

2500 Kinder geniessen ihren Sporttag bei Traumwetter

An der neunten Schneessportwoche der Ostschweizer Seilbahnen haben über 2500 Schulkinder teilgenommen – unter ihnen drei Kinder aus Kaltbrunn. Sie genossen einen Sporttag bei Traumverhältnissen.

Von Leo Coray

Seit dem Winter 2005 nahmen rund 17000 Schulkinder von dritten und vierten Klassen aus den Kantonen St. Gallen, Appenzell Inner- und Ausserrhodan, Thurgau, Glarus, Schwyz, Zürich und dem Fürstentum Liechtenstein an der Fünf-Franken-Aktion des Ostschweizer Verbands der Seilbahnunternehmungen (OSVS) teil. Letzte Woche waren es über 100 Schulklassen mit mehr als 2500 Kindern, die für je fünf Franken Tageskarte, Mittagessen mit Getränk und einen halben Tag Skischule erhielten beziehungsweise Ausrüstungsgegenstände wie Ski, Snowboard, Schuhe und Helm mieten konnten.

Zur Auswahl standen die 15 Wintersportgebiete Flumserberg, Flums-Kleinberg, Pizol, Toggenburg, Elm, Braunwald, Amden, Atzmännig, Krummenau-Wolzenalp, Ebenalp, Heiden, Trogen, Oberwangen TG und St. Gallen-Beckenhalde.

In Amden erstmals auf Ski

Die Schulkinder hatten ihre helle Freude am Schneessporttag, wie OSVS-Geschäftsführer Roger Walsler berichtet. Als Beispiele nennt er die drei Drittklässler Massimiliano, Aurora und Blerjana aus Kaltbrunn, die am Morgen in Amden zum ersten Mal auf Ski standen und schon zwei Stunden später mit viel Freude selbstständig den Hang herunterkurvten. «Wegen solchen Schülern, bei denen in der Familie niemand Ski fährt, führen wir die Aktion durch», betont Walsler.



Erste Fahrversuche auf Ski: Massimiliano, Aurora und Blerjana aus Kaltbrunn (von links) fühlen sich dank Betreuer Benno schon nach kurzer Zeit wohl auf den schmalen Latten. Bild Roger Walsler

So hätten sie eine kostengünstige Möglichkeit zum Einstieg in den Schneesport. Wie Walsler ergänzt, gibt es in der Ostschweiz ausser Amden noch mehrere kleinere Skigebiete, die attraktive Familienkarten anbieten.

Auch bei den Lehrerinnen und Lehrern stiess die OSVS-Aktion wieder auf breite Zustimmung. Wie der Kaltbrunner Schulleiter Hugo Gort feststellt, wird in seiner Schule Wert darauf gelegt, dass alle Kinder der dritten und vierten Klassen einige Male auf den Skis stehen. «Das gehört für

mich zur Schulausbildung in unserer Region», betont er.

Dankbar ist er für die gute Organisation der Skitage durch die Bergbahnen. Sie nahmen viel Aufwand auf sich, um die Lehrpersonen administrativ zu entlasten und den Kindern einen schönen Tag zu ermöglichen.

Den Schneesport fördern

Roger Walsler ist überzeugt, dass mit den vergünstigten Schulskitagen bei manchem Kind die Grundlage für eine lebenslange Schneesportbegeisterung gelegt werden kann. Es sei das Ziel der Ostschweizer Seilbahnen, mit der Aktion den Einstieg in den Schneesport zu vereinfachen und mit einem attraktiven Angebot so vielen Kindern wie möglich die Freude am Skifahren und Snowboarden zu vermitteln.

Auch sei er froh, dass es Lehrkräfte, Helferinnen und Helfer gebe, die sich einen Tag frei nehmen und die Kinder begleiten und betreuen. «Dass dies funktioniert, zeigt die Begeisterung der Kinder auf den Pisten – und beim Mittagessen», schmunzelt er.

Die älteste in der Region rund um die Rigi ist jene von Schwyz. Sie formierte sich bereits im Jahr 1575 und führte am 19. Oktober desselben Jahres eine Chilbi durch. Schon 1865 wurde diese Chilbi aber vom Herbst in die Faschnachtszeit verlegt. Und jetzt findet sie in Schwyz als Sennenchilbi am kommenden Wochenende wieder statt, mitten in der Faschnachtszeit. Am Samstagabend und am Sonntag ab 10 Uhr werden in der «Hofmatt» und im «Alphüttli» auf dem Hofmattplatz diverse Ländlerformationen aufspielen.

