



Achtung, fertig, los!

Lesen Sie mehr über «dä schnällst Wittebacher» auf Seite 13

Zwischenbilanz Förderung ÖV-Abos

Seit diesem Jahr unterstützt die Gemeinde den Kauf von ÖV-Abos mit einem Förderbeitrag. Über 130 Gesuche sind im ersten halben Jahr eingegangen.

Seite 2

Kinderhütedienst im Familienwerk

Wohin mit dem Kleinkind bei einem Termin? Das Familienwerk möchte einen Kinderhütedienst erproben, der Familien einmal monatlich zur Verfügung steht.

Seite 4

Nr. 27 | 3. Juli 2025

wir
sind **Wittenbach**

am Puls

Förderung ÖV-Abos: Zwischenbilanz

Im ersten Halbjahr der Förderung von ÖV-Abos sind über 130 Gesuche eingegangen. Nach den Sommerferien wird ein Anstieg erwartet.

Seit Anfang 2025 unterstützt die Gemeinde Wittenbach den Kauf von ÖV-Abonnements mit einem Förderbeitrag. Ziel der Massnahme ist es, die Nutzung des öffentlichen Verkehrs attraktiver zu machen und der Zunahme des motorisierten Individualverkehrs entgegenzuwirken. Finanziert wird die Förderung aus dem Energiefonds.

Knapp 130 bewilligte Gesuche

Bis Mitte Juni sind insgesamt 133 Gesuche eingegangen, davon wurden 129 bewilligt und 4 abgelehnt. Die Gemeinde hat bislang rund 13500 Franken ausbezahlt – weniger als im Budget vorgesehen war. Die Auszahlungen erfolgen gestaffelt, weshalb bei einigen der be-

willigten Gesuche der Betrag noch ausstehend ist. Die Gesuche werden gesammelt verarbeitet, weshalb es bis zur Auszahlung etwa zwei Monate gehen kann. Die meisten Fördergesuche betreffen Ostwind-Jahresabos mit zwei Zonen. Darüber hinaus wurden auch einige Juniorenabos und Senioren-GAs eingereicht. Die Vielfalt zeigt: Von der Massnahme profitiert eine breite Bevölkerungsschicht – das brachte seit dem Start der Fördermassnahme mehrere positive Rückmeldungen ein.

Mehr Gesuche nach den Sommerferien erwartet

Im August wird mit einem weiteren Anstieg der Gesuche gerechnet. Denn viele lösen ihr Abo im Zusammenhang mit einem Schul- oder Ausbildungswechsel – etwa zu Beginn des neuen Schuljahres oder beim Start der

Lehre. Diese Entwicklungen könnten nochmals zu einem deutlichen Schub bei den Gesuchzahlen führen. Ablehnungsgründe sind insbesondere der Kauf eines Abos im falschen Zeitraum oder unvollständige Unterlagen. Nur Abonnemente, die im Kalenderjahr 2025 gelöst werden, sind förderberechtigt. Wer beispielsweise bereits 2024 ein Abo gekauft hat, kann die Förderung erhalten, wenn im Laufe dieses Jahres ein neues Abo gelöst wird. Gesuche können über das Formular unter wittenbach.ch der Gemeinde eingereicht werden. Im September wird die Energiestadtkommission einen Zwischenstand zur Förderung der ÖV-Abos ziehen und über das weitere Vorgehen beraten.

Isabel Niedermann |



Die meisten Gesuche beziehen sich auf ein Ostwind-Jahresabo mit zwei Zonen.

Publikationsorgan der Gemeinde Wittenbach
Erscheint donnerstags in Wittenbach.


wittenbach

Herausgeber:
Politische Gemeinde Wittenbach
www.wittenbach.ch, 071 292 21 11

Titelbild: FC Wittenbach

Verlag, Layout, Inserate und Druck:
Cavelti AG, Gossau
ampuls@cavelti.ch, 071 388 81 81

Auflage: 5000 Ex. (gedruckt auf 100% Altpapier,
blauer Engel)

Die aktuellen Inseratarife sowie Erscheinungsdaten sind online unter www.ampuls-wittenbach.ch abrufbar.

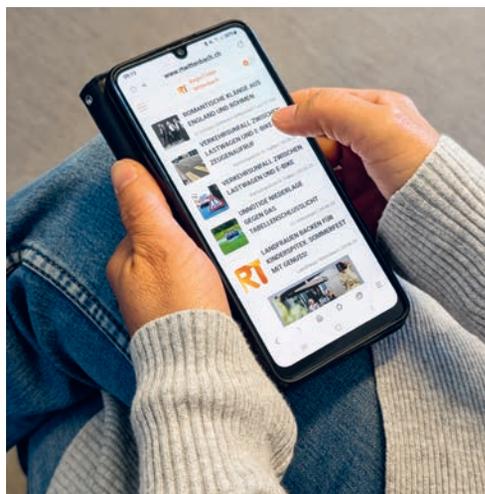
Redaktionsschluss: Montag, 7. Juli, 10.00 Uhr.

Einsendungen (Inserate und Texte)
an ampuls@cavelti.ch.

Leserbriefe im RegioTicker

Im RegioTicker sind ab sofort auch Leserbriefe möglich. Dazu finden Sie die Spielregeln für die Publikation der Leserbriefe sowie die Anmeldebedingungen unter rtwittenbach.ch. Pro Person sind maximal zwei Leserbriefe pro Monat zulässig, diese werden jeweils kosten-

los mit Name und Profilbild veröffentlicht. Die PubliTool-App steht zur Verfügung, um die Erstellung zu erleichtern und die Inhalte durch einen KI-Experten-Check auf grammatikalische und rechtliche Korrektheit zu überprüfen. Dabei werden Datenschutzbestimmungen, relevante Gesetze und die Empfehlungen des Schweizer Presserats berücksichtigt. Bei Missbrauch kann das Konto gelöscht werden.



Einführungskurse

Für jene, die Unterstützung benötigen, bietet die GrauCode GmbH (Herausgeberin des Regio-Tickers) Einführungskurse an. Diese finden am Samstag, 5. Juli, um 10.00 und 11.00 Uhr, sowie am Samstag, 12. Juli, um 10.00 und 11.00 Uhr, im Bits Café & Bar in Wittenbach statt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, bringen Sie einfach Ihren Laptop mit.

Isabel Niedermann |

Vandalismus beim Waldplatz der Spielgruppe

Die Waldspielgruppe der Spielgruppen Wittenbach besucht regelmässig das Florenwäldli, wo sie sich bei einer Feuerstelle ein Plätzchen eingerichtet hat. Doch leider wurde dieser Ort in den letzten Wochen bereits drei Mal beschädigt und verunstaltet: Sprayereien, achtlos zurückgelassener Abfall, herumliegende Flaschen, Beschädigungen an den Sitzgelegenheiten ums Feuer, Sitz-Holzruggel, die ins angrenzende Feld geworfen werden. «Es ist unglaublich frustrierend, wenn wir mit den Kindern hochkommen und als Erstes aufräumen müssen», sagt Conny Forrer, Co-Präsidentin der Spielgruppe Wittenbach. Auch die Gemeinde verurteilt diesen Vandalismus und beauftragt den Sicherheitsdienst, der jeweils in der Sommerzeit in der Gemeinde patrouilliert, den Waldspielgruppenplatz wie auch weitere Waldplätze aufzusuchen.

Isabel Niedermann |

31. JULI 2025 | AB 16 UHR | ZENTRUMSPLATZ

Bundesfeier

GEMEINDE WITTENBACH

| | |
|-----------------|--|
| 16.00 Uhr | Eröffnung |
| ab 16.00 Uhr | Kinderschminken «Kinderbunt» |
| 17.00 Uhr | Professor Bumbastic «Knallegra» Show |
| 20.30 Uhr | Begrüssung durch Gemeinderat |
| 20.35 Uhr | Festrede durch Ralph Weibel |
| 21.15 Uhr | Lampionumzug |
| 21.30 Uhr | Nationalhymne, Musikgesellschaft Konkordia |
| 22.30 Uhr | LED Duo Show «The Blackouts» |
| 21.00–02.00 Uhr | Barbetrieb im Bits |

wittenbach



Drei Holzruggel landeten durch die Vandalen im angrenzenden Maisfeld.



Der Waldplatz der Waldspielgruppe wurde inzwischen wieder aufgeräumt.

Monatliches Kinderhüten im Familienwerk

Im Familienwerk entsteht in einer einjährigen Projektphase ein Kinderhütendienst. Dieser soll einmal im Monat an einem Freitagvormittag von 9.00 bis 11.00 Uhr angeboten werden und richtet sich gemäss Astrid Addison, Leiterin des Familienwerks, an Familien mit Kindern im Alter von ein bis maximal fünf Jahren. «Während dieser zwei Stunden, die von zwei Betreuungspersonen begleitet werden, können die Kinder spielen, malen, toben und Znüni essen.» Die Gruppengrösse ist auf maximal zehn Kinder beschränkt.

