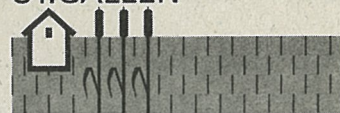


QUARTIER

ZITIG

QUARTIERVEREIN
RIETHÜSLI
ST.GALLEN



1/99

März 1999 / 12. Jahrgang



HV 23.4.1999

Thema: Problematik 2000

Haben Sie schon?

**Mitgliederbeiträge:
Fr. 15.-**

PC-Konto 90-10440-1

vom 11. Mai 1998

Protokoll der Hauptversammlung

1. Begrüssung

Der Präsident begrüsst die anwesenden Vereinsmitglieder. Es sind 63, das absolute Mehr beträgt 32.

Weiter begrüsst der Präsident die anwesenden Presseleute A. Haig von den St.Galler Nachrichten und M. Rietmann vom St.Galler Tagblatt. Begrüsst werden auch die Herren Niederberger und Haselbach, die nach der Versammlung zum Tempo 30 Stellung nehmen werden. Zu Stimmzählern werden gewählt: Herr Max Degonda und Herr Fleisch.

2. Protokoll

Das Protokoll der HV vom 2.4.1997 wird einstimmig genehmigt.

3. Präsidentenbericht

Der Präsidentenbericht, erschienen in der Quartierzeitung 1/98, wird einstimmig gutgeheissen.

4. Kassa und Revisionsbericht

Der Kassabericht von Marcel Tschirky ist ebenfalls in der Zeitung veröffentlicht worden. Er schliesst mit einem Einnahmenüberschuss von Fr. 357.55 ab.

Der Revisorenbericht, vorgebracht von M. Huser, ist auch schriftlich erschienen. Die beiden Anträge: Die Vereinsrechnung 1997 ist in

der vorliegenden Form zu genehmigen, dem Kassier und dem gesamten Vorstand ist unter Verdankung der grossen geleisteten Arbeit Entlastung zu erteilen, werden einstimmig angenommen.

5. Bericht der QZ

Richard Bissig, der Verantwortliche, dankt allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern und allen, die die Zeitung verteilt haben, für ihre Arbeit. Die Kosten für die Zeitung sind noch nicht im Griff, so dass man neu mit nur drei Ausgaben rechnen kann. Dadurch werden allerdings auch die Einnahmen für die Inserate zurückgehen.

6. Rücktritte

R. Bissig ist aus dem Quartier weggezogen und scheidet aus dem Vorstand aus. Seine Arbeit wird vom Präsident aufs herzlichste dankt. V. Moser und M. Huser sind seit 8 Jahren als Revisoren tätig und geben ihren Rücktritt bekannt. Beiden wird ebenfalls für ihre Arbeit gedankt. Für Richard Bissig konnte bis jetzt noch kein Nachfolger gefunden werden. Als Revisoren vorgeschlagen werden Herr Leo Pfiffner und Herr Franz Kundela. Beide werden ohne Gegenstimme gewählt.

7. Allgemeine Umfrage

Das Quartiertelefon, seit etwa einem Jahr in Betrieb, ist kaum beansprucht worden. Frau Benz sucht im Namen des Pfarreirates für den neuen Pastoralassistenten eine Wohnung.

Schluss der Versammlung 20.35 Uhr.

Im Anschluss an die ordentlichen Traktanden der Hauptversammlung wurde zum Thema «Tempo 30 im Quartier» informiert und lebhaft diskutiert. Als Einstieg informiert Herr Niederberger allgemein über die Einführung von Tempo 30 im Gebiet westlich der Teufenerstrasse. Die anschließende Diskussion wird rege benützt. Herr M. Degonda macht auf die Riethüslistrasse aufmerksam, die nicht als Tempo 30 Strasse bezeichnet wurde. Diese Strasse würde als Schleichweg zur Umfahrung des Lichtsignals benutzt. Herr Hengartner wünscht eine repräsentative Umfrage im Quartier. Herr Wildhaber bemängelt die Betonklötze an der Solitüdenstrasse. – Entgegnung: Fahrbahnhindernisse sind vorschriftsgemäss zu installieren. (Gesetz zu Tempo 30). Herr Studer meint auch, die Solitüdenstrasse sei so steil, es brauche hier keine

Hindernisse. Viele Bewohner finden, es werde vor allem abwärts zu schnell gefahren. O. Sturzenegger ist für die Einführung von Tempo 30: die Sicherheit für die Schüler werde dadurch erhöht. Viele Anwohner sprechen sich für Tempo 30 aus, aber ohne künstliche Hindernisse, sprich Betonklötze. Herr Duss stellt folgenden Antrag: Tempo 30 sei im bezeichneten Gebiet einzuführen, auf künstliche Hindernisse sei zu verzichten... auf 2 Jahre befristet. Herr Niederberger meint, so ein Antrag sei von Gesetzes wegen nicht möglich. Die Abstimmung zum Antrag von Herrn Duss ergab folgendes Resultat:

9 Ja, 37 Nein, 10 Enthaltungen. Der Antrag Duss wurde abgelehnt. Darauf kam folgender Antrag zur Abstimmung. Tempo 30 sei, wie von der Stadt vorgesehen, einzuführen:

Dafür 46, dagegen 11, Enthaltungen 3. Dem Antrag, Tempo 30 im westlichen Teil der Teufenerstrasse einzuführen, wurde zugestimmt.

