

Hobbyausstellung öffnet ihre Tore

Flums. – Am 15. November wird die Hobby- und Freizeitausstellung um 16 Uhr im Pfarreisaal mit der Vernissage eröffnet. Die Schnitzerfreunde Flums freuen sich schon zur Eröffnung auf viele Besucher. Rund 20 Aussteller präsentieren der Öffentlichkeit ihre Werke und Erzeugnisse, die auch gekauft werden können. Am Mittwoch, 19. November, sind die Bewohner des Altersheims zu Kaffee und Kuchen herzlich eingeladen. Die Ausstellung ist wochentags jeweils von 15 bis 20 Uhr; sonntags von 10 bis 12 und von 14 bis 20 Uhr, respektive von 13 bis 15 Uhr geöffnet. Der Eintritt ist frei. (pd)

MSS-Infoabend für Schüler und Eltern

Bad Ragaz. – Morgen Mittwoch findet um 19 Uhr ein Informationsabend zur Talentschule Musik im Oberstufenschulhaus, Kirchgasse 10, in Bad Ragaz, statt. Eingeladen sind alle Schüler der sechsten Primarklasse und ersten Oberstufe sowie deren Eltern. Andreas Egger, Schulleiter Bad Ragaz, Sascha Wenk, Koordinator Talentschule Musik, und Martin Egert, Schulleiter Musikschule Sarganserland, werden über das Angebot, Voraussetzungen und den Ablauf der Eignungsprüfung für das Schuljahr 2015/16 informieren. Infos unter (www.ms-sarganserland.ch). (pd)

Eiskunstlaufkurse für Kinder

Sarganserland. – Der Eispark bietet auch in der kommenden Saison wieder Eiskunstlaufkurse für Kinder an. Unter fachkundiger Anleitung können Kinder ab fünf Jahren das Einmaleins auf Kufen lernen. Der Eiskindergarten bietet einen guten Einstieg ins Eislaufen und ist für Mädchen und Knaben geeignet. Hier werden die Grundlagen und Grundschriffe des Eislaufens gezeigt und geübt. Kinder, die bereits selbstständig fahren können, können ihre Technik im Anfängerkurs verbessern und vertiefen, und für ambitionierte Jugendliche und Fortgeschrittene wird ein Kurs angeboten, in dem bereits einzelne Figuren, Pirouetten und Kombinationen einstudiert werden. Weitere Informationen und Daten unter www.eispark.com. (pd)

Beweglichkeit mit Sudoku fördern

Sarganserland. – In diesem Kurs werden diverse logische Methoden kennengelernt, mit deren Hilfe sich Sudokus aller Schwierigkeitsgrade geradlinig ohne Probieren lösen lassen. Der Kurs beginnt übermorgen Donnerstag und dauert zweimal zweieinhalb Stunden, jeweils von 14 bis 16.30 Uhr. Der Kurs findet bei Pro Senectute in Buchs statt. Infos und Anmeldung: Telefon 081 7500150 oder E-Mail: kurse.rws@sg.pro-senectute.ch. (pd)

Berufswahlevent verankern

Am 21. und 22. November findet in Flums der Berufswahlevent 2014 statt. Der Anlass ist für den Berufswahlprozess in der Region für Firmen und Jugendliche wertvoll. Ein Gespräch mit Vertretern der organisierenden Teams.

Von Markus Roth

Flums. – Erstmals wird der Berufswahlevent in der Flumserei durchgeführt. Organisiert wird der Anlass in Kooperation von Cobinet mit der Berufs- und Laufbahnberatung Sarganserland. Jvo Bigger von der Cobinet AG und Michael Dürst, Leiter der Berufs- und Laufbahnberatung Sarganserland, führen die Teams, welche den Anlass tragen.

Seit 2009 gibt es im Sarganserland einen Berufswahlevent. Wie ist dieser entstanden?

Jvo Bigger: Im Jahr 2002 wurde die Cobinet AG gegründet. Die Industrie hatte in den Achtziger- und Neunziger Jahren Schwierigkeiten und der Stellenwert der Berufslehre war nicht gut. Die Bartholet AG begann dann mit der Förderung von Lehrlingen. Zu Beginn hatte der Verbund Cobinet fünf Lehrstellen, heute sind es zwischen 60 und 70. Die Initiative ging von der damaligen Leiterin der Berufs- und Laufbahnberatung Sarganserland, Rosalia Humm, aus. Bei der Cobinet AG wurde ein Projekt in die Wege geleitet. So entstand der Berufswahlevent, welcher von 2009 bis 2013 in der Mehrzweckhalle Flums stattfand. Bei der ersten Austragung waren 13 Aussteller mit dabei. Von Beginn weg war auch die Berufs- und Laufbahnberatung in der Organisation involviert.