Überlastung vermeiden

«Das Angebot ist kein Ersatz für eine Spielgruppe», stellt Addison klar, «es soll Familien eine flexible und zuverlässige Betreuung ermöglichen, um Termine wahrnehmen zu können.» Damit sollen Familien entlastet werden. Insgesamt zielt das Projekt darauf ab, das Wohlbefinden der Familien zu fördern, die Gemeinschaft vor Ort zu stärken und Überlastung vorzubeugen.

Hintergrund Elternumfrage

Das Projekt «Kinderhüten» entstand aufgrund einer Elternumfrage im Familienwerk

aus dem Jahr 2021. Die Umfrage hatte das Ziel, Bedürfnisse der Familien in Bezug auf das Familienwerk zu erfassen. Eine zentrale Rückmeldung der Eltern betraf die Einführung eines

«Das Angebot ist kein Ersatz für eine Spielgruppe.»

Kinderhütendienstes, der spontane und kurzfristige Betreuung ermöglichen soll. «Diese Idee wird vom Zentrum Frühe Bildung der Pädagogischen Hochschule St.Gallen unterstützt», so Addison, «Erfahrungen aus anderen Familienzentren würden zeigen, dass solche Angebote langfristig Hemmschwellen beim Aufsuchen von Unterstützungsangeboten abbauen und Eltern entlasten können.»

Isabel Niedermann |

Betreuungsperson gesucht

Für den Pilotbetrieb des Hütendienstes werden nun zwei Betreuungspersonen gesucht, welche den Hütendienst übernehmen.

Es handelt sich dabei um ein kleines Pensum von ca. 2,5 Stunden pro Monat. Das Stelleninserat ist auf wittenbach.ch oder mittels QR-Code einsehbar.



Jugendparlament im Kantonsratssaal

OZ GRÜNAU Die letzte Sitzung des Jugendparlaments der Oberstufenschule Grünau fand in diesem Schuljahr in einem besonderen Rahmen statt: Alle Klassenvertretungen haben das Regierungsgebäude besucht und eine Sitzung im Kantonsratssaal abgehalten. An dieser Sitzung wurde das vergangene JuPa-Jahr ausgewertet und Schlüsse fürs nächste Schuljahr gezogen.

Eva Joos |



Reminder: Öffentlicher Workshop zur Schulentwicklung

PRIMARSCHULE Gerne erinnern wir Sie, dass die Gemeinde Wittenbach alle interessierten Personen und Gruppierungen zum öffentlichen Workshop zur Schulentwicklung einlädt. Ziel ist es, Stimmen verschiedener Anspruchsgruppen aufzunehmen und in die weitere Entwicklung einfließen zu lassen.

Samstag, 6. September, 9.15 bis ca. 16.30 Uhr
Für einen Imbiss ist gesorgt

Willkommen sind Eltern, Lehrpersonen sowie alle, die sich für die Zukunft unserer Schule interessieren.

Anmeldung

Bei Interesse melden Sie sich bis am 11. Juli für den Workshop an via Anmeldeformular auf www.schule-wittenbach.ch unter «Anmeldung».



Das monatliche Kinderhüten soll Familien eine flexible und zuverlässige Betreuung ermöglichen, um Termine wahrnehmen zu können.

Lager Umwelteinsatz in Soazza

OZ GRÜNAU Wir haben uns am Sonntag, 12.50 Uhr, am Bahnhof Wittenbach versammelt und auf den Zug 13.02 Uhr gewartet. In St.Gallen und Sargans stiegen wir um und kamen dann in Chur an. Mit dem Bus ging es dann bis nach Soazza. Von dort aus ging es 15 bis 20 Minuten den Berg rauf bis zum Haus. Die Jungs stellten ihr Zelt auf und die Mädchen bezogen ihr Rustico. Wir waren eine Gruppe von 18 Schüler*innen aus den Klassen R3ab, welche Lust hatten, dieses freiwillige Lager zu machen. Unsere Lehrperson sagte, dass ein Umwelteinsatz mit viel strenger Arbeit verbunden sei, aber dieses Lager ein schöner Abschluss der Oberstufe sein könne.



Wo machen wir das?

Wir sind in Graubünden im Dorf Soazza im Misox. Wir arbeiten auf Hügeln und in den Hängen der Kastanienselven.

Warum machen wir das?

Kastanien brauchen Platz und dieser Platz muss immer wieder geschaffen werden. So entstehen keine Wälder und die Kastanienbäume tragen Früchte. Wir machen das, um die Vielfalt der Tiere und Pflanzen beizubehalten.



Was machen wir?

Lebens- und Arbeitsbedingungen

Wir haben die Brombeeren abgeschnitten, weil die Tiere diese nicht essen können. Danach haben wir das Heu vom Gras gereicht und zur Seite gestellt. Das Heu haben wir dann nochmal gedreht, damit es trocknet. Dann haben wir es in einer Linie mit den Rechen zusammengenommen und unser Arbeitgeber Oscar hat es mit dem Wagen abgeholt. Das war aber nur auf einem Feld möglich. Die anderen Felder waren steil und es kann sehr gefährlich werden, wenn man abrutscht, dann stürzt man den ganzen Hang runter. Einige Schüler*innen hatten auch Angst, in diese Hänge zu steigen, aber sie schafften es und am Ende der Woche ging es gut, in diesem unwegsamem Gelände zu gehen. Es ist eine körperlich sehr anstrengende Arbeit, aber man lernt viel dazu. Es war dazu noch sehr heiss und wir mussten viel Wasser trinken. Einmal während der Arbeit hat es stark angefangen zu regnen, weshalb wir alle schnell zu den Zelten und Häusern gelaufen sind. Wir haben in diesem Berggebiet auf einer Fläche von insgesamt zwei Hektaren Heu von Hand zusammengeführt und in Netzen und Blachen gesammelt. Dieses holte am Freitagmorgen ein Helikopter ab.



Wie wohnen wir?

Die Mädchen schlafen in einem Rustico mit Hochbetten und die Jungs in einem Zelt. Im Haus ist es bequem, im Zelt zwar auch, aber man brauchte eine Matte. Unter den Zelten sind ein paar Steine und wenn man keine Matte hat, dann ist es unbequem. Wir haben saubere Duschen und Toiletten, aber leider ist der Abwasserkanal bei den Duschen nicht so gut, weswegen wir immer mit einem Wasserbesen darüberwischen mussten. Am Morgen hatten wir immer eine halbe Stunde lang Frühstück.

Am Mittag sind wir meist wieder zurück, um zu essen, hatten dann eine halbe bis eine Stunde Pause und sind dann wieder zurück an die Arbeit. Wir hatten am Tag immer ungefähr sechs Stunden Arbeit. Am Abend wurde gekocht. Manchmal haben wir gegrillt, zum Beispiel Hamburger oder Würste. Das Essen war sehr gut und es reichte auch immer für alle.



Ausflug nach Bellinzona

Am Mittwoch sind wir am Nachmittag nach Bellinzona gefahren, um dort die Freizeit zu geniessen. Wir sind mit dem Bus gefahren. Nach etwa drei Stunden in der Stadt von Bellinzona, wo wir machen konnten, was wir wollten, sind wir am Abend gegen 18.00 Uhr in eine Pizzeria Abendessen gegangen und danach direkt wieder zu unserer Unterkunft in die Berge.

Rückblick und Fazit

Es waren fünf sehr tolle Tage, die wir miteinander verbracht haben. Man hat jetzt gesehen, wie es für andere ist, jeden Tag hart auf den Feldern zu arbeiten. Es ist sehr anstrengend. Es gibt wenig Pausen, es gibt immer etwas zu tun. Man steht meist früh auf, wie zum Beispiel auch schon um 6.00 Uhr morgens. Es war trotzdem eine schöne Woche, da es die zweitletzte Schulwoche und das letzte Lager war. Wir waren zwar oft sehr müde am Abend, haben aber unsere Arbeiten gemacht. Wir wurden von den Lehrpersonen und von unserem Arbeitgeber Oscar dafür gelobt, dass wir so gut mitgearbeitet haben. Wir hatten in dieser Woche nämlich die steilsten Hänge vom ganzen Gebiet und waren stark in der Teamarbeit. Ich denke, wir können stolz auf uns sein.

Viktor Töth, R3a |

Beratungsstelle für Eltern von Kleinkindern

Mütter- und Väterberatung

Unterstützung für Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern bis fünf Jahre.