Schluss der Diskussion 22:10 Uhr.

Der Protokollführer:

M. Albrecht



Helene Kühne
Redaktionsleiterin

Neue Redaktionsleiterin der Quartierzeitung

Kühne Helene, geboren und aufgewachsen in St. Georgen, St. Gallen ist seit nunmehr 18 Jahren wohnhaft an der Fellenbergstrasse 75, im Riethüsli.

Sie ist Kantonale Angestellte bei der Fremdenpolizei in St. Gallen, Mutter und Hausfrau.

«Mit grosser Freude arbeite ich schon seit einigen Jahren im Redaktionsteam der Quartierzeitung Riethüsli. Da Frau Silvia Rindlisbacher die Leitung der Redaktion auf das Frühjahr 1999 aufgeben wird, werde ich neu ihr Amt als Redaktionsleiterin übernehmen. Ich freue

mich auf eine gute Zusammenarbeit mit den Bewohnern des Riethüsliquartiers.»

Ihre Helene Kühne

KLOSTERDROGERIE

GESUNDHEITSDROGERIE
Klosterdrogerie am Gallusplatz
9000 St.Gallen 071/ 223 33 48

MEDIKAMENTE

- ⇒ Allopathie
- ⇒ Homöopathie
- ⇒ Spagyrik
- ⇒ Phytotherapie
- ⇒ Bachblüten

**KOSMETIK
REFORM
ÖKO-PRODUKTE**



**Lassen Sie sich
verzaubern...**



**Die perfekte
Haarpflege
für Sie und Ihn**

25 Jahre
COIFFURE NORA

Nita Hauenstein-Fürer
Teufenerstrasse 156
9012 St.Gallen

Telefon 071 277 74 86

Leopold W&P SG

MARCEL MÄRKLI
HOLZARBEITEN
St.Georgenstr. 104
CH-9011 St.Gallen
Tel. 071 222 57 76

Schreiner- und Glaserarbeiten
Möbel und Möbelrestorationen
Holzbau und Treppenbau
Riemenböden Massivparkett

elektrokundert

Ihr Quartierelektriker beim
Nestweiher berätet Sie gerne.

Teufenerstrasse 138
9012 St.Gallen
Tel. 260 25 25 Fax 260 25 26

COMEDIA

- ✓ Gute Literatur
- ✓ Comics
- ✓ Musik aus Afrika, Lateinamerika,
Asien, der Karibik und Reggae

COMEDIA
Die aktuelle Buchhandlung
Katharinengasse 20, CH-9004 St.Gallen
Telefon 071 245 80 08

AGROLA ► RIETHÜSLI

Josef Egger
Teufenerstrasse 166 · 9012 St.Gallen
Tel. 071/277 21 57 · Fax 071/278 15 59
Reparaturen aller Marken

Abschleppdienst ausser Geschäftszeit:
Tel. 079/207 42 22

**Bäckerei-Restaurant
Talhof Riethüsli**

Mit höflicher Empfehlung:
Familie H. Huber-Baldegger
Telefon 071 277 96 72



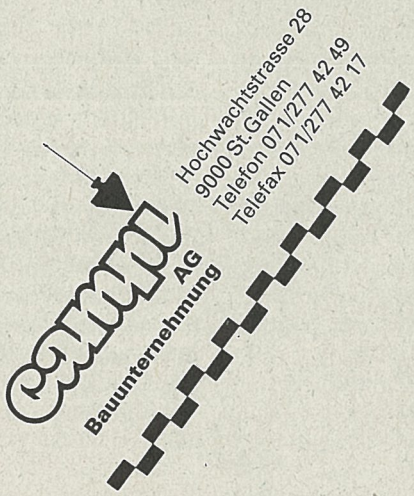
**Schreinerei
und Innenausbau
St.Gallen**

Ruhbergstrasse 57a
Telefon 071 277 80 20

**Ihr Plattenleger in
unserem Quartier!**

**Alain Antony
Plattenleger**

Fellenbergstrasse 71
9000 St.Gallen
071 278 47 81
079 221.92 70



Hochwachtstrasse 28
9000 St.Gallen
Telefon 071/271 42 49
Telefax 071/277 42 17

**Bauunternehmung
AG**

**HANS BIGGER
CARROSSERIE**

RIETHÜSLISTRASSE 6-8 - 9012 ST.GALLEN
TELEFON 071 277 02 27



Wir empfehlen uns für:

- ⇒ Spenglerei
- ⇒ Lackiererei
- ⇒ Glas-Service
- ⇒ Abschleppdienst
- ⇒ Ersatzwagen
- ⇒ Autohandel
- ⇒ Auspuff-Reparaturen

Leopold W&P

Die gute Fachwerkstatt seit 1955

Fachinformation von Stefan Fehr, dipl. Drogist

Zucker und Vitalstoffbedarf

120 g Zucker pro Tag – das ist der durchschnittliche Verbrauch pro Person in der Schweiz. Tendenz steigend.

Komplexe Kohlenhydrate und stark raffinierte Kohlenhydrate

Die heutige Ernährung ersetzt immer häufiger komplexe Kohlenhydrate wie Vollkornprodukte durch stark raffinierte Kohlenhydrate wie z.B. Weissmehl, weisse Teigwaren und geschälten Reis. Dazu kommen Süssigkeiten wie Mars, Kinderschokolade und ähnliches, die nebst einem Grossteil Zucker (Saccharose) noch erhebliche Mengen Fett enthalten. Ebenfalls grosse Mengen an Zucker enthalten gesüsste Tafelgetränke. Dies bringt unsere Gesundheit restlos durcheinander. Warum?