Hat sich das Interesse der Aussteller seit dem Start 2009 verändert?

Bigger: Alle Beteiligten mussten immer wieder bei den Firmen nachfragen und die Lehrbetriebe als Aussteller an Bord holen. Es ist spürbar, dass es heute leichter ist, die Betriebe zum Mitmachen zu animieren. Eini-



Bereiten mit ihren Teams den Berufswahlevent 2014 vor: Michael Dürst von der Berufs- und Laufbahnberatung Sarganserland und Jvo Bigger (Cobinet AG).

Bild Markus Roth

ge Branchen haben für die freien Lehrstellen nur wenige Bewerbungen.

«Der Anlass gibt wichtige Impulse»

Michael Dürst, welche Bedeutung hat der Anlass in Flums für die Berufs- und Laufbahnberatung Sarganserland?

Michael Dürst: Die Bedeutung ist sehr gross. Hier haben wir die Möglichkeit, verschiedene Berufe in einer Halle kennenzulernen. Sehr wichtig ist auch der Kontakt der Besucher mit den Lernenden und Berufsfachleuten. Miteinbezogen werden können auch die Eltern. Der Berufswahlevent zeigt ein Abbild von dem, was in der Region in den Betrieben pas-

siert. Wir können ein vielfältiges Angebot kompakt präsentieren. Für den Bereich Berufswahl in der Region gibt der Anlass wichtige Impulse.

In diesem Jahr steht das Thema Mädchen in typischen Männerberufen im Zentrum. Was steckt dahinter?

Bigger: Diese Thematik begleitet den Berufswahlevent seit Beginn weg und ist nach wie vor sehr aktuell.

Dürst: Die Schweiz ist im Vergleich zu den OECD-Ländern im Rückstand, was den Frauenanteil in typischen Männerberufen betrifft. Die Gründe werden wir in einer Veranstaltung am Samstagvormittag (10 Uhr) darlegen. Laut einer Studie von Frau Professor Dr. Margrith Stamm hätte ein Viertel der Mädchen das Potenzial, in technisch-handwerklichen Berufen tätig zu sein. Junge Frauen in typischen Männerberufen werden beim Berufswahlevent von ihrem Weg und Berufsalltag erzählen.

In diesem Jahr findet der Berufswahlevent erstmals in der Flumserei statt. Was ist für Sie speziell an der Austragung 2014?

Bigger: Wir haben immer grosse Unterstützung der Schulgemeinde Flums beim Standort Mehrzweckhalle gehabt. In der Flumserei können wir nun die Ausstellung noch übersichtlicher machen. Wir können in diesem Jahr ein Bild zeigen, welches geordneter ist. Mich freut, dass wir in diesem Jahr wieder neue Berufe zeigen können und die Thematik Mädchen in Männerberufen spezifisch aufgegriffen wird.

Dürst: Ich erhoffe mir, dass der Berufswahlevent als Ganzes attraktiv ist und viele Menschen anzieht. Wichtig ist auch der Zusammenhang zwischen der Entwicklung der Jugendlichen und ihrem Weg in die Berufswelt. Die verschiedenen Akteure müssen hier zusammenarbeiten. Wir müssen zusammen die Jungen an die Berufswelt heranführen.

Eispark mit topmodernem Kühlsystem

Eisprinzessinnen und Hockeyaner aufgepasst: Am kommenden Samstag, 15. November, startet der Eispark Sarganserland in die 9. Saison. Das 20 mal 30 Meter grosse Eisfeld ist ab 13 Uhr für alle offen.

Sargans. – Der Eintritt und die Schlittschuhmiete sind am Eröffnungstag gratis. Um 16 Uhr finden dann der Apéro und die Verleihung des Prix Benevol der Gemeinden Sargans, Mels und Pfäfers statt. Der Prix Benevol würdigt das grosse Engagement der Freiwilligen in den Gemeinden, die jährlich Tausende von Arbeitsstunden unentgeltlich leisten.