Familienwerk

Vogelherdstrasse 4, 9300 Wittenbach
Anmeldung unter 071 227 11 70,
Änderungen vorbehalten.

Öffnungszeiten der Beratungsstelle

Wittenbach/Kronbühl

Jeden Mittwoch im Monat

- Termine von 8.00 bis 12.00 Uhr
und von 13.30 bis 17.30 Uhr

- nur mit Voranmeldung (keine offene Beratung)



JEWELNS MITTWOCH

Seniorenturnen ■ Singsaal Schulhaus Kronbühl ■ Pro Senectute Gossau & St.Gallen Land ■ 9–10 Uhr ■ www.sg.prosenectute.ch

JEWELNS MITTWOCH

Mütter- und Väterberatung:

Die ersten Lebensjahre umfassend begleitet ■ Familienwerk ■

Ostschweizer Verein für das Kind ■ vormittags und nachmittags ■

www.ovk.ch

SONNTAG, 8. JUNI, BIS

SONNTAG, 6. JULI

Jan Käser – Stefan Kreier – Rahel Müller – Isabella Stiner ■ Schloss Dottenwil ■ IG Schloss Dottenwil ■ Samstag, 14–20 Uhr, Sonntag, 10–18 Uhr, jeweils samstags von 15–17 Uhr und sonntags von 11–16 Uhr sind die Künstler*innen abwechselnd anwesend ■ www.dottenwil.ch

MONTAG, 7. JULI, BIS

SONNTAG, 3. AUGUST

Sommerpause ■ Schloss Dottenwil ■ IG Schloss Dottenwil ■ www.dottenwil.ch

SONNTAG, 24. AUGUST, BIS

SONNTAG, 21. SEPTEMBER

Annette Niederer «Vom Vagen.

Und wagen» ■ Schloss Dottenwil ■

IG Schloss Dottenwil ■

www.dottenwil.ch

JULI

SAMSTAG, 5. JULI

Repair-Café, Dorfstrasse 17

IG Denk.Mal ■ 9.30–16 Uhr

MONTAG, 7. JULI

leserei im zeit-raum – Caroline Wahl:

22 Bahnen ■ zeit-raum, ehemaliges

weisses Schulhaus Dorf ■

zeit-raum wittenbach ■ 19.30 Uhr ■

www.zeit-raum-wittenbach.ch

DONNERSTAG, 31. JULI

1.-August-Feier ■ Zentrumsplatz ■

Gemeinde ■ 16 Uhr

AUGUST

FREITAG, 1. AUGUST

Witte-Zmorgä ■ Festzelt Zentrumsplatz ■

HUMABEvent GmbH ■ 10–16 Uhr ■

www.bundesfeier-wittenbach.ch

DIENSTAG, 5. AUGUST

Kontaktstunde Pro Senectute ■

Gemeindehaus Wittenbach

(Raum 104 / Obergeschoss) ■

Pro Senectute Gossau & St. Gallen Land

1) ohne Voranmeldung ■ 14–15 Uhr ■

2) mit Voranmeldung ■ 15.15–16.15 Uhr ■

www.sg.prosenectute.ch

MITTWOCH, 13. AUGUST

musik im zeit-raum – Mozarts Leben

und Musik (Teil 1) ■ zeit-raum,

ehemaliges weisses Schulhaus Dorf ■

zeit-raum wittenbach ■ 19.30 Uhr ■

www.zeit-raum-wittenbach.ch

SAMSTAG, 23. AUGUST

Vernissage Annette Niederer

«Vom Vagen. Und wagen» ■ Schloss

Dottenwil ■ IG Schloss Dottenwil ■

17 Uhr ■ www.dottenwil.ch



Cementwaren und Baustoffe AG

Kronbühl



TAG DER OFFENEN TÜR



FREITAG, 4. JULI 2025

9:00 – 15:30 Uhr | Hofen 758 | 9300 Wittenbach

+++ GROSSER ABVERKAUF +++ GROSSER ABVERKAUF +++

Erleben Sie einen spannenden Tag bei uns vor Ort!

Wir öffnen unsere Türen für Kunden, Partner, Nachbarn und alle Interessierten.

Was Sie erwartet:

- **Grosser Abverkauf:** Restposten und Lagerware zu Top-Preisen!
- **Produktvorführungen**
- **Beratung vom Fachpersonal**
- **Verpflegung vor Ort:** Essen und Getränke

Jetzt vormerken und vorbeikommen – wir freuen uns auf Sie!

www.kobler-cementwaren.ch

Attraktive Tombola-Preise zu gewinnen
Der Reinerlös geht an die Stiftung Kronbühl



Industriestr. 24 | 9300 Wittenbach | +41 71 840 07 84 | www.it-keller.ch

Technikstress war gestern!

- Service für Hard- & Software
- Persönlich & unkompliziert
- Mobil und ungebunden sein
- Papierlos in die Zukunft
- Gezielte IT-Problemlösungen
- Fernwartung – sofort verbunden
- Vorsorgen statt Nachsorgen
- Proaktiv statt reaktiv

Jetzt starten mit IT-Keller Ihr IT-Partner in Wittenbach!

Kia Sportage 4x4 Plug-in Hybrid

Absolut überzeugend.



Jetzt profitieren:
0,99% Leasing und
CHF 6500.-* Prämie!

KIA
Movement that inspires



Mehr erfahren.

Grüntal Garage

Ladhuebstr. 1, 9300 Wittenbach
www.gruental.ch 071 298 55 77

Abgebildetes Modell: Kia Sportage Power Edition 1.6 T-GDi PHEV 4x4 aut., CHF 43'950.-, Prämie von CHF 4500.- und Plug-in Hybrid-Prämie von CHF 2000.- bereits abgezogen. Design Pack CHF 1950.-, Metallic-Lackierung CHF 790.- (Two Tone ist nicht mit Wolf Gray erhältlich) (inkl. MwSt.), 1,2l/100km, 16,9 kWh/100km, 24g CO₂/km, Energieeffizienzklasse D. *Rechnungsbeispiel 0,99% Leasing: Kia Sportage 1.6 T-GDi MHEV Schaltgetriebe, CHF 29'950.-, Prämie von CHF 4500.- bereits abgezogen. Leasingrate CHF 209.- monatlich, Leasingzins 0,99%, eff. Leasingzins 0,99%, Laufzeit 36 Monate, 10'000 km/Jahr, Sonderzahlung CHF 7487.- (nicht obligatorisch), obligatorische Vollkasko nicht inbegriffen, Leasingpartner ist die MultiLease AG. Eine Leasingvergabe wird nicht gewährt, wenn sie zur Überschuldung der Konsumentin oder des Konsumenten führt. Durchschnitt aller in der Schweiz verkauften Neuwagen: 113g CO₂/km nach neuem Prüfzyklus WLTP. Angebot gültig bis 30.6.2025 oder solange Vorrat (bei teilnehmenden Kia Partnern).



Katholische Kirche

Der Pfarrhausspatz – Sommerfreude

Was für eine wunderbare Zeit! Der süsse Duft des Sommers und die langen Sonnentage beglücken mich. Ich fühle mich vögeliwohl. Das dichte Grün im Pfarrhausgarten spendet mir an warmen Tagen Schatten und erfrischende Kühle. Auch die Menschen im Pfarrhaus geniessen den Kaffee gerne im Freien, und die Pause im Garten wird zum kleinen Wohlfühlmoment.

In den letzten Wochen huschten Mäuse still und heimlich in den Pfarrhauskeller. Sie hielten sich wohl für Kirchenmäuse und hofften, dass sie willkommen sind. Ihre emsige Futter-suche und muntere Knabberfreude machten vor nichts Halt – nicht einmal vor den Kerzen. Nach ihrem kulinarischen Abenteuer tappten die Mäuschen schliesslich in die sanft gestellten Fallen und wurden vom Liegenschaftsverwalter mit einem freundlichen Wink wieder in ihre natürliche Freiheit entlassen. Zum Glück bin ich, der kleine Spatz, ein gern gesehener Gast im Pfarrhausgarten.

Diese Woche feiert der Pfarreibeauftragte Christian einen runden Geburtstag. Ich fliege anerkennend vorbei – mit einem fröhlichen Zwitscher-Grüessli zu seinem Sechzigsten. Und weil Jugendseelsorgerin Sonja frisch aus dem Bildungsurlaub zurück ist und ebenfalls Geburtstag hat, gibt's gleich doppelt Grund zum Feiern und Anstossen. Also, Flügel hoch und Gläser auch!



Alles Gute zum Geburtstag,
Christian und Sonja!

