



Die Freude bei Marlies Bislin und Markus Roth ist gross: Von Edi Buchli (links) und Josef Eberhard (rechts) erhalten sie den Check. Pressbild

Zum Jubiläum eine grosszügige Spende

Die Sarganserländer Paula Rüt-Stiftung wird in diesem Jahr 25-jährig. Zum Jubiläum wird das Brückenangebot «Der Weg» in Sargans unterstützt.

Die Stifter der Paula Rüt-Stiftung waren vor 25 Jahren Heinrich Gebert und sein Sohn Stephan. Er richtete die Stiftung in Gedenken an ihre im Jahr zuvor verstorbene Ehefrau und Mutter Paula Gebert, geb. Rüt. Die promovierte Juristin und Rechtsanwältin ist in Flums aufgewachsen, ihr Vater war Betriebsleiter des Karbidwerks in Flums (heute Flumroc AG). Diesem war es ein Anliegen, dass seine vier Kinder schulisches gefördert wurden, was aber im Sarganserland nicht möglich war. Damals konnte in der Region keine Mittelschule besucht werden. Heute, wie vor 25 Jahren, gibt es in Sargans die Kantonschule. Aber für weiterführende Studiengänge muss die Region verlassen werden und dies mag auch ein Grund gewesen sein, weshalb die Paula Rüt-Stiftung entstanden ist.

8,5 Millionen Franken ausbezahlt
Der Zweck der Stiftung besteht darin, dass mit dem Ertrag aus dem Stiftungs-

kapital weniger vermögende Studentinnen und Studenten (beziehungsweise ihre Familien) unterstützt werden können. Dies setzt voraus, dass sie eine höhere oder weiterführende Berufsausbildung verfolgen, im Sarganserland aufgewachsen oder wohnhaft sind oder enge familiäre Beziehungen zur Region pflegen. Voraussetzung ist ein Lehrabschluss oder eine Matura. Die Altersgrenze für Gesuche liegt bei 35 Jahren. Die Stiftung konnte während des letzten Vierteljahrhunderts erfolgreich wirken. Sie schüttete insgesamt, also während der letzten 25 Jahre, über 8,5 Millionen Franken an Stipendien aus. Davon profitierten 773 Studentinnen und Studenten.

Der Stiftungsrat unter Präsident Josef Eberhard (Mels) freut sich, auf 25 erfolgreiche Jahre zurückblicken zu dürfen. Das Jubiläumsjahr soll nicht einfach sang- und klanglos vorbeiziehen. Der Stiftungsrat hat deshalb beschlossen, ein regionales und im Bildungsbereich tätiges Institut mit 1000 Franken pro Stiftungsjahr zu unterstüt-

zen. Die Wahl ist dabei auf den Verein «Connection», respektive das private Brückenangebot «Der Weg» im Broderhaus Sargans gefallen. Präsident Josef Eberhard und Sekretär Edi Buchli konnten den Verantwortlichen von «Der Weg» den Check überreichen. (pd)

Bewerbungsverfahren Paula Rüt-Stiftung

Bewerberinnen und Bewerber, welche die Voraussetzungen erfüllen, können die Gesuchsformulare beim Stiftungssekretariat bestellen oder von der Website herunterladen. Die Gesuche samt Beilagen sind bis spätestens am 31. Dezember 2021 einzureichen an: **Paula Rüt-Stiftung, Edwin Buchli, Kiesfangstrasse 4, 7324 Vilters, 081 723 77 00, paularu@stiftung@bluewin.ch** (pd)

www.paularu@stiftung.ch

Was nach Infektionen bleibt

Langzeitfolgen von Infektionen drängen nicht zuletzt wegen Corona vermehrt in den Fokus. Darum dreht sich auch das 21. Gesundheitsforum der Pizolcare.

Sargans. – Am Dienstag, 9. November, widmet sich das 21. Pizolcare-Gesundheitsforum dem Thema «Wenn ich nach einem Infektur noch müde bin». Unter Einbezug des Publikums – der Eintritt ist frei – werden um 20 Uhr in der Aula der Kantonschule Sargans Fragen zu Folgen nach Corona, nach Pfeiffer, nach Zeckenbissen, nach Gürtelrose und anderen Infekten von Fachleuten diskutiert. Pizolcare-Geschäftsführer Urs Keller, Hausarzt aus Wangs, beantwortet einige Fragen dazu.