Zwei wesentliche Punkte:

a) Einfachzucker (z.B. Saccharose) und raffinierte Stärke werden schnell im Körper aufgenommen – die Werte im Blut klettern rasch – und in der Regel werden sie sofort verbrannt. Vielen Menschen bekommen Nahrungsmittel, die reich an Einfachzucker sind, schlecht: Typisch ist, dass sich sehr schnell ein Energie-Hoch einstellt, das dann von einem Tief abgelöst wird, gekoppelt mit Lethargie, Schläfrigkeit, Kopfschmerz oder Depression. Häufig führt dieses schnelle Auf und Ab des Blutzuckerspiegels zu Stimmungsschwankungen. Komplexe Kohlenhydrate dagegen werden langsamer und nahtloser in den Blutkreislauf aufgenommen und verursachen keine schnellen Blutzuckerschwankungen.

b) Zweitens enthalten Zucker und raffinierte Kohlen-

hydrate lediglich Energie und kaum andere Nährstoffe. Es gibt riesige Unterschiede zwischen einer Schale weissem Reis und einer Schale braunem Vollkornreis. Der braune Reis liefert ebensoviel Energie wie der weisse, enthält aber darüber hinaus mehr Proteine, Vitamine, Mineralien und Nahrungsfasern.

Zucker und stark raffinierte Stärke rauben dem Körper wichtige Vitamine und Mineralien.

Der Verzehr grosser Mengen Zucker erhöht auch das Risiko von Karies und Übergewicht, verschlimmert bei manchen Menschen Arthritis und Asthma und kann das Immunsystem schwächen.

Hypoglykämie – das Ende des süssen Lebens oder die unentdeckte Volkskrankheit

Hypoglykämie ist das exakte Gegenteil von Diabetes und oft die Vorstufe dieser Krankheit. Beim Diabetes zirkuliert zu wenig brauchbares Insulin im Blutstrom, bei der Hypoglykämie (auch Hyperinsulinismus genannt) zuviel. Ein Überschuss dieses zuckerregulierenden Hormones, das von der Bauchspeicheldrüse als Antwort auf einen schnell ansteigenden Blutzucker freigestellt wird, treibt den Blutzuckerspiegel unterhalb des Normalwertes und bewirkt in der Folge ein starkes Verlangen nach Süssigkeiten, zusammen mit einer Vielzahl von körperlichen oder mentalen Symptomen, wie z.B. Vergesslichkeit, Stimmungsschwankungen, Hyperaktivität, Müdigkeit, Schlaflosigkeit, Lust nach Süssigkeiten, Kaffee oder Alkohol usw. Während der Nacht sinkt der Zuckerspie-

gel stark ab, so dass morgens nach dem Aufstehen die Symptome ausgeprägt sein können (Müdigkeit trotz Schlafens! Erwachen mit Kopfschmerzen!)

Erhöhter Vitalstoffbedarf (Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente)

Die regelmässige Zufuhr von raffinierten Kohlenhydraten (Kristallzucker, Weissmehl, geschälter Reis, Alkohol), die durch die industrielle Verarbeitung ihres natürlichen Nährstoffgehaltes beraubt worden sind, führt zu einem Mangel an Chrom, Mangan, Zink, B-Vitaminen u.a.).

Laut schweizerischem Ernährungsbericht (1998) ist z.B. bei Jugendlichen eine Mangelversorgung mit B-Vitaminen festgestellt worden.

Vitamine des B-Komplexes und Chrom sind unentbehrlich zur Blutzuckerregulation sowie für den Abbau von Glukose. Ein Mangel an verschiedenen weiteren Mineralstoffen wie Zink, Magnesium und Kalium erhöht das Risiko für Hypoglykämie.

Bei einer entsprechenden Ernährungsweise ist es durchaus sinnvoll, Vitalstoffpräparate über eine gewisse Zeit einzunehmen. Damit wird der erhöhte Bedarf an Vitaminen und Mineralstoffen sowie Spurenelementen kompensiert. Ein solches Präparat sollte in seiner Zusammensetzung ausgewogen und nicht zu hoch dosiert sein.

Ernährungsempfehlungen Zu empfehlen:

- Sämtliche Gemüse und Obstsorten (reif !)
- Eier, Milch und Milchprodukte
- Nüsse und Samen
- Vollkornprodukte (Brot, Teigwaren, Reis, Müesli)
- Fisch und Geflügel
- Entkoffeinierter Kaffee, Mineralwasser, Kräutertee

Zu vermeiden:

- Reiner Zucker (weiss, braun oder roh), weisses Mehl und daraus hergestellte Produkte. (Kuchen, Backwaren, Süssigkeiten, Weissmehl-Teigwaren), geschälter Reis.
- Kaffee, Schwarztee, Alkohol, Cola und ähnliches.

Selbstverständlich sollte man auch hier ein gewisses Augenmass behalten und nicht sektiererisch vorgehen.

Für Fragen steht Ihnen gerne die Kloster-Drogerie am Gallusplatz zur Verfügung.