Unbeschwertes Lachen liegt in der Luft und erfüllt den Garten. Interessiert lausche ich einer Unterhaltung über die bevorstehenden Sommerferien. Nach arbeitsintensiven Wochen ist die Rede von Reiseplänen und von der Vorfreude auf persönliche Auszeiten. Aber bevor es ruhiger wird im Pfarrhaus und die Mitarbeitenden ihre Ferien antreten, wird am kommenden Sonntag noch das Ulrichsfest gefeiert. Ich jedenfalls bleibe hier. Wenn die Menschen aus dem Pfarrhaus ausfliegen, passe ich auf den Garten auf.



Sandbad im Pfarrhausgarten.

Nun, während ich gemütlich auf der Dachrinne hocke, klopft mein kleines Spatzenherz vor Freude. Mich gluschtet ein Bad im Sand. Mein liebster Badeplatz liegt an einer sonnigen Stelle in unmittelbarer Nähe. Sich im warmen, feinen Sand zu wälzen ist für mich ein herrliches Sommervergnügen.

Susanne Humbel-Gann |

Federpflege im Staub der Natur

Der Spatz liebt es, ausgiebig im Sand zu baden. Das ist für ihn ein Riesenspass und dient der Gefiederpflege. Die feinen Sandkörner dringen in sein dichtes Federkleid und entfernen unliebsame Parasiten. Wegen der fortschreitenden Bodenversiegelung ist es für ihn zunehmend schwierig, geeignete Badeplätze zu finden.



Bischofsweihe

Die Bischofsweihe von Beat Grögli zum 12. Bischof von St.Gallen findet am Samstag, 5. Juli, um 10.30 Uhr in der Kathedrale statt.

Die Feier wird auch live in die Kirche St.Laurenzen übertragen und kann auch via Livestream auf der Website des Bistums verfolgt werden.



Der neue Bischof Beat Grögli

Kirchenmusik am Ulrichsfest

Der Kirchenchor Wittenbach bringt zusammen mit dem Kirchenchor Muolen am 6. Juli, um 10.00 Uhr, die «Messe brève» von Léo Delibes (1836–1891) für Chor, Bläser und Orgel zur Auf-führung. Das Bläserquartett mit Daniel Huber und Simon Ölz, Trompete; Thomas Hagen, Pos-aune; Christoph Marxgut, Horn; und Martin Engesser an der Orgel werden das Kirchenfest festlich umrahmen. Das Ganze steht unter der Leitung von Dagmar Marxgut.

Eingereicht von Dagmar Marxgut |

Herz-Jesu-Freitag, 4. Juli

Sie sind herzlich eingeladen zur Herz-Jesu-Messe und anschliessenden stillen Anbetung am Freitag, 4. Juli, um 19.00 Uhr in der Kapelle St.Nepomuk.

«Die Blumen, Vögel, jedes Tier, alles hat Gott gemacht, er schenkte sie zur Freude mir, alles hat Gott gemacht. Niemand ist grösser als unser Herr und Gott.» (Text: Hermann Bergmann)

Vreni Heeb |

Katholische Kirche

Neue Mitarbeiterin in der Seelsorgeeinheit

Hallo. Mein Name ist Eva (Anna Marie) Hildebrandt. Ich bin Mutter von vier wunderbaren Kindern. Im Moment schliesse

ich mein Theologiestudium in Chur mit dem Master ab und freue mich sehr, bald in Ihrer Gemeinde und in der gesamten Seelsorgeeinheit in allen Bereichen (wie Seelsorge, Religions-

unterricht, Ministrantenbetreuung, Liturgie u. v. m.) vieles lernen, vielen dienen und bei vielem mitwirken zu dürfen. Als Ansprechperson für Häggenschwil bin ich besonders neugierig auf jeden Einzelnen – aber auch die Gemeinschaften wie Vereine, Schul-

klassen, Mütterrunden usw. Ich möchte da sein: zum Zuhören, zum Mitgehen, zum Hoffen. Ich freue mich darauf, Menschen in den verschiedenen Lebensphasen

zu begleiten, gemeinsam zu glauben, zu fragen, zu feiern – und auch zu schweigen, wenn Worte fehlen.

Ich liebe das Leben, meine Familie, das Lesen und die stillen Momente in der Natur – besonders bei Spaziergängen mit unserem Hund am See oder im Wald. Ausserdem koche ich gerne für und mit Freunden und geniesse gutes Essen, guten Wein bei guten Gesprächen. Ich lache gerne – auch über mich selbst – und finde, dass Humor, Freude und Herzlichkeit genauso zur Kirche gehören wie das Gebet und die Feier der Gemeinschaft.

Kirche bedeutet für mich nicht nur die Institution, sondern in erster Linie die lebendige Gemeinschaft aller Glaubenden (der Kinder und der Alten, der Familien, der Singles, der Pärchen) und aller, die nach etwas Grösserem Suchen, das ich Gott nenne.

Ich wünsche mir, in dieser Gemeinschaft mit Ihnen unterwegs zu sein, zuzuhören, von Ihnen

zu lernen und mit kleinen und grossen Menschen unseren Glauben in frohen Stunden zu feiern, zu vertiefen und gerne auch mal zu diskutieren. Ich freue mich sehr darauf, Sie alle kennenzulernen!

Herzlich Eva Hildebrandt

Einsetzungsgottesdienst

Eva Hildebrandt arbeitet ab August in unserer Seelsorgeeinheit. Der Gottesdienst zu ihrer Einsetzung fällt gleich auf ihren ersten «Arbeitstag». Und es passt auch, weil es sich um einen zentralen Gottesdienst handelt; denn ihre Anstellung ist ja für die ganze Seelsorgeeinheit, mit einem Arbeitsschwerpunkt in der Pfarrei Häggenschwil.

**Freitag, 1. August (Nationalfeiertag),
zentraler Gottesdienst, 10.00 Uhr,
Kirche St. Notker, Häggenschwil**

Uelifest auf dem Ueliberg

Herzlich willkommen zu unserm Patrozinium, dem Ulrichsfest. Am Sonntag, 6. Juli, feiern wir unsern Kirchenpatron, den heiligen Ulrich.

Predigt und Gottesdienstgestaltung: Pater Albert Schlauri. Der vereinigte Kirchenchor singt die «Messe brève» von Léo Delibes. Nach dem Gottesdienst spielt uns die Musikgesellschaft Konkordia ein Ständchen.

Apéro: Stossen wir an auf unsern Patron bei einem Glas Wein, Apfelsaft, Wasser oder vielleicht sogar mit einem Ueli-Bier.

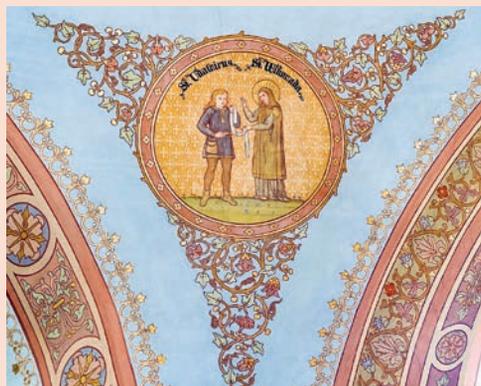
Geschichtliches

Der heilige Ulrich von Augsburg lebte von 890 bis 973.

Er besuchte die Klosterschule St. Gallen (900 bis 908), liess sich von der heiligen Wiborada von St. Gallen beraten und entschied sich unter anderem dadurch, nicht Abt des Klosters St. Gallen zu werden, weil Gott noch anderes mit ihm vorhatte. Schliesslich wurde er dann bekanntermassen Bischof von Augsburg. Ulrich ist seit 1222 in Wittenbach präsent. Für die-

ses Jahr ist «zu Capell» (heutiger Kappelhof) eine St. Ulrich- und Bartholomäuskapelle verbürgt. Mit dem Bau der Pfarrkirche 1675/76 (und dem Abbruch der Kapelle) «zügelte» der Patron vom Kappelhof auf die Anhöhe bei der Bächli. Somit bekam auch der Hügel den Namen Ulrichsberg.

