

Samariterverein Lichtensteig

## Lichtensteiger Samariter in Goldach

Der Samariterverein Lichtensteig überwies Ende Dezember 2022 vom Erlös des Pasta-Schmatzes den aufgerundeten Gewinn von 3000 Franken.

Kürzlich machten sich Mitglieder des Samaritervereins Lichtensteig auf zur Stiftung Ostschweizerischen Blindenführhundes nach Goldach. Von Geschäftsführer und Blindenführhund-Instruktor, Jorge Moreno, sowie Claudia Mazenauer, Stiftungsratsmitglied wurden alle bereits erwartet. Mit einem Rundgang durch die Räumlichkeiten erhielt man Einblicke in den Ausbildungsbetrieb. Aktuell sind vier Hunde in



Anita Bühler, Claudia Mazenauer, Jorge Moreno sowie Thomas Bernert (von links). Bild: PD

der Endphase der Ausbildung. Zwei Hunde sind im Einführungslehrgang und weitere fünf Junghunde sind bei einer Pflegefamilie um festzustellen, ob es sich lohnt, diese Hunde weiter zu fördern.

Der Werdegang eines Blindenführhundes dauert rund 24 bis 30 Monate. Eine sorgfältige Ausbildung kostet zirka 65000 Franken. Mit diesem und weiteren Beiträgen kann damit einem sehbehinderten oder blinden Mitmenschen ermöglicht werden, sich weitgehend selbstständig zu bewegen. Weitere Informationen dazu sind unter [www.o-b-s.ch](http://www.o-b-s.ch) ersichtlich. (pd)

Seniorenwanderer Toggenburg

## Neues Wanderprogramm ist da

Die Verantwortlichen der Seniorenwanderer Toggenburg haben das Wanderprogramm 2023 zusammengestellt. Es beinhaltet sechs Halbtages- und sechs Tageswanderungen und bietet wieder viel Abwechslung.

Die Wanderungen sind für Seniorinnen und Senioren gedacht, die das gesellige und fröhliche Wandern in der Gruppe schätzen. Die Teilnahme setzt eine gute körperliche Verfassung voraus, um zirka zweieinhalb, respektive viereinhalb Stunden in moderatem Tempo mitwandern zu können. Die Wanderungen finden von April bis Oktober jeweils an einem Dienstag statt.

Das Programm beinhaltet ebenfalls eine Wanderwoche in Seefeld, Tirol. In zwei verschie-

denen Stärkeklassen kann unter einheimischer Wanderleitung mitgewandert werden. Aber auch Nichtwanderer haben ge-

nügend Möglichkeiten, sich in dieser prächtigen Umgebung zu vergnügen. Die Ferienwoche findet vom 25. Juni bis 2. Juli

statt. Prospekte liegen dem Wanderprogramm bei.

Nebst der Gestaltung des neuen Programms haben sich die Wanderleiterinnen und Wanderleiter bei der Rettung St. Gallen unter der Leitung von Doris Ackermann einer praxisbezogenen Erste Hilfe Schulung unterzogen. In einem eigens auf die Bedürfnisse ausgerichteten Kurs haben alle nach neuestem Stand gelernt, Erste Hilfe zu leisten – natürlich mit dem Gedanken im Hinterkopf: «Lieber haben und nicht brauchen, als brauchen und nicht haben.»

Alle Angaben sind unter [www.sewato.ch](http://www.sewato.ch) erhältlich. Programme können auch bei Anita Schmid bestellt werden.

Anita Schmid



Die Wanderleiterinnen und Wanderleiter bei der Erste Hilfe Schulung: Karl Schwendener, Max Huser, Remo Bless, Toni Meier, Margreth Bless, Kurt Brugger, Franz Schäfli, Anita Schmid (von links). Bild: PD

Hundesport Toggenburg

## Zwei neue Ehrenmitglieder

34 Mitglieder des Hundesports Toggenburg trafen sich im Restaurant Rössli, Hüsliberg, in Ebnet-Kappel zur Hauptversammlung. Aus Krankheitsgründen konnte der Präsident, Martin Meyer, die Versammlung nicht selbst leiten, was die Wahl eines Tagespräsidenten bedingte. Heinz Brecht als ehemaliger Präsident des Vereins übernahm diese Aufgabe in gewohnt souveräner Art.

Er dankte dem OK und allen, die mitgeholfen hatten, die Lawinenhunde-Schweizermeisterschaft, die kürzlich unter grossem Aufwand stattgefunden hatte, erfolgreich durchzuführen. Die Traktanden gaben keinen Anlass für längere Diskussionen, so dass bald zum erfreulichen Traktandum «Ehrungen» übergegangen werden konnte. Nachdem alle Vorstandsmitglieder, Übungsleiterinnen und Funktionäre einen grossen Zopf entgegennehmen durften, wurden zwei langjährige Mitglieder, die eher im Hintergrund wirken und zum reibungslosen Betrieb der Trainings im Sommer wie

im Winter beitragen, zu Ehrenmitgliedern ernannt: Noldi Tschumper, Krummenau und Roger Good, Wattwil. Letzterer konnte leider nicht persönlich dabei sein. Weitere Mitglieder durften für ihre 10- bis 30-jährige Vereinszugehörigkeit ein Geschenk entgegennehmen. Ebenfalls geehrt wurde Werner Omilin, Ebnet-Kappel, der nach 20 Jahren als Leistungsrichter für

Lawinenhunde zurückgetreten ist.