GERIS LÄNDLERTIPP

Über den Gotthard

Von Geri Kühne

In Artur Beuls Lied sind «d Bräme» einst über den Gotthard geflogen. Vor der Eröffnung des Gotthardtunnels 1882 trieben Inner-schweizer Bauern nach dem Alp-sommer ihre Sennten Jahr für Jahr über den Gotthard, um die Tiere in der Lombardei zu verkaufen. Irgendwann im Januar waren sie zurück. Mit Geld in der Tasche. Weil auch der Oberallmeind-Nutzen ausbezahlt wurde, Zeit zum Feiern! Das war der Anfang der Sennengesellschaften.

Die älteste in der Region rund um die Rigi ist jene von Schwyz. Sie formierte sich bereits im Jahr 1575 und führte am 19. Oktober desselben Jahres eine Chilbi durch. Schon 1865 wurde diese Chilbi aber vom Herbst in die Faschnachtszeit verlegt. Und jetzt findet sie in Schwyz als Sennenchilbi am kommenden Wochenende wieder statt, mitten in der Faschnachtszeit. Am Samstagabend und am Sonntag ab 10 Uhr werden in der «Hofmatt» und im «Alphüttli» auf dem Hofmattplatz diverse Ländlerformationen aufspielen.

Im Kanton Schwyz existieren heute sieben Sennengesellschaften und eine Sennenbruderschaft (Innerthal). Sie huldigen ihren Sennenchilbenen (in andern Kantonen der Schweiz oft auch Älplerchilbi genannt) zu verschiedenen Zeitpunkten. Ziel ist, Dankbarkeit über den ertragreichen Alpsummer zum Ausdruck zu bringen. Gersau, Feusisberg, Innerthal und Arth feiern ihre Sennenchilbi traditions-gemäss im Herbst. Zur Faschnachtszeit erinnern Schwyz (alle vier Jahre), Illgau (immer am Güdelsmändig), Muotathal (alle fünf Jahre) und Küssnacht am Rigi (die grösste, alle sechs Jahre) an den verlossenen Alpsummer.

Ab dem 20. Jahrhundert verlagerten sich die Akzente etwas: Auf die (Re-)Präsentation des Älplerlebens und des Brauchtums und damit auch auf die Strasse. Die Anlässe bedeuten der jeweiligen Dorfbevölkerung und den Bauernfamilien einen wichtigen gesellschaftlichen Treffpunkt im Jahreslauf.

Zum Programm: In Brunnadern ist am Freitagabend im «Löwen» das HD Ruedi Matter/Werner Reber zu Gast, in der Kaffeehütte an der Eschenbacher Fasnacht das HD Urs Meier/Remo Gwerder (am Samstag die Ländler-Wurliizer). Samstagabend: «Biberegg», Rothenthurm: LK Edi Wallimann/Clemens Gerig. Sonntag: Der «Löwen», Allenwinden, bietet die LK Illgaugruss, der «Adler», Ricken, Menzi/Heinzer/Guntlin, der «Windstock», Rickenbach, das HD Sonja Schälin/Esther Näf, die «Biberegg», Rothenthurm, die LK Reichmuth und am Abend ab 18 Uhr die «Frohe Aussicht» in Uznach Jacqueline Wachter. Am Montagnachmittag spielt die LK Reichmuth in der «Biberegg», Rothenthurm, am Dienstagnachmittag spielen Walten und Leo im «Ochsen», Ernetschwil.

Neue Asylzentren nicht in der Region

Mehrere Kantone haben ihre Bereitschaft signalisiert, eines der bis zu 20 geplanten Asyl-Bundeszentren zu übernehmen. Zu möglichen Standorten vor bisher kaum Konkretes zu erfahren – auch aus St. Gallen.

St. Gallen. – Für den Kanton St. Gallen sind drei Standorte für Bundeszentren mit je rund 400 Plätzen vorgesehen, wie Regierungsrat Fredy Fässler (SP) sagte.

In Altstätten solle das heutige Empfangszentrum des Bundes mit 170 Plätzen einem Neubau mit rund 390 Plätzen weichen.

Die weiteren Standorte seien noch offen. Es müssten auch Gespräche mit den Nachbarkantonen Graubünden und den beiden Appenzell geführt werden, sagte Regierungsrat Fässler.

