterin und aktive Darstellerin Floriana Frassetto. Unter Ihrer Leitung entstehen die neuen Programme und in der hauseigenen Werkstatt werden die Kostüme entworfen und hergestellt.

Als ich die Grande Dame der schweigenden Kunst in Ihrem Reich besuchte, wurde im Atelier bereits emsig gearbeitet. Überall standen und lagen Stoffe, Rohmaterialien, Zeichnungen und Werkzeug herum, das Surren der Nähmaschine tanzte in der Luft zusammen mit der Spannung, die besondere Ereignisse ankündigt. Mir gegenüber



sass eine Frau mit humorvollen Augen und lachgewohnter Mimik. Ich fragte sie:

**Floriana Frassetto, was antworten Sie, wenn jemand Sie nach ihrem Beruf fragt?** Ich sehe mich als darstellende Kunsthandwerkerin. Ich liebe die Gestaltung von Kostümen und Formen aller Art, den Prozess und die ganze Arbeit vom Entwurf bis zur Bühnentauglichkeit. Ich liebe die Suche nach den richtigen Stoffen, Dekors, Materialien und allem, was gebraucht wird zur Realisation der Ideen, die unserer Fantasie entspringen. Ich mag Stille und Ruhe und den Reichtum, der in der Kommunikation liegt zwischen unserer lautlosen Gestalten und dem lachenden, oder ebenfalls still beobachtenden Publikum.

**Als Mitbegründerin von Mummenschanz blicken Sie zurück auf über 40 Jahre Bühnenarbeit. Was hat sich in dieser Zeit für Sie verändert?**

Vor allem ich. Mit inzwischen 65 habe ich nicht mehr die Beweglichkeit von damals. Unsere Rollen sind zum Teil sehr physisch, deshalb lasse ich in der kommenden Show in diesem Bereich den jüngeren Darstellerinnen und Darstellern den Vortritt und beschränke mich auf die Parts, die nach bedächtiger, spielerisch-langsamere Aussage verlangen. Aber mit mei-

ner Erfahrung weiss ich, was das Publikum von Mummenschanz erwartet und gebe das Gelernte gerne weiter an unseren wundervollen Nachwuchs. Nicht verändert hat sich meine Dankbarkeit, dass ich dieser wunderbaren Berufung folgen konnte und bis heute meinen eigenen Träumen und hoffentlich

**Welche Eigenschaften muss der Mummenschanz-Nachwuchs mitbringen?**

Einmal alles, was man von Theaterleuten an Talent, Motivation, geistiger und körperlicher Eignung erwarten darf. In unserem Fall kommt die Bereitschaft dazu, den Urtrieb der Selbstdarstellung dem Prinzip vom Mummenschanz zu unterstellen: In ihrem Charakter identifizierbare, aber als Personen anonyme Gestalten aufzutreten. Das kostet viele junge Schauspieler eine Menge Überwindung. Ich weise den Weg so gut ich kann und stehe beim Erarbeiten des Programms mit Rat und Tat zur Verfügung. Ab Juli beginnen die Proben für «you & me», dem neuen Programm für die Saison 2017.

3. und 4. März 2017: Stadtsaal Wil  
13. März 2017: Theater St. Gallen  
Weitere Infos: [www.mummenschanz.com](http://www.mummenschanz.com)

**MUMMENSCHANZ**  
LES MUSICIENS DU SILENCE

# Kulinarischer Genuss in historischen Räumen

Das Restaurant Rathaus am Hauptplatz in Rapperswil gehört, wie das berühmte Schloss, zum historischen Stadtbild. Bereits 1419 erstmals erwähnt, beeindruckt das imposante Gebäude im Inneren mit dem opulenten Ratssaal aus dem Jahr 1433. Seit 8 Jahren bewirten hier Carmen Thommen und Markus Karle eine breite Palette von Gästen.



«Unser Angebot reicht vom Pausenkaffee über preiswerte Mittagsmenus und Sandwiches zum Zvieri bis zum festlichen Abendessen oder Fondue»

Nicht nur das Speiseangebot ist äusserst reichhaltig, auch die prächtigen Räumlichkeiten lassen sich vielfältig nutzen.