Ebenfalls erhalten Sie dort die weitergehende Broschüre «Störungen des Zuckerstoffwechsels».

Stefan Fehr, dipl. Drogist.

Aus dem Alltag der Riethüsli-Pöstler

Unsere Briefträger

Wer kennt sie nicht, unsere freundlichen, stets gutge-launten Quartierbriefträger? Wohl die wenigsten wissen aber, dass Toni Gahler und Ernst Roth seit 25 Jahren ein ausgezeichnet aufeinander abgestimmtes Gespann sind.

brachte. Die Häuser an der Teufenerstrasse über den Wattbach hinaus, gehören ebenfalls zum Postkreis Riethüsli, wie auch der Vogelherd und der Bauernhof an der Oberen Berneggstrasse. Das Pensum wurde

serhalb der Wohnhäuser angebracht worden sind, ist auch ein Fortschritt. Dafür geht leider der Kontakt mit den Kunden/Innen mehr und mehr verloren. Der gemütliche Schwatz an der Haustüre, welcher früher zum Vertragen der Post gehörte, findet auch kaum mehr statt, wahrscheinlich würde es auch an der Zeit fehlen. Dort, wo sich Briefkästen noch im Hausflur befinden, haben die Briefträger eine grosse Bitte: «Last doch die Haustüren offen, bis wir unsere Fracht abgeladen haben.»

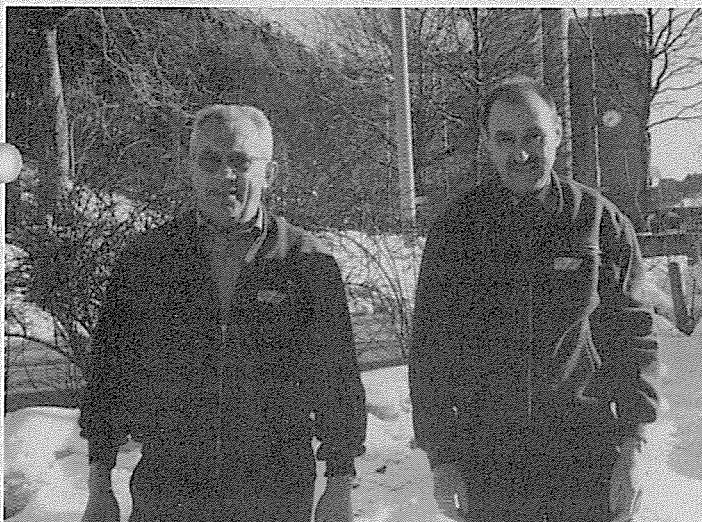
Dass drei Strassen mitten im Quartier (Fähnern-, Fellenberg- und Hochwachtstrasse) die Postleitzahl 9000 beibehalten haben, ist eine Besonderheit. Sie rühre noch daher, dass die neue Zürcher Zeitung früher täglich drei Ausgaben produziert habe. Abonnenten an den drei genannten Strassen hätten nicht auf deren Zustellung verzichten wollen und das sei nur von der

Hauptpost aus möglich gewesen. Früher waren die Briefträger auch an hohen Feiertagen wie Weihnachten und Neujahr mit der Post unterwegs. Sie haben besonders die Berge von Neujahrskarten, die zu verteilen waren, oft gewünscht. Zum Glück ist diese eher unpersönliche Art der Übermittlung von Glückwünschen heutzutage ausser Mode gekommen.

Böse, bissige Hunde sind auch viel seltener geworden. Entweder sind die Tiere besser unter Kontrolle oder nicht mehr so allergisch auf Uniformen, die ja bei weitem nicht mehr so militärisch aussehen wie früher.

Wir wünschen unseren beiden treuen und zuverlässigen Briefträgern weiterhin gute Beine und einen langen Atem, damit sie dem Riethüsli noch recht lange erhalten bleiben.

Erika Mangold



Toni Gahler kam mit der Eröffnung der neuen Riethüsli-Post ins Quartier. (Für alle, die es nicht wissen, sie befand sich früher dort, wo jetzt die Metzgerei Wagner ist). Vorher erfolgte die Verteilung von der Hauptpost aus, und das Riethüsli gehörte zur Postleitzahl 9000. Die Karriere von Ernst Roth begann in unserem Quartier. Er war Lehrling bei Posthalter Othmar Riedener im Riethüsli, wurde nach der Ausbildung in eine andere Poststelle versetzt und von seinem Lehrmeister ehrenvoll wieder ins Riethüsli berufen, mit Stellenantritt am 14. Januar 1974.

Unser Quartier hat in diesem Vierteljahrhundert viele Veränderungen erlebt und ist mit der zweiten Überbauungsetappe auf Oberhofstetten um vieles grösser geworden, was viel mehr Briefkästen und eine längere Wegstrecke mit sich

zu gross für zwei Briefträger und musste mit einer zusätzlichen Kraft bewältigt werden. Seit nun die Paketpost von der Stadt aus verteilt wird, sind Toni Gahler und Ernst Roth wieder allein für die Postverteilung zuständig.