Christian Leutenegger |



*Wiborada berät den jungen Ulrich.
Darstellung in der Kirche St. Ulrich, Gröden
(Südtirol).*



Pfarrei St. Ulrich und St. Konrad Wittenbach

Pfarrbeauftragter

Christian Leutenegger, Telefon 076 420 42 41,
E-Mail: c.leutenegger@altkon.ch

Sekretariat (Dorfstrasse 24)

Öffnungszeiten Mo–Do: 9.00–11.00 Uhr
Susanne Humbel-Gann, Telefon 071 298 30 20,
E-Mail: pfarramt.wittenbach@altkon.ch

Sozialdienst (Dorfstrasse 24)

Christian Mannale, Telefon 071 298 30 70
E-Mail: c.mannale@altkon.ch

Mesmer*in St. Ulrich (Dorfstrasse 24)

Gaby und Kurt Merz
Telefon 071 298 26 06 oder
079 622 74 99

Mesmer St. Konrad (Weidstrasse 7)

Ivo Garic, Telefon 079 757 51 39

Die Adressen aller Mitarbeitenden finden sich unter der Rubrik «Kontakte» auf www.altkon.ch

www.altkon.ch

www.facebook.com/sanktulrich.sanktkonrad

Katholische Kirche

Termine

Donnerstag, 3. Juli

- ★ 09.00 Uhr Eucharistiefeier, St. Konrad
- 18.00 Uhr Rosenkranz, St. Ulrich
- 19.30 Uhr Hauptprobe Kirchenchor, St. Ulrich

Freitag, 4. Juli

- 12.00 Uhr Mittagstisch für Senior*innen im Restaurant Bäche, Wittenbach
- ★ 19.00 Uhr Eucharistiefeier zum Herz-Jesu-Freitag, Kapelle St. Nepomuk, anschliessend stille Anbetung

Samstag, 5. Juli

- ★ 10.30 Uhr In der Kathedrale St. Gallen: Bischofsweihe von Beat Grögli zum 12. Bischof von St. Gallen, mit Liveübertragung in die Kirche St. Laurenzen

Sonntag, 6. Juli – Ulrichsfest

- ★ 10.00 Uhr Patrozinium in St. Ulrich: zentraler Festgottesdienst für die Seelsorgeeinheit, musikalisch begleitet von den vereinigten Kirchenchören Wittenbach und Muolen, Gestaltung: Pater Albert Schlauri; anschliessend serviert der Kirchenverwaltungsrat einen Apéro, es spielt die Musikgesellschaft Konkordia Wittenbach

Mittwoch, 9. Juli

- 15.45 Uhr K-Treff, Einkaufen für Fr. 1.– mit Terminkarte, evang. Kirchenzentrum Vogelherd
- 19.00 Uhr Rosenkranz, St. Konrad

Donnerstag, 10. Juli

- ★ 09.00 Uhr Eucharistiefeier, St. Konrad
- 18.00 Uhr Rosenkranz, St. Ulrich

EUCHARISTIEFEIER ZUM ULRICHSFEST AM SONNTAG, 6. JULI, UM 10.00 UHR

Kollekte für die Missionsarbeit der Salettiner in Angola

Wir halten Gedächtnis für

- Pia Rutishauser-Egger
- Aloisia Betl-Gigerl
- Gertrud Ziegler-Wehrli

Evangelische Kirche

Sommerloch

Liebe Leserinnen und Leser
Jetzt mitten im Sommer und vor der Ferienzeit hört man oft vom «Sommerloch». Haben Sie sich auch einmal gefragt, was das bedeutet? Ich weiss inzwischen: Das Sommerloch meint in den Medien die nachrichtenärmere Zeit im Sommer, wo vieles in der Politik, im gesellschaftlichen Leben, aber auch im Sport pausiert. Dadurch gibt es weniger Schlagzeilen für die Medien als sonst. Für viele Menschen bedeutet das Sommerloch eine wohlverdiente Unterbrechung vom Alltag. Viele werden in den kommenden Tagen in die Ferien verreisen oder zu Hause mehr Ruhe geniessen. Es gibt aber auch Menschen, die ihr eigenes Sommerloch haben. Eine Frau muss trotz sonnigem Sommerwetter ins Spital, weil die Gesundheit plötzlich nicht mehr mitmacht. Sie wäre jetzt lieber mit der Familie irgendwo am Strand, liegt aber stattdessen mit Schmerzen im Spitalbett. Oder jemand fällt in ein seelisches Loch. Die Alltagsroutine mit vielen Terminen gibt ihm noch Halt. Als die Ferienzeit beginnt, bricht er zusammen. Oft spürt man die Überforderung erst im Nachhinein. Mir fällt dazu eine Geschichte vom Propheten Elia aus der Bibel ein. Er kämpfte für die Sache Gottes und hatte sich dabei mit dem König und dessen Frau angelegt. Mit grossem Einsatz hat er gegen die

Königin und deren Anhänger gekämpft und gewonnen. Doch dann spürt er die Erschöpfung und sucht mit letzter Kraft einen einsamen Ort. Dort liegt er kraftlos am Boden. – Ein Engel erscheint ihm und sagt: Steh auf und iss! – Er kann und muss nichts anderes tun, als zum Essen und Trinken aufzustehen. Danach ruht er wieder aus. Er braucht Zeit, viel Zeit – um wieder Kraft zu gewinnen. Der Engel gesteht ihm Zeit und Ruhe zu, um neue Kraft zu tanken. Als es Elia wieder besser geht, schickt ihn der Engel los: Steh auf und iss! Du hast einen weiten Weg vor dir. Die Erholung hat Wunder bewirkt. Nun kann Elia weitergehen. Vielleicht brauchen auch Sie Erholung, vielleicht hat auch Sie etwas müde gemacht, vielleicht sind auch Sie in letzter Zeit über Ihre Grenzen gegangen? Wie gut, wenn Gott Ihnen einen Engel schickt, der Ihnen Erlaubnis gibt, auszuruhen und Sie das Richtige zur Stärkung finden lässt. Manchmal sind es auch Engel ohne Flügel, die liebevoll mit uns umgehen und uns Mut machen – mitten in unserem Sommerloch. Gott sieht die Mühseligen und Beladenen. Er will uns erquicken.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen eine erholsame Sommerzeit.

Pfr. Bruno Ammann |



Evangelische Kirche

Gottesdienst

Sonntag, 6. Juli, um 10.00 Uhr in der Kirche Vogelherd

Der Gottesdienst am Sonntag steht ganz im Zeichen des Sommers.

Mit einem literarischen Text von Hanns Dieter Hüsch und der Predigt zu Psalm 19 wollen wir uns auf die bevorstehenden Sommerferien einstellen.

Herzliche Einladung zum Gottesdienst mit anschliessendem Kirchenkaffee.

Pfr. Bruno Ammann |



Sommer-Aktivtage

Während der Sommerferien werden viele Angebote heruntergefahren. Das hat uns inspiriert, genau das Gegenteil zu machen: Wir bieten dieses Jahr zum ersten Mal drei Tage mit unterschiedlichen Aktivitäten an.

Montag, 14. Juli – Brunnenspaziergang

Dienstag, 15. Juli – Baumwipfelpfad,

Verschiebedatum: Freitag, 18. Juli

Donnerstag, 17. Juli – Führung Textilmuseum

Informationen und Anmeldung

Irene Märki, 071 298 35 69,

irene.maerki@bluewin.ch

Anmeldeschluss: 9. Juli



10 Jahre Jungschar Wittenbach

Save The Date

Samstag, 20. September, ab 11.30 Uhr



Jungschar-Sommerlager

Schon ist es wieder 10 Jahre her, seit es in Wittenbach wieder eine Jungschar gibt. Gemeinsam wollen wir auf diese Zeit zurückschauen. Darum laden wir alle ehemaligen und aktiven Jungscharler, Eltern und Interessierten zum Jubiläumsfest ein. Es erwartet dich Jungschar pur mit vielen tollen Aktivitäten für Gross und Klein. Trage den Termin bereits in deine Agenda ein.

Möchtest du über die Details informiert werden, dann registriere dich per E-Mail bei benita.frischknecht@gmx.ch oder über WhatsApp mittels abgebildetem QR-Code.



Termine

Donnerstag, 3. Juli

14.00 Uhr Nähcafe «etwas» Raum für Ideen

Freitag, 4. Juli

7.45 Uhr Gemeinsames Gebet am Morgen

16.30 Uhr Andacht im Kappelhof, Pfr. B. Ammann

Sonntag, 6., bis Samstag, 12. Juli

Jungschar Sommerlager Region Thurgau, Diakon T. Frischknecht-Plohmann

Sonntag, 6. Juli

★ 10.00 Uhr Gottesdienst, Pfr. B. Ammann

Montag, 7. Juli

14.00 Uhr Kafi-Treff, B. Bölli, 071 298 26 17

Mittwoch, 9. Juli

15.45 Uhr K-Treff, Einkaufen für Fr. 1.– mit Terminkarte M. Thoma, 071 298 40 13



Evangelisch-reformierte
Kirchgemeinde Tablat-St. Gallen
Wittenbach-Bernhardzell

Pfarramt

Pfarrer Bruno Ammann, 071 298 40 10
bruno.ammann@tablat.ch

Sozialberatung

Monica Thoma, 071 298 40 13,
monica.thoma@tablat.ch

Mesmerin

Magda Nessi, 071 298 40 14,
magda.nessi@tablat.ch

Religionsunterricht

Susy Zublasing, 071 298 51 79

Kinder/Jugend/Familie

Tschiggo Frischknecht,
071 298 40 42,
tschiggo.frischknecht@tablat.ch

www.tablat.ch | www.ju-ki.ch
www.youngpower.ch
www.jungschar-wittenbach.ch

wir sind
Wittenbach



KINDER PLAUSCH

**Kostenloses Kinderprogramm
jeden zweiten Mittwoch im Monat**
von 14 bis 17 Uhr

Nächste Events 2025

9. Juli

Kickoff

Für die Frauen-Fussball-EM in der Schweiz einen eigenen Fussball gestalten.