Herr Keller, warum hat man für das diesjährige Forum gerade dieses Thema gewählt?

Urs Keller: Weil mit den neuen Krankheitsbildern Post-Covid und Long-Covid, die leider doch mehr Personen betreffen als gemeinhin angenommen

plifikation beziehungsweise Langzeitfolge sind seit Langem bekannte Phänomene. Es gibt berühmte Sportlerinnen und Sportler, die nach einem Pfeifferischen Drüsenfieber nie mehr ihre frühere Leistung erbringen konnten. Aktuell lesen wir bei der Schweizer Ski-rennfahrerin und Olympiasiegerin Michelle Gisin davon.

Ist Müdigkeit an sich nicht ein wichtiges Zeichen dafür, dass der Mensch Ruhe braucht?

Doch, klar – wenn man auf den Körper hört oder hören kann, stimmt das absolut. Nur: In unserem Alltag sind wir alle so getaktet, dass wir kaum zur Ruhe kommen, sei es als Eltern, im Beruf oder in der Freizeit.

Was ist das Ziel der Diskussion am

holen, um wieder leistungsfähiger zu werden. Und wir zeigen auf, dass man nicht alleine ist mit diesem Problem. So können wir zu einer Entstigmatisierung beitragen. (pd)

Fachleute und Betroffene diskutieren

Der Patientenbeirat von Pizolcare lädt zum 21. Mal zu diesem Anlass ein, der sich immer wieder umstrittenen und aktuellen Themen der Gesundheit und der Gesundheitspolitik widmet. Mit dabei sind bei der diesjährigen Austragung **ein Betroffener, eine Angehörige, Carmen Müntener**, Hausärztin aus Buchs, **Thomas Meier**,

Was der Weid

An der diesjährigen Behördenjagd im Revier Pardiel hat während einer Treibjagd durch den heimischen ihre Riten und Traditionen näherzubringen, ihre K

von Michael Kohler

Es ist einer dieser letzten Oktobertage: zwar kein Niederschlag, weder Regen, noch Schnee, dafür aber starker Wind, der die Kälte unter die Kleidung treibt, den Winter einbruch im Nacken. Noch vermag die Morgenröte die Dunkelheit des Nachthimmels nicht zu erhellen, als sich die Mitglieder des Jagdreviers Pardiel beim Wasserfall Saschiel in Bad Ragaz einfinden. Alle machen sie von einem unausgesprochenen Kameradengesetz Gebrauch: «15 Minuten vor der Zeit ist des Jägers Pünktlichkeit.» Vom 80-jährigen Pensionär bis zum 26-jährigen Benjamin sind sie alle ausgeschlafen und wach – und bereit, ihren Gästen aufzuzeigen, was die Jagd zu ihrer grossen Leidenschaft macht.

Jedes Jahr lädt die Jagdgesellschaft verschiedene Würdenträgerinnen und Amtspersonen zur Behördenjagd ein. Obmann Urs Thomann darf denn auch unter anderem den St. Galler Gesundheitschef Bruno Damann, alt Nationalrat Peter Weigelt, alt Kantonsrat Valentin Rehli, alt Gemeindepräsident Guido Germann und die beiden amtierenden Gemeindepräsidenten Daniel Bühler (Bad Ragaz) und Axel Zimmermann (Pfäfers) begrüssen. Thomann lässt es sich nicht nehmen, alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer persönlich vorzustellen, darunter auch Jagdkollegen aus dem Bündnerland, Regionalförster Thomas Brandes und mit Andreas Zindel (Zindel United) und Remo Bianchi (Käppeli AG) sogar zwei starke Partner aus der Baubranche.

Eine andere Welt

Die meisten Teilnehmenden haben schon mehrere Treibjagden miterlebt und wissen darum, wie der Hase läuft. «Heuer werden nur Jungtiere vom Reh und vom Rotwild geschossen», grenzt Urs Thomann ein. Nach der offiziellen Eröffnung des Jagdtags durch die beiden Jagdhornbläser Hans Peter «Pepa» Komminoth und Amadeus Muoth und einer kurzen Instruktion folgt die Verschiebung zum Ausgangspunkt der Treibjagd beim Ferienlagerhaus Mittelsäss mitten im Jagdgebiet – und damit das Eintauchen in eine doch etwas andere Welt. Eine Welt voller Traditionen und Werte, Bräuche, Riten und Gepflogenheiten.

