

Ski Freestyle

Mit viel Drehung
aufs Podest

Anouk Andraska. (Archivbild: zVg)

(Mitg.) Beim Europacup in Davos sicherte sich Anouk Andraska von «Appenzellerland Sport» im Big Air den zweiten Rang. Die talentierte Athletin aus Gais zeigte eine ausgezeichnete Leistung und konnte sich erfolgreich gegen ihre Konkurrenz behaupten. Ihr Können und ihre Ausdauer zahlten sich aus, und sie landete verdient auf dem Podest.

Skicross Europacup

Erster Sieg für
Tatjana Meklau

Erster Sieg im Europacup für Tatjana Meklau (Mitte) im Skicross. (Bild: zVg)

(Mitg.) Tatjana Meklau von «Appenzellerland Sport» hat im italienischen San Pellegrino ihren ersten Europacupsieg im Ski Cross errungen. Nachdem sie am Freitag den dritten Platz belegte, konnte die Verlobte von Leichtathletik-Star Simon Ehammer am Samstag den ersten Platz erreichen. Diese herausragende Leistung sicherte Meklau den Gesamtsieg und damit ihren ersten Triumph im Europacup. Mit Geschwindigkeit und Präzision meisterte sie die anspruchsvolle Strecke und setzte sich gegen die starken Konkurrentinnen durch. Ihr Sieg ist ein Meilenstein in ihrer Karriere und ein Beweis für ihr Talent und ihre harte Arbeit.

Revisionsarbeiten an «Kastenbahn»

Drehrestaurant und
Seilbahn geschlossen

(Mitg.) Die Seilbahn Hoher Kasten und das Drehrestaurant bleiben von 26. Februar bis 28. März infolge umfangreicher Revisionsarbeiten geschlossen. Am Karfreitag, 29. März 2024, heissen die «Kastenbahn» und das Drehrestaurant wieder alle Gäste willkommen. In diesem Jahr liegt der Schwerpunkt der Revisionsarbeiten auf dem Austausch der Spannseile der vier Spangewichte, die für das Abspannen der Tragseile verantwortlich sind. Dies schreibt die Hoher Kasten Drehrestaurant und Seilbahn AG in einer aktuellen Medienmitteilung. Zusätzlich dazu stehe der Austausch der Thyristoren im Fokus, welche die Motoren des Bahnbetriebs elektrisch ansteuern.

Naturmedizin aus dem Kräutergarten ist aktueller denn je – sehr gut besuchter Vortrag in Gais

Heilkräuter wachsen im Garten Gottes für Mensch und Tier

«Gottes gegebener Garten» hiess der markante Titel der Veranstaltung der Erwachsenenbildungsgruppe der evangelisch-reformierten Kirchgemeinden Gais und Bühler vom Mittwochabend. In diesem Garten kennen sich die Kapuzinerinnen vom Kloster Leiden Christi aus Jakobsbad besonders gut aus.

– Claudia Hutter

Schwester Dorothea, Ladenleiterin, und ihre Mitschwester Chiara waren aus Jakobsbad nach Gais angereist. Mit im Gepäck hatten die Kapuzinerinnen einige Produkte aus ihrem Laden, den sie im Kloster Leiden Christi in Jakobsbad erfolgreich betreiben. «Wir wollten für unsere Veranstaltungsreihe etwas mit «Chrütli» und «Säftli» anbieten», sagte Priska Walliser von der Erwachsenenbildungsgruppe. «So kamen wir schnell mal auf die Schwestern aus Jakobsbad, die der Einladung gerne zusagten.»

Einzigartiges Fachwissen

Das Interesse am Thema war gross, der Pfarreisaal im Kirchgemeindehaus in Gais gut besetzt. Die Vortragsgäste nutzten bereits während und auch nach der Präsentation die Gelegenheit, Schwester Dorothea Fragen zu stellen. Einige von ihnen stellen selbst Salben oder Tees her, sind Hobbygärtner oder beschäftigen sich gar beruflich mit Heilpflanzen. Das Kloster Leiden Christi wurde 1851 gegründet. «Heute leben wir in einer Gemeinschaft von sieben Schwestern, zwei Hunden, Katzen, Enten und Hühnern», erzählte Schwester Dorothea. Als Kapuzinerinnen richten sie ihr Leben nach den Regeln des Heiligen Franziskus. «Im Mittelpunkt steht die gelebte Nachfolge Jesu, die ihren Ausdruck im Dienst an Gott und den Menschen findet», lautet der Grundsatz der Klosterschwester. Die Schwestern bewirtschaften zusammen einen grossen Kräuter- und Gemüsegarten. «Der Kräutergarten wird immer grösser», sagte Schwester Dorothea und fügte lächelnd hinzu: «Selbst arbeite ich nur selten im Garten, das macht die Gartenschwester».