Briefträger sind Frühaufsteher. Ihr Dienst beginnt um 05.20 Uhr mit dem Sortieren. Die eingegangene A-Post wird gleichentags verteilt, während die B-Post am Nachmittag für den folgenden Tag bereitgestellt wird. Nach der wohlverdienten Kaffeepause geht es auf die Tour, zum Glück nicht mehr mit den schweren, vollbepackten Posttaschen wie früher, mit denen sich die Briefträger oft als Lastesel vorkamen. Die Technik erleichtert auch hier vieles. Briefträger sind ja trotzdem immer noch jedem Wetter ausgesetzt. Dass viele Briefkästen aus-

ALLEZ HOP! in der Halle

Unterstützt durch das Schweizerische Olympische Komitee, die Krankenkassen Helsana und Konkordia sowie WinCare (Versicherung der «Winterthur»):

ab 21. April bis 16. Juni 1999
in der Turnhalle Riethüsli:
Jeden Mittwoch von 17.30 bis 18.45 Uhr
Allez Hop!
Hallenspass für Männer jeden Alters

Nähere Auskunft erteilt Ursula Abegg,
 Tel. 071 311 35 03

Aktuelle Allez Hop!-Kurse Teletext SF DRS S 740

Spitex West erweitert sein Angebot Gesund ernährt...

Gesund ernährt dank Mittagstisch und Mahlzeitendienst

Frisch zubereitete, altersgerechte Mahlzeiten an fünf Tagen in der Woche – dies ist das Ziel des neuen Dienstes; den Spitex West seit dem 2. November anbietet. Zur Wahl steht ein gemeinsamer Mittagstisch im Spitex-Stützpunkt an der Hungerbühlerstrasse 4 in Bruggen oder die Lieferung essbereiter Mahlzeiten nach Hause. Beide Formen des neuen Verpflegungsangebotes stossen vor allem bei älteren Leuten auf reges Interesse.

Mittagszeit an der Hungerbühlerstrasse 4: Aus der Küche duftet es verlockend, und der Tisch im Esszimmer ist freundlich gedeckt. Ein älterer Herr äussert sich erfreut darüber, nicht mehr selber kochen zu müssen: «Ich habe bisher zu Hause Fertigmenüs aufgewärmt,

aber die Portionen waren immer viel zu gross, und allein essen macht sowieso keine Freude», meint er. Nun kann er die Grösse der Portionen selber bestimmen. Aber nicht nur das: «Wenn immer möglich, gehen wir bei der Menu-Planung auf individuelle Wünsche ein», erläutert Irma Steiner, Leiterin des Spitex-Stützpunktes und Mitinitiantin des Mittagstisches. Gleichzeitig achtet Hauspflegerin Brigitte Peter, die als Köchin wirkt, auf eine gesunde und ausgewogene Gestaltung der Mahlzeiten. Den Gästen scheint das Menu – es gibt Rindsvoresen, Polenta, Rotkraut und ein feines Dessert – zu schmecken. Und wer mag, darf nach dem Essen auch etwas länger sitzen bleiben. Man will sich nicht auf die Abgabe von Mahlzeiten beschränken, sondern den Gästen soziale Kontakte ermöglichen.

Weshalb sah sich Spitex West zu diesem Projekt veranlasst? Irma Steiner: «In unserer täglichen Spitex-Arbeit haben wir bemerkt, dass es – abgesehen vom Pflegeheim Bruggen – in unserem Gebiet keinen Ort gibt, wo Leute, die nicht selber kochen wollen, jeden Tag zu einem annehmbaren Preis essen können. Zudem haben wir viele Spitex-«Kunden», die an das Haus gebunden sind; diese haben oft Mühe im Umgang mit Fertigmenüs, so wie sie heute angeboten werden. Bei unserem Mahlzeitendienst wird das Menu in einem Wärmebehälter zum Kunden geliefert und dort auf den Tisch gestellt, so dass nur noch selber gegessen werden muss...» Auf Grund der Nachfrage in den ersten Betriebswochen dürfte das neue Angebot von Spitex West einem echten Bedürfnis entsprechen. Stützpunktleiterin Irma Steiner und ihr Team freuen sich

über neue Gäste am Mittagstisch und über Bestellungen für den Hauslieferdienst.

Spitex West ist nach wie vor hauptsächlich in den Gebieten Gemeindekrankenpflege, Hauspflege und Haushilfe tätig. Neu ist ein Mahlzeitendienst mit täglichem Mittagstisch um 12.15 Uhr an der Hungerbühlerstr. 4 (Fr. 9.50 / Mahlzeit ohne Getränke) oder auf Wunsch Lieferung der Mahlzeiten nach Hause (Fr. 11.50 inkl. Lieferung). Für die Hauslieferung ist eine Anmeldung nötig.

(Tel. Spitex West 278 78 01)

sgb

Nestweiher-Gesellschaft St.Gallen Rücktritt des Weiherwartes



Nach fast zehnjähriger Tätigkeit gibt Ferdi Kurz sein Mandat als Weiherwart

zurück. Wir möchten ihm für sein Engagement aber auch für die kompetente Pflege und Fütterung unserer Wasservögel herzlich danken. Er leistete dabei einen grossen Beitrag, dass unsere Tiere gesund und quicklebendig blieben. Dies zur Freude der vielen kleinen und grossen Nestweiher-Besucher.

Wir wünschen ihm für die Zukunft alles Gute.