Und tatsächlich: Ist man in Bad Ragaz noch als Regierungsrat und Gemeindepräsident ins Fahrzeug gestiegen, gibt es später zwischen den Wiesen und Wäldern des Reviers weder Politiker, noch Geschäftsführer, keine Ärzte, Lehrer oder Polizisten. Hier sind für einmal alle Jäger Weidmänner im Geiste, alle auf Augenhöhe. Und alle mit ein und demselben Ziel: eine erfolgreiche Jagd.

Jäger und Treiber

Begrüsselt vom bissigen Föhnwind und den ersten Sonnenstrahlen – es sollten an diesem Tag auch die letzten sein –, werden alle Teilnehmenden in verschiedene Gruppen eingeteilt: Die Treiber durchkämmen in den nächsten

Erst wird der für den Jäger ausgewählte Hochsitz aufgesucht, oft teilweise oder ganz zu Fuss, und auf die meist meterhoch über dem Boden in die Baumhöhlen gebauten Holzkonstruktionen geklettert – ein Kraftakt. Dann bringt sich der Jäger in Position, richtet sich ein, lädt sein Jagdgewehr und er verschafft sich einen ersten Überblick über seinen Beobachtungsraum, wobei zu dieser Jahreszeit wohl nur das geschulte Auge die wenigen verschiedenen Farbtöne zu unterscheiden vermag – braun von braun, grau von grau, schwarz von schwarz.

Auf Du und Du im Jagdrevier

Drei Stunden oder einen gesichteten Gamsbock, eine Rehgeiss, ein Schmalter und einen Spieser später läutet das Mittelsäss zum Mittagessen. Die Verantwortlichen des Vereins pro Mittelsäss laden die Jäger während der Behördenjagd zum Mittagessen, im Fachjargon «Mittagsager», ein. Karl Gessinger, Hansjörg Danuser und Philipp Heini verköstigen die Gesellschaft mit einem Hirschgulasch, geschossen von den anwesenden Jägern und während rund vier Stunden auf offenem Feuer niedergegart. Dazu ein Glas Rotwein und ein guter Kaffee, für die einen mit Schuss – die Geselligkeit nimmt unter den Jägern einen enorm hohen Stellenwert ein. Hier ein netter Schwatz, da ein Lacher und schliesslich einige Dankesworte an die Gastgeber, bevor die zweite Tageshälfte in Angriff genommen wird.

«Hier oben sind wir alle gleich. Das schafft alleine die Jagd mit ihren Traditionen.»

Urs Thomann

Obmann Jagdgesellschaft Pardiel

«Genau darum geht es bei der Behördenjagd», erklärt Thomann im warmen Stübli des Mittelsäss. «Nicht zwingend um grosse Jagdtrophäen, sondern um die Möglichkeit, sich auf Du und Du auszutauschen. Hier oben sind wir alle gleich, das schafft alleine die Jagd mit ihren Traditionen.» So fänden auch Anliegen der Behörden und des Forsts an die Jäger oder umgekehrt ihren Platz. «Auf Augenhöhe kann man am besten diskutieren. So soll es auch sein.»

Freudiges (Er-)Warten

Keiner der Anwesenden hat bei der ersten Treibjagd am Vormittag etwas geschossen. Zwar sind einigen Jägern Tiere vors Visier gelaufen, haben aber den Anforderungen nicht entsprochen – zur Erinnerung: Nur Jungtiere von Reh und Rotwild sind erlaubt. Oder wie ein Sprichwort unter Jägern lautet: Wer Hirsche jagt, späht nicht auf Hasen. Am Nachmittag soll sich das ändern. Das Prozedere ist dasselbe, die

ie in der Region keine Unterschiede gesucht werden. Heute, wie vor 25 Jahren, gibt es in Sargans die Kantonschule. Aber für weiterführende Studiengänge muss die Region verlassen werden und dies mag auch ein Grund gewesen sein, weshalb die Paula Rüt-Stiftung entstanden ist.