Besonders eindrucksvoll zeigt sich der Ratssaal im zweiten Stock. Dessen Eingang ist aus einem einzelnen Baumstamm gefertigt und an der Aussenseite verziert mit den Figuren eines Bauernpaares. Innen aber erstrahlt der Saal mit wunderbaren Schnitzereien, opulenten Intarsien und farbenprächtigen Fenstern. Ein

klares Zeichen, dass zu diesem Juwel nur die Adligen und noblen Bürger der Stadt Zugang hatten. Heute ist der Saal ausserordentlich beliebt für Veranstaltungen, Versammlungen und natürlich Hochzeiten. Aber auch Seminare geniessen im Restaurant Rathaus edles Ambiente und perfekte Betreuung. «Wir verfügen über eine Infrastruktur und eine Vielzahl von Räumen, welche wir für jede Art von Seminar flexibel einrichten können. Dazu kommen attraktive Pauschalangebote für die Pausen- und Mittagsverpflegung», erklärt Carmen Thommen. Ihr Partner Markus Karle verwendet in der Küche des Restaurant Rathaus regionale Produkte. «Für uns ist es sehr wichtig, dass der Fisch aus dem Obersee sowie dem Zürichsee und das Fleisch von regionaler Zucht stammt. Ebenso legen wir grossen Wert auf lokal angebautes Gemüse. Darum ist unsere Speisekarte auch sehr saisonal ausge-

richtet», erklärt Markus Karle. Eine weitere Spezialität des Hauses sind die Fondue, welche ausschliesslich in der gemütlichen Kanzleistube serviert werden.

Sei es für den Kaffee am Morgen, einem feinen Mittagessen, den Jass-Treff, einem edlen Abendessen, einem fruchtbaren Seminar oder dem Fest, das noch lange in Erinnerung bleiben soll – das Restaurant Rathaus in Rapperswil bietet für jeden Anlass die ideale Umgebung. Carmen Thommen und Markus Karle sorgen mit sicherer Hand dafür, dass die Gäste kulinarisch auf ihre Kosten kommen und der Aufenthalt im Restaurant Rathaus in Rapperswil in gemütlichem und edlem Ambiente unvergesslich bleibt.



Das Restaurant Rathaus gehört zu den historischen Wahrzeichen von Rapperswil.



Restaurant Rathaus

Hauptplatz 1, 8640 Rapperswil

Telefon 055 210 11 14

Fax 055 210 11 24

E-Mail [reservationen@rrrj.ch](mailto:reservationen@rrrj.ch)

 [www.rrrj.ch](http://www.rrrj.ch)

# Mit Huskys die Teamentwicklung unterstützen

Hunde halten uns Menschen oft einen Spiegel vor und zeigen uns die eigenen Charakterzüge, Stärken und Schwächen.



Michael Kobler von Huskystuff: «Es ist immer wieder interessant zu beobachten, welcher Mensch welchen Hund und welcher Hund welchen Menschen auswählt.»

Diese Feinfühligkeit ist ein wertvolles Arbeitsinstrument innerhalb von Teamentwicklungsprogrammen. Ob in der Weiterbildung von Führungskräften, zur Zusammenstellung von Projektteams oder innerhalb von Seminaren – mit den Hunden lernen wir innert kurzer Zeit viel über uns und unser Umfeld.

Seit 2010 ist Huskystuff in Alt St. Johann mit seinen rund 40 Huskies eine feste Grösse im Bereich Huskytrekking und Events. Nebst den beliebten Schlittenhundetouren oder für Firmen- und Vereinsanlässe, setzen Michael Kobler und sein

Team die intelligenten Tiere aber auch für Teamentwicklungsprogramme ein. «Huskies sind sehr sensible, teamorientierte Hunde. Ihr Rudelverhalten entspricht stark dem ihrer Vorfahren, den Wölfen. Das Vertrauen der Huskies muss man gewinnen, denn sie wollen geführt werden. Das macht sie zu einem idealen Element innerhalb von Teamentwicklungsprogrammen», sagt Michael Kobler.

Für viele ist die Begegnung mit den Huskies Neuland und vor den schönen Tieren hat man automatisch etwas Respekt. Diese Ausgangslage ergibt in der Teamarbeit stets neue, ungewohnte Situationen. Die spannenden Prozesse wahrzunehmen, anzugehen und gemeinsam mit seinem Teampartner auf Zeit – dem Husky – zu erleben, ist eine grossartige, verbindende Erfahrung. «Unsere Hunde sind sehr feinfühlig und nehmen vieles auf feinstofflicher Ebene wahr. Sie helfen auf ihre Weise mit, die Teamvorgänge zu verdichten oder sichtbar zu machen. Und meistens ist es so, dass sich bei der ersten Begegnung der Hund den Menschen aussucht, nicht umgekehrt. Das ergibt manchmal spannende Situationen, beispielsweise wenn der Chef des Teams das ranghöchste Tier möchte, obwohl es gar nicht zu ihm passt», erzählt Michael Kobler.

Huskystuff bietet Teamentwicklungscoaches und Firmen die Trainings mit den



Teamgeist ist, wenn Hund und Mensch sich verstehen und vertrauen.

Huskystuff – der Ort, wo Begegnung zählt und Zeit eine andere Qualität hat.