Vorstand der Nestweiher-Gesellschaft, St.Gallen

Ihr Laden um die Ecke



CHRISTEN
LEBENSMITTEL RIETHÜSLÍ

Teufenerstrasse 145
9012 St.Gallen
Tel./Fax 071 277 84 12

**Käsespezialitäten
Milchprodukte
Gemüse/Obst/Früchte
Getränkhandel
Hauslieferdienst**

Öffnungszeiten:
MO-FR 07.30-12.15 Uhr und 14.00-18.30 Uhr
Mittwoch nachmittag geschlossen
Samstag durchgehend bis 14.00 Uhr geöffnet

Schrepfer

Bauspenglerei - Sanitär

Beratung & Ausführung

- Bauspenglerei
- Sanitär
- Renovationen
- Umbauten
- Blitzschutz
- Reinigung

Werkstatt: 9032 Engelburg

Büro: 9000 St.Gallen
Schneebergstr. 61a

Telefon und Fax 071 / 277 75 35
Natel 079 / 605 58 48

Engeler

malerei
st.gallen

Ihr Fachmann aus dem Quartier für:

Malen
Tapezieren

Roland Engeler
Tablatstrasse 10c
9016 St.Gallen
Telefon 071-288 18 18
Fax 071-288 18 89

GROSSE AUSSTELLUNG

- Mobilitäts- und Wohnhilfsmittel
- Therapiegeräte
- Rollstühle
- Zubehör
- Gehhilfen

EIGENE WERKSTATT

- individuelle Anpassung
- Entwicklungen
- Reparaturen



STASTNY

ORTHOPÄDIE- UND REHATECHNIK AG

9000 ST.GALLEN ROSENBERGSTRASSE 42 TEL 071/222 63 44
8200 SCHAFFHAUSEN VORSTADT 67 TEL 052/625 21 12

Speiserestaurant Riethüsli



Teufenerstr. 151
9012 St.Gallen
Tel. 071 277 88 30

Ihr Treffpunkt im Quartier!

Restaurant - Tagesbar - Säli -
Sitzungsraum - warme Küche
11.30-14.00/18.00-22.00 Uhr

Shell Garage Riethüsli



René Rankwiler
Teufenerstrasse 164
9012 St.Gallen
Telefon 071 / 277 71 11
Fax 071 / 277 71 12

Lern-Fit

- schulbegleitende Unterstützung in Französisch, Englisch, Deutsch
- Motivationsförderung
- Überwindung von Lernblockaden
- Prüfungsvorbereitung einzeln oder in der Kleingruppe

Monika Bühler
Sprachlehrerin und Logotherapeutin
Hafnerwaldstrasse 16A
Tel. 071 278 19 06

HOTEL Restaurant CONTINENTAL ST. GALLEN



9000 St.Gallen, Teufenerstrasse 95
Tel. 071 272 06 06, Fax 071 272 06 07

Handbemaltes Porzellan

Das persönliche Geschenk mit bleibendem Wert.
Laufend Porzellan-, Zeichen- und Malkurse.

Louise Weber, Teufenerstr. 146
9012 St.Gallen, Tel. 277 90 14

Die Mobiliar

Versicherungen & Vorsorge



Miklós Hazay
Gerhardtstrasse 6
9012 St.Gallen
Telefon 071/277 06 74

Agentur St.Georgen
St.Georgenstrasse 79
9000 St.Gallen
Telefon 071/223 21 20

Öffnungszeiten:
Montag - Mittwoch 16.30-18.00
Donnerstag - Freitag 10.45-12.15

«Suchen Sie eine faire Beratung und eine individuelle Versicherungslösung, dann freue ich mich jetzt schon, Sie kennenzulernen. Rufen Sie mich doch einfach an!»

Miklós Hazay, Kundenberater



Roland Breitenmoser

Kaminfeger

Ihr Fachmann für Wartung und Beratung.
Tel. und Fax 071/277 35 81, 9012 St.Gallen
Feuerungskontrolleur mit eidg. Fachausweis
Natel 079/352 72 11

ELKI-Turnen im Riethüsli

Ist für Sie die sogenannte Trainingslehre mit Konditionsfaktoren, sozialen, intellektuellen und emotionalen Fähigkeiten verbunden mit Wahrnehmung ein weit entfernter Begriff? Dann interessiert Sie vielleicht mehr das persönliche Zusammensein mit Ihrem Kind während einer Stunde und das Beobachten, wie es sich einzeln oder in der Gruppe verhält. Wir möchten jedoch beides miteinander verbinden.

Unser Ziel im Eltern-Kind-Turnen ist, die motorischen Fähigkeiten und das Zusammenspiel aller Sinne unserer Kinder zu fördern. Wir möchten uns mit gezielten Übungen den Kindern anbieten, auch ihr Selbstbewusstsein zu unterstützen, ihren Mut zu zeigen und ihre Kreativität hervorzulocken. Auf

spielerische Art möchten wir diese im Kind natürlich angelegten Gaben freilegen. Um dies zu erreichen, bewegen wir uns jeweils am Samstagmorgen in der Turnhalle an der Teufenerstrasse von 9.30 – 10.20 Uhr und bedienen uns der Geräte und Turnutensilien, die uns die Halle bietet. Für unsere Kinder soll aber die Freude, Spass am sich bewegen und sich treffen ganz im Vordergrund stehen. Zu diesem Zwecke haben wir uns zu einem kleinen Team formiert und bieten interessierten Eltern mit Kindern im Alter von zirka 3 – 5 Jahren unser ELKI-Turnen an. Die Lektion kostet Fr. 5.– pro ELKI-Paar und mal. Wenn wir also das nächste mal mit Bällen, Reifen, Maten, Ringen, Sprossenwand, Langbänken und vielem



mehr einander eine Stunde Aufmerksamkeit schenken, sind Sie herzlich dazu eingeladen, eine Schnupperlektion mitzerleben.