Schwester Chiara (links), die ihrer Mitschwester assistierte, und die Referentin Schwester Dorothea freuten sich über das grosse Interesse an ihren Produkten und ihrem Leben im und mit dem «Garten Gottes» in Jakobsbad. (Bild: Claudia Hutter)

Produkte und Rezepturen

Sie selbst ist für die Herstellung der Produkte, den Einkauf und den Laden zuständig. Dazu haben sie im Kloster auch Angestellte, die im Lohnverhältnis arbeiten. Im modernen, grosszügig gestalteten Klosterladen, der 2010 im ehemaligen Knechtstaus eröffnet wurde, findet man eine Vielzahl an Naturprodukten, Hausspezialitäten, Pflegeprodukten, Geschenksets, Büchern und Devotionalien. Nicht selten reisen Kunden gar aus dem Ausland an, um sich im Laden der Kapuzinerinnen umzuschauen und Produkte von den Klosterschwestern mit nach Hause zu nehmen. Viele ihrer natürlichen Heilmittel sind einzigartig, da sie auch heute noch nach alter Rezeptur hergestellt werden. Die Tees, Tropfen, Salben, Liköre und Sirups können auch über den Online Shop bestellt werden. Ursprünglich lernte Schwester Dorothea den Beruf der Köchin. Danach machte sie, nach dem Eintritt ins Kloster, eine

Zusatzausbildung als Apothekenhelferin, wie es damals noch bezeichnet wurde. Mit den Produkten aus dem «Naturgarten Gottes» Gesundes für Mensch und Tier herzustellen, das faszinierte sie. Auch für Tiere gibt es einige Angebote im Laden der Schwestern.

Wermuth entgiftet die Leber

Besonders erwähnte Schwester Dorothea beim Vortrag den Angelika-Likör, eine Art Markenzeichen des Klosters. Er wird nach einer uralten Tradition des Hauses hergestellt. Die Schwester ging in ihrer Powerpoint-Präsentation durch eine ausgewählte Anzahl an Heilpflanzen und zeigte deren Wirkung auf, wozu die Pflanze verarbeitet wird und worauf man achten sollte. Das Frauenmänteli etwa ist ein Heilkraut, das besonders Frauen bei Beschwerden hilft. So wirkt es entzündungshemmend, wie viele andere Heilpflanzen auch, und krampflösend. Der

Thymian ist bekannt für seine antibakterielle Wirkung, besonders empfohlen bei Husten und Erkältung. «Wermuth ist eine bittere Sache», so die Schwester. «Sehr bitter sogar, doch hilft er dadurch beim Entgiften der Leber.» Auch der Löwenzahn, der bald wieder spriessen wird, weist diese Wirkung auf. Er entgiftet auch die Augen von innen heraus, verriet die Fachfrau vom «Garten Gottes».

Kohlsalbe half dem Hund

Das Kleinblütige Weidenröschen etwa gehen die Nonnen im Kronberg-Gebiet suchen, denn dort kommt es in grosser Anzahl vor. Schwester Dorothea empfiehlt es bei Prostatabeschwerden und Nieren- oder Blasenentzündungen. Für Tinkturen nimmt sie die eingekauften, für Tees die selbst gepflückten und getrockneten Pflanzen. Grundsätzlich greift sie nur auf getrocknete Pflanzen zurück für ihre Herstellung, keine Frischpflanzen.

Es gibt auch wenige Produkte und Substanzen zur Produktion, welche die Schwester zukaufen muss. Sie achtet dabei auf hundertprozentig natürliche Inhaltsstoffe. Den Federkohl, eine Gemüsesorte, in Form von Salbe empfahl sie ebenfalls. Als Gemüse möge sie ihn nicht besonders, umso mehr ist sie von seiner heilenden Wirkung als Kohlwickel oder Kohlsalbe überzeugt. Dabei stimmten ihr einige aus dem Publikum zu. Mit der Kohlsalbe konnte Schwester Dorothea auch schon dem Klosterhund helfen. Sie verfügt über ein grosses Wissen, wie Heilpflanzen nicht nur Menschen helfen, sondern auch Tieren.