8,5 Millionen Franken ausbezahlt

Der Zweck der Stiftung besteht darin, dass mit dem Ertrag aus dem Stiftungs-

oder 8,5 Millionen Franken an Stipendien aus. Davon profitierten 773 Studentinnen und Studenten.

Der Stiftungsrat unter Präsident Josef Eberhard (Mels) freut sich, auf 25 erfolgreiche Jahre zurückblicken zu dürfen. Das Jubiläumjahr soll nicht einfach sang- und klanglos vorbeiziehen. Der Stiftungsrat hat deshalb beschlossen, ein regionales und im Bildungsbereich tätiges Institut mit 1000 Franken pro Stiftungsjahr zu unterstüt-

turen, können die Geschäftsformulare beim Stiftungssekretariat bestellen oder von der Website herunterladen. Die Gesuche samt Beilagen sind bis spätestens am 31. Dezember 2021 einzureichen an: **Paula Rüt-Stiftung, Edwin Buchli, Kiesfangstrasse 4, 7324 Vilters, 081 723 77 00, paularuefstiftung@bluewin.ch** (pd)

www.paularuefstiftung.ch

nch vorzustellen, darunter auch Jagdkollegen aus dem Bündnerland, Regionalförster Thomas Brandes und mit Andreas Zindel (Zindel United) und Remo Bianchi (Käppeli AG) sogar zwei starke Partner aus der Baubranche.

Eine andere Welt

Die meisten Teilnehmenden haben schon mehrere Treibjagden miterlebt und wissen darum, wie der Hase läuft. «Heuer werden nur Jungtiere vom Reh und vom Rotwild geschossen», grenzt Urs Thomann ein. Nach der offiziellen Eröffnung des Jagdtags durch die beiden Jagdhornbläser Hans Peter «Pepa» Komminoth und Amadeus Muoth und einer kurzen Instruktion folgt die Verschiebung zum Ausgangspunkt der Treibjagd beim Ferienlagerhaus Mittelsäss mitten im Jagdgebiet – und damit das Eintauchen in eine doch etwas andere Welt. Eine Welt voller Traditionen und Werte, Bräuche, Riten und Gepflogenheiten.

Und tatsächlich: Ist man in Bad Ragaz noch als Regierungsrat und Gemeindepräsident ins Fahrzeug gestiegen, gibt es später zwischen den Wiesen und Wäldern des Reviers weder Politiker, noch Geschäftsführer, keine Ärzte, Lehrer oder Polizisten. Hier sind für einmal alle Jäger Weidmänner im Geiste, alle auf Augenhöhe. Und alle mit ein und demselben Ziel: eine erfolgreiche Jagd.

Jäger und Treiber

Begrüsst vom bissigen Föhnwind und den ersten Sonnenstrahlen – es sollten an diesem Tag auch die letzten sein –, werden alle Teilnehmenden in verschiedene Gruppen eingeteilt: Die Treiber durchkämmen in den nächsten drei Stunden den Wald, hetzen allfällige Wildtiere mithilfe von Stockschlägen auf Holz, einer Leuchtweste und Hornsignalen und lotsen sie in die Richtung jener Hoch- oder Ansitze, wo die restlichen Teilnehmenden alleine oder zu zweit lauern.

«Lauern» bedeutet in diesem Fall nicht nur ruhig sitzen und ausharren.

einige Dankesworte an die Gastgeber, bevor die zweite Tageshälfte in Angriff genommen wird.

«Hier oben sind wir alle gleich. Das schafft alleine die Jagd mit ihren Traditionen.»

Urs Thomann

Obmann Jagdgesellschaft Pardiel

«Genau darum geht es bei der Behördenjagd», erklärt Thomann im warmen Stübli des Mittelsäss. «Nicht zwingend um grosse Jagdtrophäen, sondern um die Möglichkeit, sich auf Du und Du auszutauschen. Hier oben sind wir alle gleich, das schafft alleine die Jagd mit ihren Traditionen.» So fänden auch Anliegen der Behörden und des Forsts an die Jäger oder umgekehrt ihren Platz. «Auf Augenhöhe kann man am besten diskutieren. So soll es auch sein.»

