

Singen für Menschen mit und ohne Demenz

Lattich Der Verein mosa:k und der Musiker Roman Rutishauser haben beide ihren Sitz im Lattich und bringen jeweils auf ihre Art Menschen zusammen. mosa:k engagiert sich für Menschen mit Demenz und ihre Familien. Rutishauser bringt Menschen zum Singen und Strahlen. Aus ihrer langjährigen Nachbarschaft im Lattich sei nun folgendes Projekt entstanden, heisst es in einer Mitteilung: Zusammen laden sie drei Mal am Samstag, am 21. Januar, 25. Februar und 18. März, von 10 bis 11.30 Uhr zum gemeinsamen Singen im Lattich ein. Es soll ein musikalischer Event für für alle Menschen sein, die gerne singen. Es ist keine Anmeldung erforderlich. *pd*

Innere Sicherheit

Polizei Die Innere Sicherheit in Stadt und Kanton St.Gallen soll verbessert werden, wie die Kantonsregierung an ihrer Jahreskonferenz darlegte. Einsätze im Rahmen des Ostschweizer Polizeikonkordats hätten zugenommen, was die beiden Polizeikorps stark belastete. Deshalb will die Regierung auf Mitte Jahr einen neuen Bericht «Innere Sicherheit» vorlegen und neue Massnahmen festlegen. Gestützt auf den Nationalen Aktionsplan gegen Menschenhandel 2023 bis 2027 will das Sicherheits- und Justizdepartement zusammen mit Teilnehmenden des vor Jahren in St.Gallen geschaffenen Tisch «Menschenhandel» den Handlungsbedarf prüfen. *we*

Jodler suchen Nachwuchs

Der Jodlerclub Stadt St.Gallen lädt zur offenen Probe

Von Ladina Maissen

Bereits über 100-jährig ist der Jodlerclub der Stadt St.Gallen und hat damit eine lange Tradition. Um jüngere Mitglieder für das Jodeln zu begeistern, veranstaltet er kommenden Dienstag eine offene Probe im Kirchgemeindehaus der evangelischen Kirche Linsebühl.

Musik «Neues Jahr – neues Glück und vielleicht auch ein neues Hobby?» Mit diesem Einstiegssatz will der Jodlerclub Stadt St.Gallen Interessierte dazu motivieren, bei ihnen Mitglied zu werden. Nächsten Dienstag lädt er zur offenen Probe ins Kirchgemeindehaus Linsebühl. «Unsere Einladung richtet sich vor allem an ein junges Publikum. Es soll vorbeischauchen und sich informie-

«Auch andere Vereine haben mit einer Überalterung zu kämpfen. Ich glaube, in der Stadt ist das Problem noch akuter als auf dem Land. Hier zieht es die Jungen schneller weiter.»

ren», sagt Christian Lutz, Präsident des Jodlerclubs Stadt St.Gallen, der aktuell 30 Mitglieder zählt – und an dieser Zahl soll sich nicht viel ändern: «Unser Ziel ist es nicht, uns



Über mehr jüngere Mitglieder würde sich der Jodlerclub Stadt St.Gallen freuen. *z.v.g.*

zu vergrössern. Mit der Anzahl an Mitglieder sind wir zufrieden. Aber uns werden in der nächsten Zeit einige Mitglieder altersbedingt verlassen. Diese möchten wir mit jungen, motivierten Mitgliedern ersetzen», erklärt Lutz die Situation, mit welcher der Jodlerclub nicht allein dastehe. Auch andere Vereine in der Stadt hätten mit einer Überalterung zu kämpfen. «Ich habe das Gefühl, in der Stadt ist das Problem noch akuter als auf dem Land. Hier zieht es die Jungen schneller weiter», so der Präsident des Jodlerclubs. Daher wünsche man sich als neue Mitglieder junge Familienväter und -mütter, die in der Stadt bereits gefestigt sind – vor allem Väter: «Es gibt viele Jodlerchöre, die nur männliche Mitglieder haben. Bei uns singen Frauen im Jodelteam und im ersten Tenor. Der Rest, und damit der grösste Teil des Chores, besteht aus Männern.»

Rund zwölf Auftritte im Jahr

Einmal in der Woche, jeden Dienstagabend, trifft sich der Chor um zu proben. Rund zwölf Auftritte veranstaltet er pro Jahr. Im Gegensatz zu anderen Chören, die durch Mitgliederschwund auch finanziell in Bedrängnis geraten, gehe es dem Jodlerclub in dieser Hinsicht gut. Sollten sich aber längerfristig nicht genügend neue Mitglieder finden, wäre dies auch für den langjährigen Traditionsclub, der vor 103 Jahren aus einem Turnverein heraus entstanden ist, ein Problem. «Daher setzen wir Hoffnung in die offene Probe und freuen uns, viele Interessierte zu begrüssen», so Lutz.