Mehr Ausschaffungsplätze

Damit schnelle Verfahren möglich sind, müssen die neuen Zentren laut Regierungsrat Fässler nahe beieinander liegen. Ein Zentrum für Renitente steht laut Aussage nicht zur Diskussion.

Aufgestockt werden müssen im Kanton St. Gallen auch die Plätze für Ausschaffungshäftlinge.

Es werde aber auch in Zukunft keine Ausschaffungsflüge vom Flugplatz Altenrhein geben, sagte Fässler gestern auf Anfrage der Nachrichtenagentur SDA. (sda)

Wenn der Kragen zu platzen droht

Auf Einladung des «Fraue Zmorge»-Teams Benken referierte Familientherapeutin Flurina Töndury zum Thema «Mut tut gut». Rund 40 Frauen erfuhren mehr darüber, wie die Kraft der Wut hilft, Spannungen abzubauen.

Von Irene Riget

«Wir Frauen sind sehr harmoniebedürftig und unterdrücken daher leider vielfach angestaute Wut.» Dabei täte es gut, etwas mehr zu toben oder Kissen zu werfen. So begann Flurina Töndury ihren Vortrag, der kürzlich in Benken stattfand. Gefühle unter dem Deckel zu halten blockiere erwiesenermassen die Funktion unseres Körpers und sei ein wahrer Energiefresser. Dies gehe auch aus unserem Sprachgebrauch hervor: «Da kriecht einem eine Laus über die Leber, es liegt etwas auf dem Magen oder wir kriegen weiche Knie.» Anschaulich und lebensnah berichtete Flurina Töndury mit eigener Praxis in Hinwil aus ihrem Leben.

Angreifen, flüchten oder tot stellen

Die dreifache Mutter erzählte offen aus ihrem Familienalltag, wo ihre bald erwachsenen Kinder öfters mal wieder einen pubertären Rückfall erleiden. «Die Spannung muss sich entladen können, denn Wut in sich hinein-zufressen, ist äusserst ungesund.» «Der Körper ist unser Haus. Unser

Leben machen vier Teile aus: Körper, Intellekt, Gefühle und Wertvorstellungen.» Und gerade diese verschiedenen Wertvorstellungen seien es, die immer wieder zum Verhängnis werden, betonte die Referentin. Sei es in der Familie, im Strassenverkehr oder am Arbeitsplatz, es gibt im Alltag viele Gründe, um in Rage zu geraten. Wie bereits bei den Reptilien, so stehen auch uns bei Angst, Not oder Gefahr jeweils drei Möglichkeiten zur Verfügung: Angreifen, flüchten oder tot stellen. Dabei schüttet der Körper Adrenalin aus, was enorme Kräfte



Wut: Energietrainerin Flurina Töndury zeigt die Körpersprache. Bild Irene Riget

verleihen kann. Der Mensch wird von seinen Gefühlen bestimmt, je nach Umgang damit, kann dies Kraft verleihen oder Energie rauben. «Leben Sie Ihre Gefühle aus, statt sie zu unterdrücken.» Die Gefühle nicht auszuleben, das tun wir in unterschiedlicher Form viel zu oft: «Verleihen Sie den Gefühlen Ausdruck, ohne das Gefühl selbst zu sein!» Unterstützt mit der entsprechenden Körpersprache zeigte die Referentin, wie Frau mehr Selbstvertrauen erzielen oder auch mehr Raum einnehmen kann. «Jeder Mensch hat den Schlüssel des Lebens selbst in der Hand», liess sie dazu ver-lauten und ermunterte zu mehr Courage.

Atmen und Abstand nehmen

Wie kann man also einen Wutanfall vermeiden? Wenn die Wut steigt und in einem Wortwechsel schnell einmal der «point of no return» erreicht ist. Dann sind Dinge ausgesprochen, die den anderen verletzen und einem später leid tun. «Atmen Sie ganz bewusst ein und aus und machen Sie eine kleine Pause.» Damit behalte man die Kontrolle – nach spätestens 20 Minuten sei die Wut verrückt und der Körper erholt. «Wut ist wie eine rohe Kartoffel, erst gekocht wird sie geniessbar», sagte Töndury. Zu Beginn des neuen Jahres stellte die Leiterin Irene Fässler die künftige Veranstaltungsreihe des Fraue Zmorge Benken vor. Diese wird am 24. April mit einer Einführung in die Handanalyse fortgesetzt.