Es geben gerne Auskunft oder nehmen Anmeldungen entgegen:

Ursi Hollinger
Tel.: 278 87 40

oder bei

Heidi Rupp
Tel.: 278 40 31



Spielgruppe Riethüsli

Spielgruppe Riethüsli

Wir spielen...

Wir hören Geschichten...

Wir essen miteinander Z'nüni...

Wir kneten, malen, schneiden, kleben, hämmern, sägen...

Wir probieren aus...

Wir schlüpfen in andere Rollen...

Wir musizieren, tanzen, singen, springen, lernen Versli...

... und vieles mehr

Das neue Spielgruppenjahr beginnt im August nach den Sommerferien. Kinder, die älter als drei Jahre sind, sind bei uns herzlich willkommen. Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

1 Vormittag pro Woche/
Quartal Fr. 90.–
2 Vormittage pro Woche/
Quartal Fr. 180.–
sowie kleiner Materialkostenanteil

Auskunft und Anmeldung:

Y. Hauser-Rechsteiner
Oberhofstettenstr. 87
9012 St.Gallen
071 / 277 28 29

Markus Benz – Neues Vorstandsmitglied im Quartierverein



An der Treuackerstrasse aufgewachsen war mir schon schnell klar geworden, dass ich in der Stadt St.Gallen bleiben wollte. Nach der Ausbildung am Semi Rorschach begann ich mit dem Studium an der PHS und arbeite in der Zwischenzeit bereits zehn Jahre als Seklehrer an der Fladä. Die

naturverbundene Lage und die gleichzeitige Nähe zur Stadt machen dieses Quartier zu etwas ganz Besonderem. Nicht umsonst war es schon immer ein Wunschtraum von mir, hier irgendwo eine Bleibe zu finden. Aus dem Wunsch ist eine Familie mit einem kleinen Mädchen geworden und die nächste familiäre Überraschung liegt gar nicht mehr so weit weg... Es ist deshalb nicht erstaunlich, wenn im Moment die Freizeit im Zeichen der Familie steht. Energien auftanken und neue Impulse finden kann ich vor allem im Sport (Handball, Laufen, Tennis), und auch mit der Musik finde ich den nötigen Abstand zum Berufsleben.

Markus Benz

Interview mit Oskar Sturzenegger

Das Gespräch mit dem Schulleiter, Herr Sturzenegger (OS) des Schulhauses Riethüsli führten Raphaela Nagel (RN) und Laura Rindlisbacher (LR) aus der Klasse 4b Riethüsli

LR: Wie kamen Sie auf den Beruf Lehrer?

OS: Das ist eigentlich eine lustige Geschichte. So etwa in der 3. Sek sagte mein Berufsberater: Du kannst alles werden, nur nicht Lehrer. Da bin ich wohl «ausstz» Lehrer geworden.

RN: Wie gefällt es Ihnen im Schulhaus Riethüsli?

OS: Sehr gut. Ich finde wir haben sehr nette Schüler und ein gutes Lehrerteam.

LR: Wie gefällt es Ihnen als Schulleiter?

OS: Mittlerweile gefällt es mir gut. Es ist eine interessante Aufgabe, denn sie besteht nicht nur aus Schule geben, sondern man kann auch mit Erwachsenen arbeiten und schauen, dass im Schulhaus alles richtig läuft.

RN: Was unterrichten Sie am liebsten?

OS: Das ist gar keine einfache Frage. Früher unterrichtete ich am liebsten Werken und Turnen. Weil ich jetzt

Bürostunden habe, musste ich diese Fächer abgeben. Heute unterrichte ich am liebsten Mensch und Umwelt.

LR: Kommen Sie mit allen Schülern klar?

OS: Im Grossen und Ganzen komme ich mit allen Schülern klar. Es gibt natürlich Schüler, die einem mehr Mühe bereiten als andere. Es haben wahrscheinlich viele einen grossen Respekt vor mir.

RN: Unternehmen Sie viel mit der Klasse?

OS: Ja, ich denke schon. Bis jetzt ging ich immer zwei mal im Jahr mit meiner Klasse ins Lager. Daneben mache ich mit meinen Schülern auch Theaterli, Exkursionen und Projekte.

LR: Sind Sie ein lustiger Lehrer oder eher ein strenger?

OS: Das kommt auf die Schüler an. Wenn sie sich benehmen wie ich es möchte, dann kann ich ein sehr lustiger Lehrer sein. Wenn sie aber blöd tun, dann bin ich natürlich streng.

RN: Mit was beschäftigen Sie sich zu Hause?

OS: Mit der Familie oder manchmal muss ich noch etwas mit dem Computer erledigen.

LR: Haben Sie viel Sitzungen?

Stu: Ja, sehr viele. Im Durchschnitt 2 – 3 Sitzungen pro Woche.

RN: Lesen Sie viel und haben Sie einen Lieblingsautor?

OS: Während der Schulzeit lese ich vor allem Sachliteratur, Lehrmittel und schulische Berichte. In den Ferien Bücher zum Entspannen, einfach etwas das man im Liegestuhl oder in der Badi lesen kann. Einen Lieblingsautor habe ich nicht.