Weitere Informationen

Die offene Probe des Jodlerclubs Stadt St.Gallen findet am Dienstag, 24. Januar, 19.30 Uhr, im Kirchgemeindehaus Linsebühl statt.

Verflechtungen mit Russland

Einfache Anfrage In einem politischen Vorstoss macht die St.Galler Stadtparlamentarierin Miriam Rizvi von den jungen Grünen darauf aufmerksam, dass gemäss der Zeitschrift «Saiten» die wirtschaftlichen Verflechtungen mit russischen Oligarchen sowie schwergewichtigen Energie- und Transport-Firmen nicht nur ins Appenzellerland, sondern auch in die Stadt St.Gallen reichen. Hier sei ein «Russischer Verband der Industriellen und Unternehmer» domiziliert. Dem Stadtrat stellt sie unter anderem die Fragen, wie weit ihm bekannt ist, wie eng die Verflechtungen mit russischen Wirtschaftsinteressen in der Stadt sind. *we*

Ja-Komitee für Baumschutz

Politik Am 12. März entscheiden die städtischen Stimmberechtigten über die Ausdehnung des Baumschutzes auf alle Bauzonen der Stadt. Umweltverbände wie der Naturschutzverein Stadt St.Gallen und Umgebung (NVS) und Stadtparteien wie die SP und die Grünen haben sich für diesen Umengang zu einem breit abgestützten Ja-Komitee zusammengeschlossen. Das Komitee hält die vom Stadtrat vorgeschlagene Ausdehnung des Baumschutzes auf alle Bauzonen der Stadt für richtig und wichtig, wie sie in einer Mitteilung schreibt. St.Gallen soll trotz starker Bautätigkeit eine gut durchgrünte Stadt bleiben. *pd*

Shiatsu eine Methode der Komplementär-Therapie

SHIATSU



Shiatsu Gesellschaft Schweiz

Shiatsu für Kinder – Berührung von Beginn an

Die Kindergarten- und Schulzeit stellt hohe Anforderungen an Kinder und Jugendliche. Dies bedeutet oft Stress, und Kinder entwickeln vermehrt Verhaltensauffälligkeiten, fühlen sich müde und klagen über Kopf- oder Bauchschmerzen. Shiatsu ist eine wirkungsvolle und sanfte Methode in der Behandlung verschiedener Beschwerden bei Kindern. Dazu gehören:

- Lern- und Konzentrationsschwierigkeiten
- Stress und Ängste
- Unruhe und Schlafstörungen
- Haltungsbedingte Beschwerden
- Kopf- und Rückenschmerzen, Migräne, Verspannungen



- Verdauungsbeschwerden, Bauchweh
- Infektanfälligkeit und chronische Erkrankungen
- ADS und ADHS

Individuell und spielerisch

Das Anamnese-Gespräch findet mit den Eltern statt. Die Folgebehandlungen beginnen jeweils mit einem kurzen Gespräch, bei älteren Kindern kann das auch in Abwesenheit der Eltern sein, nachdem das Kind Vertrauen zur Therapeutin oder zum Therapeuten gefasst hat. Dann folgt die eigentliche Behandlung auf der Matte, welche individuell und spielerisch gestaltet und dem

Bedürfnis des Kindes angepasst wird. Zum Abschluss der Behandlung lernt das Kind und/oder die Eltern einige Körperübungen für zuhause, die beispielsweise beim Einschlafen helfen können. Shiatsu verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz. Die gezielte Körperarbeit hilft den Kindern, ihren Körper besser zu spüren und ihr inneres Gleichgewicht zu finden. Sie sind nach der Behandlung oft ruhiger und ausgeglichener.

Energiefluss ausgleichen

Therapeutinnen und Therapeuten arbeiten mit Berührung am Körper. Sie nehmen den energetischen Zu-

stand der Meridiane und der dazugehörigen Organe der Klientinnen sowie Klienten wahr, ertasten Blockaden oder energiearme Zonen und nutzen verschiedene Techniken wie Fingerdruck, Dehnungen und Rotationen, um den Energiefluss in den Meridianen und im ganzen Körper auszugleichen. Die Behandlung findet in einer ruhigen Atmosphäre auf einer Matte oder einer Liege im bekleideten Zustand statt. *pd*

Finden Sie professionelle Therapeutinnen und Therapeuten in Ihrer Nähe sowie weitere Informationen zu Shiatsu unter:
www.shiatsuverband.ch

DEIN SHIATSU
BEGEGNEN BERÜHREN BEWEGEN

DENISE BESSE 9205 WALDKIRCH
+41 79 240 41 57
WWW.DEIN-SHIATSU.CH

shiatsu

Therapie für Körper, Seele und Geist

Marianne Aerne

Diplomierte
Shiatsu-Therapeutin SGS

Kobelhöhe 8
9244 Niederuzwil
Mobile 079 674 91 75
www.shiatsu-entdecken.ch
marianne.aerne@bluwin.ch

Heilende Hände für Ihr Wohlbefinden