

WAS WANN WO

Lottomatch im Café zum Wieden

BUCHS. Am Dienstag, 17. November, um 14.30 Uhr, findet im Mehrzweckraum im Haus Wieden der traditionelle Lottomatch statt. Der Mehrzweckraum ist ab 14 Uhr geöffnet. Es werden fünf Durchgänge gespielt. Pro Durchgang sind drei schöne Preise zu gewinnen. (Kosmetikartikel, Blumen, Küchen- und Haushaltsgeräte, Gutscheine usw.) Der Einsatz pro Karte und Durchgang beträgt einen Franken. Das Lotto- und Servicepersonal freut sich auf viele Gäste und wünscht viel Vergnügen.

Doris Büchel liest in der Gemeindebibliothek

BUCHS. Doris Büchel liest am Sonntag, 22. November, von 10 bis 11 Uhr in der Bibliothek Buchs, anschliessend gibt es einen Apéro. Wie jedes Jahr im Herbst werden in der Gemeindebibliothek Buchs Bücher vorgestellt. Dieses Jahr bekommt der Anlass ein etwas anderes Gesicht. Die Bücher werden vorgestellt von Leserinnen und Lesern und dazwischen liest Doris Büchel in Mundart aus ihren Kolumnen «Ich, Rolf & Benz». Doris Büchel, aufgewachsen in Buchs, lebt mit ihrem Mann in Triesenberg. Im W&O ist ihre Kolumne «Ich, Rolf und Benz» erschienen – jeden Donnerstag, 2500 Zeichen, 110 Wochen am Stück. Die Kurzgeschichten handeln vom hunds-kommunen Alltag mit ihrem (fiktiven) Liebsten Rolf und ihrem (fiktiven) Hund Benz. Ähnlichkeiten mit realen Personen oder Handlungen sind rein zufällig, meistens.

Kostenlos die Lungenfunktion testen

SARGANS. Im November informiert die Lungenliga die Öffentlichkeit über die Lungenkrankheit COPD und bietet kostenlose Lungenfunktionstests an diversen Standorten an.

Dieser Lungenfunktionstest dauert rund 10 Minuten und ist für alle Menschen mit Atembeschwerden sinnvoll, besonders empfohlen wird er für Raucherinnen und Raucher über 45. Der Test gibt erste zuverlässige Hinweise auf eine mögliche Erkrankung wie COPD oder Asthma. In der Schweiz leiden rund 400000 Menschen an der chronisch-obstruktiven Lungenerkrankung COPD. Scheinbar harmloser Husten am Morgen mit Auswurf sowie leichte Atemnot können erste Symptome dieser schweren Lungenkrankheit sein. In Sargans, Pizolstrasse 11, kann man sich bei der Lungenliga am Donnerstag, 26. November, zwischen 9 und 17 Uhr testen lassen.

Spielregeln für Leserbriefe

Je kürzer ein Leserbrief ist, desto grösser ist die Chance, dass er veröffentlicht wird. Leserbriefe dürfen nicht länger als maximal 3000 Zeichen (inklusive Leerschläge) sein. Anonyme oder vielfältigste Briefe, Rundschreiben und Zuschriften mit diffamierendem Inhalt werden nicht abgedruckt; gegebenenfalls holt die Redaktion eine Stellungnahme der Betroffenen ein. Zuschriften werden – von begründeten Ausnahmen abgesehen – mit vollständigem Vornamen, Namen und Wohnort des Verfassers veröffentlicht. Über Auswahl und Kürzungen entscheidet die Redaktion. Zuschriften, die sich auf Veröffentlichungen im W&O beziehen, müssen Titel und Erscheinungsdatum des entsprechenden Beitrages enthalten. (red)

«Gate 7» will Party-Flaute beenden

In den Räumlichkeiten des ehemaligen «J's Club» in Buchs wird ab morgen jeden Samstag Party gefeiert. Ein neuer Betreiber, ein neues Konzept, ein neuer Auftritt, lokale «DJ-Juwelen» statt teure Stars sind angekündigt.

BUCHS. Morgen Samstag von 22 Uhr bis 4 Uhr früh wird im ehemaligen «J's Club» die Clubbing-Familie aus der Region wieder auf ihre Kosten kommen. Organisator Thomas Hagmann will mit dem Club «Gate 7» der regionalen Party-Flaute ein Ende setzen. Dabei wird er von einem tatkräftigen Helferteam unterstützt.