13. August

Zauberer Jovi

Unvergessliche Zaubershows mit Jovi –
Spass garantiert.

10. September

Hindernis-Parcours

Nervenkitzel auf dem Hindernis-Parcours.

8. Oktober

Kürbis-Spass

Gruselig-schöne Kürbisse für Halloween bemalen.

12. November

Kreatives Adventsbasteln

Ein persönliches Geschenk für die Liebsten
oder als Dekoration für zu Hause kreieren.

10. Dezember

Weihnachtsbasteln

Kreative Einstimmung auf Weihnachten.

Du musst nicht
perfekt sein, um das
Klima zu schützen.

Weniger fliegen hilft schon viel.
wwf.ch/klimatipps



Dä schnällscht Wittebacher / Raiffeisen-Sprint 2025

OK GRÜMPELI Dieses Jahr konnte «Dä schnällscht Wittebacher» wieder unter besten Bedingungen ausgetragen werden. 186 Läufer*innen vom Jahrgang 2012 bis 2021 sprinteten mit vollem Einsatz über eine Distanz von 60 Metern.



Dank den zahlreichen Zuschauer*innen herrschte eine grossartige Stimmung. Es ist für alle Kids sehr motivierend, wenn links und rechts alle mitklatschen und anfeuern. Wir haben viele spannende Läufe und harte Kämpfe bis auf die Ziellinie erlebt. Im vollbesetzten Festzelt durften alle Läufer*innen die verdiente Medaille umhängen. Das Mitmachen zählt! Ein Dankeschön an die Raiffeisenbank Wittenbach-Häggenschwil, welche als Sponsor das kostenlose Mitmachen ermöglichte. Die vollständigen Ranglisten sind auf der Website des Grümpelis (www.grümpeli-wittenbach.ch) einsehbar.

OK Dä schnällscht Wittebacher

Achtsames Naschen und Eintauchen in Lebensräumen

IG DENK MAL Direkt unterhalb der ehemaligen Schulanlage Dorf (Dorfstrasse) im Beringarten und entlang des Naschwwegs gibt es immer noch viele Cassis (Schwarze Johannisbeere) sowie Josta-Beeren und immer und wieder auch ein paar Himbeeren zu naschen. Ungeübte und Menschen, die noch nicht wissen, wo und was zu naschen ist, können sich für ein begleitetes Naschen am 3. oder 4. Juli (17.00 bis 18.30 Uhr) anmelden (071 298 27 74). Gern geben wir auch Tipps und Pflanzen für die Gestaltung einer essbaren Landschaft, sei es in seinem Garten oder um seinen Wohnblock herum.

eing. | Tipp: Hättest du Freude, ein 1200m² grosses Brachland im Herzen deiner Gemeinde achtsam mitzupflegen? Dabei kannst du viel über die Zusammenhänge einer vielfältigen Pflanzen- und Tierwelt beobachten und lernen. Am 3. oder 4. Juli kannst du uns kennenlernen.

eing. |

«20 Jahre Waldspielgruppe Buntspächt»

SPIELGRUPPEN Ja, das ist richtig! Am 18. Juni 2005 legte Conny Forrer den Grundstein für die Waldspielgruppe Buntspächt. Als sie zu Beginn ihrer langjährigen Karriere als Spielgruppenleiterin ab und zu mit den Kindern in den Wald ging, merkte sie schnell, wie wichtig die Ruhe der Natur für die Kinder ist. So entschied sie sich, einen Waldspielgruppenplatz anzulegen und ihr Indoor-Angebot um eine Waldgruppe zu erweitern. Am 16. August startete sie mit den ersten sieben Kindern in das neue Abenteuer. Im darauffolgenden Frühling wurde der Platz offiziell eingeweiht und durch einen echten Indianer mit einem Mantra gesegnet. Noch heute begleitet die Spielgruppe das Lied «Wendayho» und wird manchem Kind für immer in Erinnerung bleiben. Umso schmerzhafter ist es, dass für das kommende Spielgruppenjahr leider zu wenig Anmeldungen für unsere Waldspielgruppe eingegangen sind und wir sie schwe-

ren Herzens das erste Mal nach zwanzig erfolgreichen Jahren nicht durchführen können. Verein Spielgruppen Wittenbach

Tamara Polla |



Repair-Café – Reparieren statt neu kaufen!

IG DENK MAL Am 5. Juli kann beim Repair Café allerlei repariert werden: von Haushaltsgeräten, Elektronik bis hin zu Spielsachen und Textilien. Ehrenamtliche Reparateure setzen alles daran, die Lebensdauer Ihres defekten Gegenstandes zu verlängern. Sie sind bei der Reparatur dabei, erfahren so vielleicht interessantes zu Ihrem «Patienten» und lernen zudem bei einem Kaffee andere Menschen kennen. Die Reparatur ist kostenlos. Hätten Sie Freude daran, als Reparateur mitzuwirken? Gern geben wir Ihnen Auskunft.

Samstag, 5. Juli, 9.30 bis 16.00 Uhr, an der Dorfstrasse 17 in Wittenbach.

Wegen beschränkter Kapazität gerne anmelden: 071 298 27 74 / info@greenzone.ch. Danke!

eing. |



www.ampuls-wittenbach.ch





WALTER ZOO

Abenteuer für die ganze Familie!

walterzoo.ch



So viel mehr als ein normales Brocki

Fundgrube, Galerie
Treffpunkt, Transporte
Umzüge, Reinigungen
Räumungen, Entsorgungen

GHG
St.Galler
Brockenhaus
Mittendrin

Goliathgasse 18
9000 St.Gallen
brockenhaus@ghg-sg.ch
www.ghg-brockenhaus.ch

071 222 17 12

Ihre professionelle Hörberatung
Wir sind gerne für Sie da...



ALBERS HÖRINSTITUT
Die Welt verstehen.



ANMELDUNG

St. Gallen, Metzgergasse 6 | Mörschwil, Riederenstrasse 1 | Telefon 071 225 20 90 | www.albers-hoerinstitut.ch

WENN DIE WELTREISE SCHON IN SPANIEN ENDET.

Dann bringen wir Sie im Notfall mit unseren Ambulanzjets sicher zurück in die Schweiz.

Jetzt Gönnerin oder Gönner werden

Kostenlose Anzeige

Wenn, dann **regga**



SVSW-Nachwuchs überzeugt bei Regionalmeisterschaften in Kreuzlingen

SCHWIMMVEREIN Am Wochenende vom 28./29. Juni fanden in Kreuzlingen die Ostschweizer Regionalmeisterschaften Nachwuchs statt. Im gut besuchten Freibad Hörnli kämpften 330 Schwimmer*innen aus 15 Vereinen bei grosser Hitze um die Titel. Der Schwimmverein St.Gallen-Wittenbach (SVSW) trat mit 45 Athlet*innen an und überzeugte mit starken Leistungen.

Mit 29 Gold-, 30 Silber- und 22 Bronzemedailien belegte der SVSW den ersten Platz im Medallenspiegel. Zu den mehrfachen Regionalmeister*innen zählten Gianna Allegrini, Paula Del

Bello und Lilly Söllner. Auch auf den Langstrecken (800/1500 m Freistil, 400 m Lagen) holten SVSW-Schwimmer*innen weitere Siege. Beim Kidsliga-Wettkampf sammelten zwölf Nachwuchstalente wichtige Erfahrungen. Besonders Valerio Allegrini (Jg. 2015) überzeugte mit drei Goldmedaillen.

Das Trainerteam Marcial Pfändler, Andrea Stadler und Jana Kiefner zeigte sich sehr zufrieden: «Starke Leistungen und ein guter Team-Spirit! Für die Jüngsten war es ein gelungener Saisonabschluss, für die Älteren eine wichtige Standortbestimmung.»

20 Athlet*innen des SVSW Nachwuchs-Teams haben sich für die Nachwuchs-Schweizermeisterschaften in Sursee (17. bis 21. Juli) qualifiziert. Die Resultate von Kreuzlingen zeigen: Das SVSW-Team ist in Topform und bereit für die nationale Bühne.