Das Jahresprogramm bietet in diversen Sparten, ob für Sport- oder Familienhunde, wöchentliche Trainings an. Neben zwei Wettkämpfen im Herbst für Hundesportler wird anfangs Juli erstmals ein Hunderennen für grosse und kleine Sprinter auf dem Trainingsplatz an der Austrasse durchgeführt. (pd)



Eines der neuen Ehrenmitglieder, Noldi Tschumper aus Krummenau, konnte geehrt werden. Bild: PD

Elternforum Wattwil

## Lernen, gewusst wie

Das Elternforum Wattwil konnte für ihren ersten Vortrag in diesem Jahr mit Michèle Zanettin, Lerncoach und Gründerin von [interfocus.ch](http://interfocus.ch), eine Fachperson zum Thema «Lernen» engagieren. Die rund 35 Zuhörerinnen und Zuhörer erhielten wichtige Tipps und Infos für das Lernen mit den Kindern zu Hause.

Interesse und Relevanz sind grundlegende Voraussetzungen für die Motivation, etwas zu lernen. Eine gute Beziehung zu den Lernenden und ein wertschätzender Umgang mit diesen, sind wichtige Voraussetzungen für ein erfolgreiches Lernen. Die Lernenden sollen in den Lernprozess integriert und in die Entscheidungsfindung einbezogen werden.

Gemäss der Expertin soll Trotzreaktionen keine zu grosse Aufmerksamkeit geschenkt werden. Durch eine daraus begründete Zuwendung würde sich der Widerstand nur noch verstärken. Besser ist es, in einem solchen Moment die Situation zu verlassen und später einen neuen Anlauf zu nehmen. Im Voraus

getätigte Abmachungen helfen Konflikte gar nicht erst aufkommen zu lassen.

Die Wiederholung macht es aus. Michèle Zanettin empfiehlt, die Einheiten kurz zu halten, dafür öfter dran zu sitzen. Die durchschnittliche Konzentrationsdauer von Kindern im Alter von 5 bis 15 Jahren ist zirka 15 bis 30 Minuten am Stück. Die Pause, welche danach folgt, sollte aber ohne elektronische Geräte sein, sonst wird das Gelernte wieder gelöscht. Auswendig lernen schafft Kapazität für neuen Lernstoff und beugt Lernschwierigkeiten vor. (pd)



Michèle Zanettin. Bild: PD

Budoclub Toggenburg

## Selbstverteidigung für Frauen

Der letzte Teil des Frauen Selbstverteidigungskurses der Sektion Ju-Jitsu wurde abgeschlossen. 14 Frauen besuchten diesen Kurs und lernten, sich gegen Angriffe der unterschiedlichen Art zu verteidigen.

Was mit viel Körpereinsatz, Schweiß und nachträglichem Muskelkater auf der Matte geübt wurde, konnten die Teilnehmerinnen draussen unter realen

Bedingungen erproben. Situationen wie plötzliches Fassen beim Einsteigen ins Auto oder ein unangenehm aufdringlicher Mann in einer Bar galt es unverletzt zu bestehen.

Die Teilnehmerinnen fühlen sich in ihrem Selbstvertrauen gestärkt und können sich in Notfallsituationen verteidigen.

David Neher

Männerriege Wattwil

## Kämpfen im Slalom

«Slalom», «Schellen» und «Differenz», könnte man meinen wären Bestandteile eines Skirennens. Nein, in diesen «Jassarten» sowie «Molotov», «näher an 40» und «Handjass» wurde um Punkte oder so wenig wie möglich Punkte gekämpft.

25 Männerriegler trafen sich im Restaurant Falken Wattwil zur traditionellen Jassmeisterschaft. In 48 Runden, je acht pro Jassart, versuchten sich alle den begehrten Jassmeistertitel zu ergattern und den alten Jassmeister Max Mettler vom Thron zu stürzen. Um nicht immer mit denselben Jassern am Tisch zu sitzen, wurde nach zwei Jassarten wieder frisch ausgelost. In vielen heissen Jassszenen, mit Können im Slalom, Glück mit den Schellen und knappen Differenzen schmolzen die Minuten und Stunden davon.

Pünktlich um Mitternacht konnten die Organisatoren Kurt Brugger und Fabian Schrepfer die Rangverkündigung starten. So durfte Thomas Baumann als Erster einen Preis entgegennehmen als Gewinner des ersten

Ranges von hinten. Mit Spannung wurde Rang für Rang heruntergelesen, bis schlussendlich nur noch drei Kandidaten für den Sieg zur Auswahl standen. So hofften Sylvan Arpagaus, Hanspeter Foscan und Beat Kreyenbühl, dass sie die Krone aufsetzen dürfen. Am Ende setzte sich Hanspeter Foscan mit

einem Rangpunkt weniger vor Beat Kreyenbühl und mit sieben Punkten weniger als das Neumitglied Sylvan Arpagaus gekrönt werden. Im nächsten Jahr werden ihm alle die Jasskrone wieder streitig machen.

Martin Wichser



Die Gewinner mit Jasskönig Hanspeter Foscan (Mitte). Bild: PD