Erfahrung in Event-Organisation

Hagmann ist überzeugt, dass er mit dem neuen Club den Partygängern aus der Region «endlich eine nahe liegende und konkurrenzfähige Alternative zu den Clubs in Österreich, St. Gallen oder Zürich bieten kann». Im «Gate 7» sei Tanzen, Flirten und Feiern angesagt, ohne etliche Kilometer zum nächsten Club zurücklegen zu müssen. Dafür erkennt der neue Betreiber ein klares Bedürfnis. Doch er habe aus den Fehlern des Vorgängers gelernt und setze auf ein neues Konzept und einen frischen Auftritt.

Thomas Hagmann ist in Sevelen aufgewachsen, arbeitet in Buchs und wohnt in Schaan. Als Organisator stellt er seit 15 Jahren Events auf die Beine und war mehrere Jahre auch OK-Präsident am Erlenfest in Sevelen.

Hohe Qualität – zahlbare Preise

Er verspricht im aufgefrischten «Gate 7» ein tolles Ambiente und starken Sound. Dafür brauche es keine grosse und sehr teure Stars aus der DJ-Szene, ist Hagmann auf Anfrage des W&O überzeugt. In unserer Region verankerte «DJ-Juwelen» würden



«Ready for Take-off»: Betreiber Thomas Hagmann (ganz links) mit seinem tatkräftigen Helferteam im neuen Club «Gate 7» in Buchs. Bild: Alexandra Gächter

mit ihren Engagement und Sound den grossen Namen nicht nachstehen. Mit einer tiefen regionalen Verankerung will der einheimische Eventmanager der Stadt Buchs und der ganzen Region ein Club-Erlebnis bieten.

Das «Gate 7» sei kein alter Wein in neuen Schläuchen, sondern basiere auf einem von Grund auf neuen Konzept, das den Club vom letztlich gescheiterten Vorgänger unterscheidet. Das Kon-

zept sei von Grund auf anders: Hohe Qualität zu bezahlbaren Preisen spielt dabei laut Hagmann die Hauptrolle. «Keine überbeurteilten Getränke, kein Schickmicki-Auftritt und kein Karten-Zahlsystem mehr. Einfaches Clubbing für die Partywilligen der Region», lautet seine Devise. «Guter Ausgang muss nicht zwingend teuer sein», das ist Hagmanns Kernbotschaft. Im Eintrittspreis sei deshalb ein

Getränk nach Wahl inbegriffen, die Getränkepreise seien im übrigen generell günstiger als in einer Bar.

Electronic, Black Music, Labels

In Sachen Musikstil will und kann der neue Club das Rad nicht neu erfinden. Bewährte Genres wie Electronic und Black Music fänden überall Anklang. Gespickt mit ein paar ausgewählten Labelpartys verspricht

das «Gate 7» den Nachtschwärmern «ein abwechslungsreiches Programm in der neuen Ausgangslocation» für eine Kernzielgruppe zwischen 18 und etwa 30 Jahren. Aber selbstverständlich seien alle willkommen, betont Hagmann.

«Ready to Take-off» (auf Deutsch: «Bereit zum Abheben») lautet das Motto an der offiziellen Neueröffnung von morgen Samstag ab 22 Uhr. (ts)

Diabetes begleitet Betroffene ein Leben lang

GRABS. Wer an Diabetes erkrankt, ist mit einer dauerhaften Umstellung von Lebensgewohnheiten konfrontiert. Damit dies leichter fällt, erhalten die Betroffenen in den Spitalern Altstätten, Grabs und Walenstadt Unterstützung durch die Diabetesberatung. «Unser Ziel ist es, den Menschen mit der Diagnose Diabetes mellitus die nötigen Kenntnisse und Fertigkeiten zum Selbstmanagement sowie deren individuelle Umsetzung im Alltag zu vermitteln, so dass die Betroffenen möglichst eigenverantwortlich ihre Therapie durchführen können», erklärt Christa Reinert, Diabetesfachberaterin im Spital Grabs, anlässlich des Welt-Diabetes-Tages am 14. November.

In der Diabetesberatung werden sowohl stationäre als auch ambulante Patienten mit allen Formen von Diabetes beraten. Da 90 Prozent der an Diabetes Erkrankten einen Typ 2 Diabetes haben, stellt diese Gruppe die Mehrzahl der zu Beratenden dar. Die Beratung wird immer individuell auf die Bedürfnisse der Betroffenen abgestimmt.