Ergebnisse

<http://bit.ly/40s1ZSD>



Team SVSW (Katja Söllner)

Ausnahmesituationen meistern

ZEIT-RAUM Im voll besetzten zeit-raum schilderte der Psychiater Dr. Ruedi Osterwalder verschiedene Ausnahmesituationen, die jeden von uns treffen können, sei es als direkt betroffene Person oder als Augenzeuge. Sehr starke Erlebnisse verbunden mit Angst, Panik oder Erstarrung können sich in späteren ähnlichen Situationen mit posttraumatischen Störungen zeigen. Oft ist dann eine spezifische Therapie nötig zu deren Bewältigung. Der Referent erklärte, welche Auswirkungen Stress auf unser Gehirn hat und wie schwierige Erfahrungen gemäss Erkenntnissen aus der Epigenetik

positiv verändert werden können. Zur Stärkung der eigenen Resilienz nannte Dr. Osterwalder eine Reihe von einfachen Übungen, die man zu Hause machen kann, wie autogenes Training oder progressive Muskelrelaxation.

Es war ein sehr anregender, informativer Abend. Dr. Osterwalder stellte sich in seiner gut verständlichen, ruhigen Art den breit gefächerten Fragen der Gäste. Dabei zeigte sich nicht nur seine grosse Fachkompetenz, sondern auch seine Lebenserfahrung und sein menschenfreundliches Weltbild.

(Beach-)Volleyball in der «Badi Wittenbach»

SPORTCLUB 79 Das schöne und warme Wetter veranlasste den Sportclub 79 dazu, die Turnhalle «links liegen zu lassen» und sich stattdessen in der «Badi Wittenbach» zu treffen, um sich beim Beachvolleyball zu messen. Aufgrund der Anzahl Spieler auf dem Feld, spielten wir aber eher Volleyball auf dem Sandfeld, anstelle von echtem Beachvolleyball.

Zu den hochstehenden Ballwechsellern und hart umkämpften, sowie genial ausgespielten Punkten, gesellten sich ab und zu auch ein paar dilettantische Einlagen.

Nachdem die Sieger-Mannschaft des Abends erkoren war, genossen die meisten noch eine erfrischende Abkühlung im Schwimmbecken. Den Sommerabend weiter geniessen und ausklingen lassen durften wir bei einem Mitglied zu Hause, begleitet von feinem Speis und Trank.

Vielen Dank dafür!

eing. |

eing. |



eing. |

wir sind
Wittenbach

Buchen Sie jetzt Ihre Werbefläche unter www.puls-wittenbach.ch oder bei Gabi Bühler, Telefon 071 388 81 81

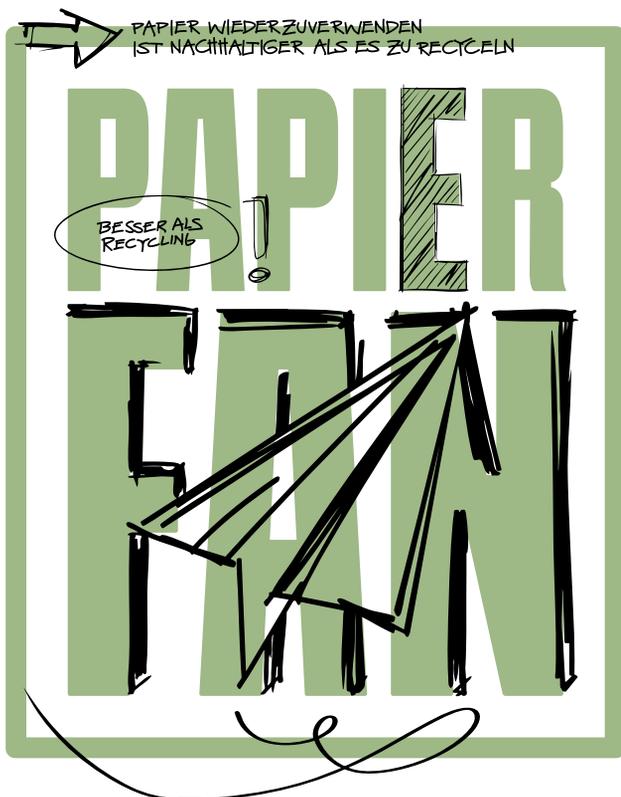
Bericht Grümpeli Wittenbach 2025

OK GRÜMPELI Das diesjährige Grümpeltornier des FC Wittenbach war ein voller Erfolg. Viele Teams kämpften mit absoluter Fairness um die Podestplätze in ihren Kategorien. Mit viel Sonnencreme und Softeis kämpften die Besucher*innen gegen die Hitze an und sorgten während des Spielbetriebs für eine grossartige Atmosphäre. Nachdem auch die Erwachsenenkategorie am Abend beendet war, ging es im Festzelt mit mitreissender Musik und festlicher Laune weiter, wodurch die fan-

tastische Stimmung den ganzen Abend anhielt. Auch am zweiten Tag waren Euphorie und Sportgeist durchgehend spürbar, was unser Fussballfest perfekt abrundete.

Ein besonderer Dank geht an alle Helfer*innen, die durch ihren unermüdlichen Einsatz zum reibungslosen Ablauf des Turniers beigetragen haben. Das Grümpeli Wittenbach bleibt somit auch in diesem Jahr in bester Erinnerung.

eing. |



PAPIERFAN – eine Initiative der Cavelti AG

BESSER ALS RECYCLING!

PAPIERFAN bietet **nachhaltige Druckprodukte** wie Flyer und Poster aus hochwertigem Restpapier an.

Wir schenken ungenutzten Druckbögen so ein zweites Leben – und verwandeln diese in ein einzigartiges, neues Druckprodukt.



Jetzt bestellen und mehr Infos erhalten:
papierfan.ch



www.ampuls-wittenbach.ch



Physio Therapie

Miriam von Heyl

aus Miriam von Heyl
wird AVEO

neuer Name, neuer Standort,
bewährte Stärken!

AVEO
PHYSIOTHERAPIE

NEU ab
August 2025
in Wittenbach

Wir ziehen um - und wachsen weiter!

Auf über 400m² erwartet Sie:

- Hochmoderne Praxisräumlichkeiten
- Grosszügiger Trainingsbereich für Ihre aktive Genesung
- Beste Voraussetzungen für eine persönliche und wirksame physiotherapeutische Begleitung

Was bleibt, ist unsere Stärke:

- Ihr vertrautes, kompetentes Team bleibt bestehen und wird durch zwei neue Mitarbeiterinnen verstärkt
- Bewährter Therapieansatz: patientenorientiert, persönlich und wissenschaftlich fundiert
- Miriam von Heyl bleibt Ihnen als erfahrene Physiotherapeutin erhalten.

Neu für Sie da:

- Ramona Steppacher übernimmt die Leitung und Weiterentwicklung der Praxis
- Erweitertes Therapieangebot dank grösserem Team und mehr Raum

Wir freuen uns darauf, Sie ab dem 1. August 2025 in unserer neuen Praxis begrüßen zu dürfen!

Physiotherapie AVEO
Arbonerstrasse 21
9300 Wittenbach

www.physiotherapie-aveo.ch
info@physiotherapie-aveo.ch
071 455 22 55



**Hausarzt- und Familienpraxis Pract. med. Lisa Reinke,
Dr. med. Michael Salzgeber, Romanshornerstrasse 12, 9300 Wittenbach**

Die Praxis bleibt wegen Sommerferien **von Samstag, 12. bis und mit Sonntag 27. Juli** geschlossen.

**Unsere Vertretungen der 1. Woche
vom Montag 14. bis Freitag 18. Juli übernehmen:**
Praxis Dr. Strauss Wittenbach, Tel. 071 298 42 38
Polipraxis Wittenbach, Tel. 071 292 33 22
Acitway Dr. Stöhr in Engelburg, Tel. 071 571 21 08

**Unsere Vertretungen der 2. Woche
vom Montag 21. bis Freitag 25. Juli übernehmen:**
Polipraxis Wittenbach, Tel. 071 292 33 22
Acitway Dr. Stöhr in Engelburg, Tel. 071 571 21 08

Am Donnerstagnachmittag, am Wochenende und nachts wenden Sie sich bitte an Tel. 0900 144 144 und für Kinder Tel. 0900 144 100

Am Montag, 28. Juli sind wir gerne wieder für Sie da.