Nächster Vortrag

(chu) Die nächste Veranstaltung aus dem Vortragszyklus der Erwachsenenbildungsgruppe der evangelisch-reformierten Kirchgemeinden Gais und Bühler findet am Mittwoch, 13. März, statt. Dann wird Marcus Kradolfer, Direktor der Polizeischule Ostschweiz, der Frage nachgehen «Ist das Böse nur eine Frage der Perspektive?».

Spatenstich zum Besucher- und Therapiezentrum im Psychiatrischen Zentrum AR

Ankunftsort für alle Anspruchsgruppen



Am Spatenstich zum BTZ beteiligt: Andreas Roos (VRP SVAR), Evelyne Uhrig (Leiterin Pflege PZA), Dr. med. Mirjana Vidakovic (Chefärztin PZA), Yves N. Balmer (Landammann Kanton AR), Patrick Gressbach (CEO SVAR), Yves Marzoli (CFO & Stv. CEO SVAR), Claudio Däscher (Gesamtprojektleitung Patio Partner AG), Marija Biuk (Stv. Gesamtprojektleitung Patio Partner AG). (Bild: zVg)

Mit Gästen aus Politik, Verwaltung und den am Projekt beteiligten Organisationen feierte die Bauherrschaft Spitalverbund Appenzell Ausserrhoden (SVAR) am 22. Februar im Rahmen des symbolischen Spatenstichs den Baubeginn des Besucher- und Therapiezentrums (BTZ) im Psychiatrischen Zentrum AR (PZA).

(svar) Das Zentrum wird als zentraler Ankunftsort für sämtliche Anspruchsgruppen, welche das PZA aufsuchen, fungieren. Damit wird das Gebäude zum «Gesicht» des Psychiatrischen Zentrums gegen aussen und repräsentiert das moderne psychiatrische und psychotherapeutische Angebot.

Viergeschossig mit Holz erbaut

Der SVAR veranstaltete für den Neubau einen einstufigen Gesamtleistungswettbewerb im selektiven Verfahren. Ziel war hinsichtlich Architektur, Städtebau, Betrieb, Ökonomie und Ökologie ein optimiertes Projekt zu erlangen, welches das gesetzte Kostenziel beinhaltet und im vorgegebenen Zeitraum realisiert werden kann. Im Herbst 2021 gewannen Blumer-Lehmann AG zusammen mit Ruprecht Architekten GmbH den Gesamtleistungswettbewerb «Neubau Besucher- und Therapiezentrum» auf dem Krombach Areal. Dem Siegerprojekt gelingt es, mit einem Holz-Beton-Hybridbau die unterschiedlichsten Anforderungen zu erfüllen.

Mit Ausnahme des Treppenhauses und den Zwischendecken, die aus Beton bestehen, wird die gesamte Tragstruktur des viergeschossigen Gebäudes in Holzbauweise erstellt. Diese Bauweise mit vorgefertigten Bauteilen ermöglicht das flexible Nutzungskonzept umzusetzen. Zudem sorgt das verwendete Holz für ein behagliches Raumklima im Gebäude und die Bauzeit wird auf ein Minimum reduziert. Die Fertigstellung des Gebäudes ist für Frühling 2025 geplant.

Fächerübergreifender Austausch

Im Erdgeschoss wird sich der Empfang sowie die Tagesklinik befinden. Im ersten und zweiten Obergeschoss gibt es zentralisierte Büros von verschiedenen

Ärztinnen und Ärzten sowie Psychologinnen und Psychologen, weiteren Berufsgruppen sowie der Leitung des PZA. Die Auflösung der Einzelbüros zugunsten von modernen Gruppenbüros ermöglicht einen fachübergreifenden und unerschwelligen Austausch, was in erster Linie den behandelnden Patientinnen und Patienten zugutekommt. Im 3. Obergeschoss werden die verschiedenen Fachtherapien untergebracht. Das Angebot wird durch die im Untergeschoss befindenden Bewegungstherapiebereiche mit den dazugehörigen Umkleebereichen ergänzt. Für die Bewegungstherapie ist vorgelagert im Aussenraum eine Aufenthaltszone vorgesehen.