Lebensqualität erhalten

«Diabetes ist eine chronische Erkrankung. Das heisst für die Betroffenen, dass sie sich täglich mit ihrer Erkrankung auseinandersetzen müssen», ist sich die Diabetesfachberaterin der Herausforderung bewusst. Die Diabetesberaterinnen in der Spitalregion Rheintal Werdenberg Sarganserland (SR RWS) unterstützen gemeinsam mit den Ernährungsexperten der SR RWS die Betroffenen bei der Krank-

heitsbewältigung im Alltag. Dazu gehören auch die Stärkung der Eigenverantwortung, der Selbstmanagementfähigkeit und der Motivation. Das Ziel dabei ist, möglichst viel Lebensqualität zu erhalten und gleichzeitig negative Konsequenzen und Komplikationen zu vermeiden.

Wenig Verständnis im Umfeld

In Gespräch und Beratung geht es nicht nur um die Erkrankten selbst, sondern auch um ihr Umfeld, das viel Einfluss darauf hat, wie gut die Betroffenen mit ihrer Krankheit umgehen können. «Wir stellen immer wieder fest, dass unsere Patienten auf wenig Verständnis im Alltag stossen, was ihre Situation schwieriger macht», kennt Reinert die täglichen Herausforderungen und weiss, dass es viele Betroffene nicht schaffen, ihren Lebensstil dauerhaft zu ändern. «Dabei sind eine gesunde Ernährung und Bewegung die wichtigsten Faktoren, um Diabetes gut im Griff zu haben», so Christa Reinert. Erschwerend kommt hinzu, dass Diabetes beziehungsweise hohe Blutzuckerwerte im Normalfall nicht gespürt werden, was zur Folge hat, dass bis zu 50 Prozent der Diabeteserkrankten noch gar nicht diagnostiziert sind.

Zahl der Erkrankungen steigt

Steigendes Alter und Lebensgewohnheiten tragen dazu bei, dass die Zahlen der Menschen mit Diabetes ansteigen. Weltweit sind derzeit rund 285 Millionen an Diabetes erkrankt. In der Schweiz leiden fast 500000 Menschen an Diabetes, davon 40000 an Diabetes Typ 1. (pd)

Wasserversorgungen sollten weitsichtig saniert werden

HANSPETER THURNHERR

VADUZ. Am 18. Lippuner-Seminar zum Thema «Bauwerksanierungen – Quellfassungen, Reservoire, Grundwasserbrunnen» nahmen 350 Besucher und Aussteller teil. Peter Feldmann, Betriebsleiter des Gemeindefwerks Beckenried NW, verdeutlichte, warum Kommunikation mit der Bevölkerung wichtig ist, um Unterstützung für die nötigen Sanierungen zu bekommen. Denn solche Sanierungen seien komplex und müssten gesamtheitlich betrachtet werden. Andreas Stahl von der Aqua Stahl GmbH aus Kisslegg (Allgäu) stellte einen Leitfaden für Wasserversorgungen vor und referierte über hygie-

nische und dauerhafte Beschichtungen und welche Forschungserkenntnisse in der Praxis umgesetzt wurden. Seine Quintessenz: «Altbewährtes ist wieder entdeckt worden, weil es am dauerhaftesten war.»

Pirmin Odermatt, Gemeinderat aus Emmetten NW, zeigte am Fallbeispiel, wie mit vorausschauender Planung die hohen Anforderungen für eine einwandfreie Wasserversorgung erfüllt werden können. Eine Wasserversorgung müsse auch finanziell über mehrere Generationen hinweg sichergestellt werden, wie er anhand von Finanzmodellen zeigte.

Heini Denoth, Leiter der Wasserversorgung St. Moritz, zeigte

aus Praktikersicht am Beispiel einer 100jährigen Quelle, wie Quellfassungen ohne Kontakt zum Wasser saniert werden. «Vor allem weit weg vom Siedlungsgebiet ist dies eine logistische Herausforderung», sagt Denoth. Geologe Walter Labhart, von der Dr. Heinrich Jackli AG aus Zürich, berichtete, wie mit Alterungs- und Abnutzungserscheinungen bei Brunnen umzugehen ist: «Weil sie gut funktionieren, werden sie relativ stiefmütterlich behandelt. Aber irgendwann müssen auch sie saniert werden.» Die Vorträge wurden durch eine Leistungsshow von Firmen mit Produkten und Dienstleistungen aus der Wasserbranche ergänzt.



Organisator Uli Lippuner (rechts) und Tochter Daniela, welche die Tagung moderierte, am Stand von Aliaxis Utilities & Industry AG, Wangs, im Gespräch mit Verkaufsleiter Armin Grüter. Bild: Hanspeter Thurnherr