Besten Dank und freundliche Grüsse

Pract. med. Lisa Reinke
Dr. med. Michael Salzgeber

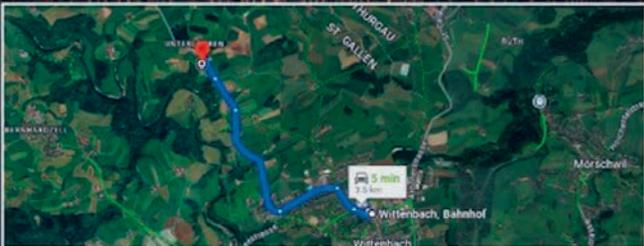


Eröffnung
Montag,
7. Juli 2025

Restaurant Sonne
Unterlören 1, 9300 Wittenbach
079 784 43 48

ÖFFNUNGS ZEITEN

| | |
|---------------------|---------------------|
| Montag - Donnerstag | : 10.30 - 15.00 uhr |
| Freitag und Samstag | : 10.30 - 15.00 uhr |
| | : 17.00 - 22.00 uhr |
| Sonntag | : Ruhetag |



All Business is Local

Erreichen Sie Ihre Zielgruppe dort, wo sie zu Hause ist.

**Anzeigen in Regional- und Lokalzeitungen
haben den geringsten Streuverlust.**

Dank geografisch klar definiertem Distributionsgebiet ist eine Planung bis auf Ebene der Gemeinden möglich.



am Puls

Nutzen Sie das qualitativ hochwertige Umfeld der Presse. Inserieren Sie da, wo Ihre Werbung Wirkung erzielt.
Kontakt für Ihr Inserat: Cavelti AG, Gossau, Telefon 071 388 81 81, ampuls@cavelti.ch

**SCHWEIZER
MEDIEN**

Quelle: WBMF-Verbreitungsstatistik

HUMABEVENT GMBH**Spring Festival Wittenbach zieht positive Bilanz – 2200 Franken gespendet**

Drei von vier Veranstaltungen waren ausverkauft, rund 3200 Besucher*innen kamen ins Festzelt. Die grosse Resonanz und die Begeisterung des Publikums zeigen, welchen Stellenwert das Festival in der Region hat. Trotz steigender Kosten gelang es dem OK, ein ausgeglichenes Budget zu erreichen. Das Festival ist nicht gewinnorientiert, sondern soll die Kosten für Infrastruktur, Technik, Personal und Programm decken sowie eine kleine Rückstellung ermöglichen. Besonders erfreulich: Ein Überschuss von 2200 Franken konnte erzielt werden. Dieser Betrag wird vollständig an die Stiftung Kronbühl gespendet – eine Institution, die dem Veranstalterteam besonders am Herzen liegt. Mit viel Motivation richtet sich der Blick nun auf die fünfte Ausgabe vom 13. bis 16. Mai 2026.



v. l. n. r. Guido Marconato, Marcel Koch, Christoph Bernhardsgrütter

PHYSIOTHERAPIE AVEO GMBH**Physiotherapie AVEO: Ein neues Kapitel beginnt in Wittenbach**

Eine bedeutende Veränderung prägt die Physiotherapie-Landschaft in Wittenbach: Aus der renommierten Physiotherapie Miriam von Heyl wird die Physiotherapie AVEO. Dieser Wandel markiert einen spannenden neuen Abschnitt für die etablierte Praxis, die seit 2006 in Wittenbach ansässig ist und somit auf eine lange Geschichte in der Gemeinde zurückblickt.

Die Integration in die Physiotherapie AVEO bringt nicht nur einen neuen Namen, sondern auch neue Impulse mit sich. Ramona Steppacher übernimmt die Leitung und Weiterentwicklung der Praxis. Miriam von Heyl bleibt dem Team erhalten und wird ihre Expertise weiterhin einbringen. Dieser fließende Übergang gewährleistet Kontinuität und sichert die bewährte Qualität der Behandlungen.

Die Physiotherapie AVEO wird ab dem 1. August in neuen Räumlichkeiten an der Arbonerstrasse 21, 9300 Wittenbach, zu finden sein. Auf über 400m² erwarten die Patienten hochmoderne Praxisräume, grosszügige Trainingsbereiche für eine aktive Genesung sowie eine

persönliche und wirksame physiotherapeutische Begleitung. Zu dem bewährten Angebot wird neu auch Sportphysiotherapie, Medizinische Trainingstherapie und Stosswellenbehandlungen angeboten. Das erweiterte Therapieangebot wird durch ein verstärktes Team von Therapeutinnen und Therapeuten getragen, welches sich durch Empathie, Fachkompetenz und Erfahrung auszeichnet.

Die Physiotherapie AVEO wurde 2016 von Philipp Peter gegründet und zählt mittlerweile sieben Standorte. Sie kann auf das Fachwissen von über 50 Mitarbeitenden zurückgreifen, was die Expertise und das breite Spektrum der angebotenen Therapien unterstreicht. Mit dem Übergang zu der Physiotherapie AVEO wird die Präsenz in der Region weiter gestärkt.

Das Team der Physiotherapie AVEO freut sich darauf, ab dem 1. August Patienten in den neuen Räumlichkeiten begrüßen zu dürfen und mit bewährter Qualität und erweitertem Angebot für deren Gesundheit da zu sein.

Rätsel *im Puls*

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------------------|---------------------|-------------------------|----------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------|------------------------------|--------------------------------|------------------------------|---------------------------|------------------|--------------------------------|------------------------------|-----------------------------|-------------------|--------------------|------------------------|----------------------------|---------------------------|
| schweiz. Autor (Thomas) | Unglück prophezeien | männl. Fürwort | Sumpfvogel, Teichhuhn | ↙ | Compu-ter-taste | übel, schlecht | Eroberer | ↘ | Fremd-wortteil: nicht | Wert, Gegen-wert | ↙ | ital. Tonbez. für das A | Parole d. Franz. Revolu-tion | wegen, da | ↘ | Doppel-vokal | ind. Me-tropole | Film von Spiel-berg (1982) | art-geleiche Lebe-wesen |
| ↘ | ↘ | ↘ | ↘ | | | | | | | inner-schweiz. Volks-tanz | | | | | | | | | |
| ↘ | | | | | Besitz-form im MA | | Abstim-mungs-thema | | | | 3 | | | eigen-artig, kurios | | griech. Buch-stabe | | | |
| Abfall, Müll | | Brust-knochen | | frz.: Gen-fersee: Le ... | | | | | | Punkte-stand (engl.) | | Halbton über A | | | | Hinweis | | Furcht | |
| Ertrag, Gewinn | | | | | | | hoch im Preis, kost-spie-lig | | schweiz. Mundart-Band (2 W.) | | | | | | | | | 7 | |
| zu keiner Zeit | | 2 | | anti, kontra | | Oper von Puccini | | | | 6 | | von sich selbst über-zeugt | | US-Schau-spielerin (Mac...) | | | | | |
| TV-Pro-gramm-springe-rei | zornig machen | | Über-reichen-der | | | | | | Kost-barkeit | | ersatz-weise für | | | | | | ätzende Flüssig-keiten | | noch andere, zusätz-liche |
| ↘ | | | | | | span. Wein-stube | | Gelände-kamm | | | | | ebenso (Musik) | | Abk.: Südsüd-west | | | 5 | |
| ↘ | | | Glieder einer math. Formel | | Äxte | | | | | Apfel-wein (frz.) | | Kalt-speisen | | | | | | | |
| weibl. Zauber-wesen | | hohe Männer-sing-stimme | | | | | | Titel-figur bei Michael Ende † | | Gold-minen-anteil | | | | | 10 | Geliebte des Zeus | | Schiffs-haltetau | |
| Jazz-sängerin (Marla) | | | | | Sauce zum Ein-tunken (engl.) | | Bürger-wehr | | | | | Gebäck: ...kuchen | | Ver-langen, Freude | | | | | |
| erzürnt, unwirsch | | Geliebte des Zeus | | frz. Schau-spieler † (Alain) | | | | | | Keim-zelle | | Wort auf d. Wap-pen des Kt. VD | | | | | | 9 | |
| ↘ | | | | | | | Verbin-dungs-masse aus Gips | | | | | | | engl. Brief-anrede | | | | | |
| Name Noahs in der Vulgata | | | | satir. Nach-ahmung | | | | | 4 | | | Bedeu-tung, Hinsicht Mz. | 1 | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|

Das Lösungswort der letzten Ausgabe lautet: WALDWEG. Die Lösungen dieses Rätsels finden Sie ab Freitag auf www.ampuls-wittenbach.ch und in der nächsten Ausgabe.

Sie lösen das Rätsel, wir Ihren Alltag.

Die Spitex Senevita Casa unterstützt Sie dort, wo Sie sich am wohlsten fühlen: **zu Hause.**

071 440 35 07

stgallen@senevita.ch






Willkommens-rabatt sichern!