Huskies das ganze Jahr über an. Wo und wann die Teamarbeit mit den Hunden erfolgen soll, kann vom Kunden frei bestimmt werden. Optimal ist die Arbeit während eines halben Tages, unter Umständen gefolgt von einer zweiten Interaktion am Folgetag. «Wir richten uns ganz nach den Wünschen der Kunden. Aufgrund unserer langen Erfahrung im Huskytrekking und in der Teamentwicklung mit vielen Kunden können wir die Coaches beraten und ihnen Tipps für die beste Umsetzung ihrer Ideen geben», so Michael Kobler.

Wenn Sie wissen wollen, wie Sie und Ihr Team wirklich funktionieren, werden Sie es bei den Huskies von Huskystuff schnell erfahren. Auf ehrliche, authentische und geradlinige Art. So, wie die direkten Nachfahren der Wölfe sind!



Über diesen QR-Code finden Sie alle Gruppenangebote im Überblick.



Huskystuff GmbH

Starkenbach 88, 9656 Alt St. Johann

Telefon 071 917 24 56

E-Mail [info@huskystuff.ch](mailto:info@huskystuff.ch)

[www.wuwu.huskystuff.ch](http://www.wuwu.huskystuff.ch)



Die Hunde von Huskystuff haben schon viele Teamentwicklungen positiv beeinflusst.

# Mit dieser Frau lernen Sie gesund zu essen

**Gut essen ist etwas Wunderbares! Aber essen wir auch gesund, ausgewogen und in richtigen Mengen?**



Wenn Sie das Gefühl haben, dass auch bei Ihnen hier Verbesserungspotenzial vorhanden ist, sollten Sie Ina Grizelj in Schaan kontaktieren. Die Ernährungsberaterin begleitet und unterstützt mit Ihrem Kleinunternehmen Vertex Nutrition seit vier Jahren Kunden, welche durch optimierte Ernährung ihr Wohlbefinden steigern wollen.

«Vertex bedeutet Wendepunkt aber auch Gipfel oder Spitze. Mit individueller Ernährungsberatung und Health Coaching bringe ich den Kunden von seinen alten Essmustern und Ernährungsgewohnheiten weg und fördere die Bereitschaft, auf neuen

Wegen den Gipfel der Gesundheit zu erklimmen», sagt Ina Grizelj. Fünf Jahre lang studierte sie an der Universität in Wien Ernährungswissenschaften und anschließend ein Jahr lang Health Coaching und Beratung in den USA.

Muss man jetzt auf alles «Ungesunde» verzichten und sich nur noch von Salat ernähren? «Ganz klar nein. Denn es geht bei der Änderung nicht darum, alles Schlechte wegzulassen, sondern mehr Gutes einzubauen. Es hilft in vielen Fällen schon enorm, langsamer zu essen, keine Riesenportionen zu verdrücken oder die Menüs etwas anders zusammenzustellen», erklärt sie und verrät, dass auch sie durchaus gerne mal nascht.

Selbstverständlich reicht die Ernährungsumstellung allein in vielen Fällen noch nicht für ein umfassendes Wohlbefinden aus. Die ausgebildete Pilatetrainerin gibt auch Empfehlungen zu Bewegung und Training. Und obwohl sie Pilates selber unterrichtet, empfiehlt sie noch lange nicht jedem dasselbe. «Jeder Mensch hat andere Gewohnheiten und Zeitpläne, worauf ich individuell eingehe. Im Einführungsgespräch finde ich heraus was der Kunde erreichen will. Es werden spezifische und realistische Ziele formuliert und ein Zeitrahmen festgelegt. Daraus erstelle ich Menupläne und gebe Empfehlungen zum Training. Der Verlauf wird anfangs häufiger und dann in grösseren



Abständen von mir kontrolliert. Wer das Bewusstsein für gesunde Ernährung und seinen Körper entwickelt, hat den Turnaround geschafft», so Ina Grizelj. Für die Kontrolle des Verlaufs sowie die Optimierung der Beratung setzt sie auf das moderne Verfahren der bioelektrischen Impedanzanalyse, welche exakt die Zusammensetzung des Körpers misst.

Wer mehr Wohlbefinden sucht und bereit ist, seine Gewohnheiten zu ändern sollte unbedingt Vertex Nutrition in Schaan aufsuchen. Dank Ina Grizeljs sympathischer Betreuung werden sie schnell herausfinden, dass gesundes Essen sehr gut schmecken und für viel Wohlbefinden sorgen kann.



Vertex Nutrition Ina Grizelj

Steckergass 10, 9494 Schaan

Telefon 00423 232 08 44

E-Mail [ina@vertexnutrition.com](mailto:ina@vertexnutrition.com)

[www.vertexnutrition.com](http://www.vertexnutrition.com)