Freudiges (Er-)Warten

Keiner der Anwesenden hat bei der ersten Treibjagd am Vormittag etwas geschossen. Zwar sind einigen Jägern Tiere vors Visier gelaufen, haben aber den Anforderungen nicht entsprochen – zur Erinnerung: Nur Jungtiere von Reh und Rotwild sind erlaubt. Oder wie ein Sprichwort unter Jägern lautet: Wer Hirsche jagt, späht nicht auf Hasen. Am Nachmittag soll sich das ändern. Das Prozedere ist dasselbe, die Einteilung und das bejagte Gebiet etwas anders. Also erneut Treiben und Lauern, jedem seine Aufgabe.

Der Föhnwind wird stärker, bis zu 100 Stundenkilometer soll er an diesem Herbsttag erreichen, meint ein Jäger bei der Instruktion zu einem Kammeraden. Ganz nach der Jägerweisheit «Wenn der Wind jagt, soll der Jäger zu

Was nach Infektionen bleibt

Langzeitfolgen von Infektionen drängen nicht zuletzt wegen Corona vermehrt in den Fokus. Darum dreht sich auch das 21. Gesundheitsforum der Pizolcare.

Sargans – Am Dienstag, 9. November, widmet sich das 21. Pizolcare-Gesundheitsforum dem Thema «Wenn ich nach einem Infekt nur noch müde bin». Unter Einbezug des Publikums – der Eintritt ist frei – werden um 20 Uhr in der Aula der Kantonsschule Sargans Fragen zu Folgen nach Corona, nach Pfeiffer, nach Zeckenbissen, nach Gürtelrose und anderen Infekten von Fachleuten diskutiert. Pizolcare-Geschäftsführer Urs Keller, Hausarzt aus Wangs, beantwortet einige Fragen dazu.

Herr Keller, warum hat man für das diesjährige Forum gerade dieses Thema gewählt?

Urs Keller: Weil mit den neuen Krankheitsbildern Post-Covid und Long-Covid, die leider doch mehr Personen betreffen als gemeinhin angenommen wird, die chronische Müdigkeit oder eingeschränkte Leistungsfähigkeit an Bedeutung zugenommen hat.

Hat das Thema erst wegen Corona Aktualität erhalten oder nimmt es auch sonst in Arztpraxen zu?
Müdigkeit und Leistungseinschränkungen nach viralen Infekten als Kom-

plikation beziehungsweise Langzeitfolge sind seit Langem bekannte Phänomene. Es gibt berühmte Sportlerinnen und Sportler, die nach einem Pfeifferschen Drüsenfieber nie mehr ihre frühere Leistung erbringen konnten. Aktuell lesen wir bei der Schweizer Skirennfahrerin und Olympiasiegerin Michelle Gisin davon.

Ist Müdigkeit an sich nicht ein wichtiges Zeichen dafür, dass der Mensch Ruhe braucht?

Doch, klar – wenn man auf den Körper hört oder hören kann, stimmt das absolut. Nur: In unserem Alltag sind wir alle so getaktet, dass wir kaum zur Ruhe kommen, sei es als Eltern, im Beruf oder in der Freizeit.

Was ist das Ziel der Diskussion am Gesundheitsforum? Bekommt man Hinweise darauf, wie man mit chronischer Müdigkeit umgehen kann? Kann man mit seinem Verhalten die Situation verbessern oder braucht es Medikamente?

Wir möchten Mut machen, die Symptome bzw die Zeichen des Körpers ernst zu nehmen und sich allenfalls Hilfe zu

holen, um wieder leistungsfähiger zu werden. Und wir zeigen auf, dass man nicht alleine ist mit diesem Problem. So können wir zu einer Entstigmatisierung beitragen. (pd)

Fachleute und Betroffene diskutieren

Der Patientenbeirat von Pizolcare lädt zum 21. Mal zu diesem Anlass ein, der sich immer wieder umstrittenen und aktuellen Themen der Gesundheit und der Gesundheitspolitik widmet. Mit dabei sind bei der diesjährigen Austragung **ein Betroffener, eine Angehörige, Carmen Müntener**, Hausärztin aus Buchs, **Thomas Meier**, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, **Franz Zimmerhackl**, Chefarzt der Reha-Klinik Gais, **Martin Risch**, CEO des Labors Risch, und **Roger Wüst**, Case Manager bei der ÖKK Landquart. Moderiert wird der Anlass wiederum von **Urs Keller**, Präsident von Pizolcare. (pd)