Die «Iisbeiz» im Sportpavillon ist den ganzen Nachmittag und Abend offen. Das Team freut sich über regen Betrieb und bietet gluschtige Zvieri oder Znacht an. Natürlich fehlen auch

feiner Punsch und weitere Durstlöcher nicht im Sortiment. Der Eispark bietet Jung und Alt die Möglichkeit, sich an der frischen Luft sportlich zu betätigen.

Diverse Aktivitäten finden auf und neben dem Eis statt. Verschiedene Hockeymannschaften, die Hockeyschule der SEG, der Eisstock-Verein und mehrere Eiskunstlaufkurse belegen das Eis in den Abendstunden.

Investiert

Auf die neue Saison konnte der Eispark Sarganserland aus eigenen Mitteln grosse Investitionen tätigen. So verfügt die Eisbahn neu über ein topmodernes Kühlsystem, das den Energieverbrauch deutlich reduziert und jederzeit erweiterbar ist. Ebenfalls wurden die Banden verstärkt, erneuert und mit einem praktischen Handlauf ausgestattet. Für die ganz Kleinen wurden mehrere Bobby-Eiskunsthilfen

angeschafft, die neu gratis zur Verfügung stehen.

Rund um den Eispark finden verschiedene Events statt. Neu in dieser Saison sind die Ice&Dine-Abende für jedermann.

Veranstaltungen im Eispark

Am 28. November, 12. Dezember und 23. Januar sind (auf Voranmeldung) alle willkommen zu einem Apéro, unterhaltsamen Spielen auf dem Eis und Raclette à Discretion im «Iisbeizli». Am 17. Januar 2015 findet das Pizolpark-Iisfesch mit Alleinunterhalter Wolfgang Frank und der Eisgala der Eisprinzessinnen und -prinzen statt. Die Eisdisco Mojas rockt am 24. Januar, und am 11. Februar besuchen die Schnitzelbänke Vacanser und Nörger den Eispark. Für Unterhaltung, Spass und Spannung ist also während der ganzen Eispark-Saison gesorgt. Bei allem Spass wird die Sicherheit

nicht vergessen: Das Tragen von Helm und Handschuhen ist für Kinder und Jugendliche obligatorisch. (pd)

Ein paar Fakten

Saisonschluss im Eispark Sarganserland ist am 1. März. Bis dahin ist der Park wie folgt geöffnet: Montag 13.30 bis 17.30, Dienstag 13 bis 17.30, Mittwoch 13 bis 16.45, Donnerstag ausschliesslich für Schulen, Freitag 13 bis 17.30, Samstag 13 bis 17.30, Sonntag 11 bis 17 Uhr. Während der Weihnachtsferien gelten besondere Öffnungszeiten. Diese Infos findet man unter www.eispark.com. Ebenso wie etwa den Hinweis, dass die Saisonkarte für den Eispark auch für die Nutzung der Eisbahn Wädenswil und Eispark Uetikon berechtigt. (pd)

ANZEIGE

Qi ist die vitale Energie des Körpers und der Seele.

Qi

Wenn durch Stress die Energie schwindet

Während Jahren engagierte sich der 42-jährige Projektmanager mit Herzblut für «seine» Firma. Er spürte nicht, dass er immer angespannter und gereizter reagierte. Seine Arbeiten erledigte er oft auch zu Hause, was zusätzlich zu Beziehungsproblemen führte. Kontinuierlich litt er an Schlafstörungen, Rückenschmerzen und Erschöpfung. Die MediQi Fachärztin für TCM stellte fest, dass

eine durch Stress ausgelöste Stagnation des Leber-Qi's sowie eine Blockade der Energieleitbahnen bestand. Schon nach drei Behandlungen mit Akupunktur, chinesischen Arzneimitteln und Tui-Na Massage hatten sich die Beschwerden stark verbessert. Nach Therapieabschluss waren die Rückenschmerzen verschwunden und er konnte wieder gut durchschlafen.



Gratis Infoline 0800 80 33 66, www.mediqi.ch

MediQi Chinesische Medizin
Aarau · Baden · Bad Ragaz · Cham · Chur · Uster · Zürich

7310 Bad Ragaz Medizinisches Zentrum Bad Ragaz
Tel. 081 300 46 60, badragaz@mediqi.ch

Mittags- und Abendsprechstunden

Medizinischer Partner:
Medizinisches Zentrum Bad Ragaz