LR: Was essen und trinken sie am liebsten?

OS: Ich esse sehr gern und gut. Am liebsten esse ich etwas Grilliertes mit Gemüse und dazu ein Gläschen Wein.

RN: Mögen sie Comics?

OS: Die kenne ich natürlich von meinen Buben. Für mich kaufe ich keine Comics, aber wenn einer herumliegt oder in den Ferien wenn die beiden Buben Comics lesen, schmökere ich auch darin herum.

LR: Haben Sie viel Phantasie?

OS: Phantasie ja eigentlich schon. Aber Phantasie ist nicht meine Stärke. Ich bin

besser im Organisieren als im Phantasieren.

RN: Lachen Sie viel in der Schule?

OS: Eigentlich schon. Wie gesagt, wenn ich den Eindruck habe es läuft gut mit den Schülern, kann ich viel lachen.

LR: Mögen Sie Tiere?

OS: Fragst du jetzt welche? Also wir haben zu Hause eine Katze, obwohl ich lange keine wollte, mag ich sie jetzt sehr. Es ist ein liebes und anhängliches Tier und ich habe sehr viel Freude daran.

RN: Treiben Sie Sport?

OS: Im Winter fahre ich gern Ski. Snöben will ich nicht lernen. Das ganze Jahr durch gehe ich einmal in der Woche zum Volleyball spielen. Im Sommer spiele ich Tennis. Früher spielte ich Fussball, das habe ich aufgegeben. Und natürlich, das gehört ja auch zum Sport, gehe ich gerne wandern und baden.

RN und LR: Herr Sturzenegger wir danken Ihnen für das nette Interview.

Wir rotieren für Sie!



Rüdiger AG

Satz & Druck

Gallusstrasse 32

9000 St.Gallen

Telefon 071 222 16 82

Fax 071 222 32 19

e-mail: ruedidruck@swissonline.ch

Erfolgreiche Herbst-Velosammlung für Rumänien

Erstaunlich viel Betrieb herrschte auch diesmal bei der 4. Rumänien-sammlung auf dem Schulhausplatz Riethüsli. Reihenweise ausgediente Stahlrösser und ein Berg von Kleidersäcken – alles Material, welches bei uns überflüssig ist, in Rumänien jedoch neue Arbeitsplätze schafft: sieben Velo-reparatur-Werkstätten konnten inzwischen aufgebaut werden, 2 Nähateliers und Kleider-/Schuhläden sind entstanden.

Ursula und Ueli Iseli aus Abtwil leiten seit 12 Jahren das Selbsthilfeprojekt Rumänien (Sektion Ostschweiz des VSO) und begleiten die Transporte regelmässig. Im Rahmen der Gruppe «Junge Frauen – Riethüsli» werden sie mittels Lichtbildern von

ihrer kürzlichen Reise nach Rumänien erzählen und das Projekt vorstellen. Für alle Interessierten eine Gelegenheit, sich aus erster Hand zu informieren.

**Donnerstag, 22. April 1999
14.30 Uhr im Pavillon an der Gerhardstrasse**

Wie bereits früher erwähnt, wird die Sammlung im Riethüsli regelmässig halbjährlich fortgesetzt: jeweils im Mai und Oktober.

**Nächste Sammlung: Sam.
29. Mai 1999, 10.30 – 12.00
Uhr, Schulhaus Riethüsli**

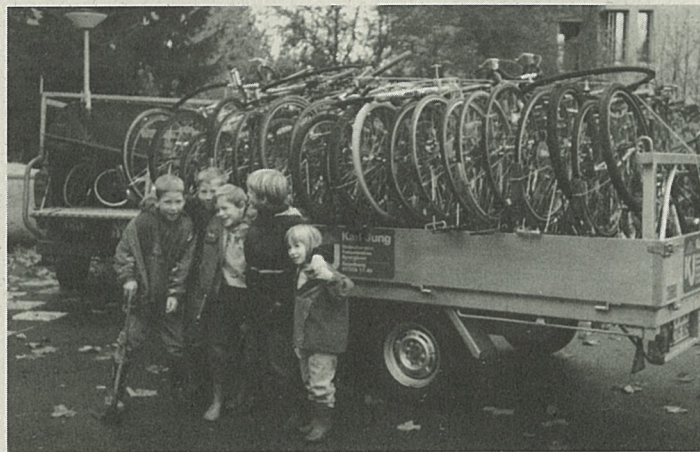
Die Zahlen der Herbst-sammlung:

64 Velos, 13 Schachteln Kleider, 20 Kleidersäcke, 3 Schreibmaschinen, 2 Computer, 8 Uhren, 20 Brillen, Fr. 156.– Spenden an die Transportkosten (der Transport eines Fahrrades kostet den VSO Fr. 9.–).

Vielen Dank fürs Bringen und Unterstützen!

Für den VSO Sektion Ostschweiz

Heidi Kundela-Graf



Vielseitige Förderung des Patacancha-Tales, Peru Riethüsli hilft mit

In einem steilen Tal in der Nähe von Cusco wird die Bevölkerung in der landwirtschaftlichen Produktion und in der Viehzucht weitergebildet, um die Ernährung und Gesundheit zu verbessern. Bauern und Bäuerinnen lernen, ihre Produkte zu verarbeiten und zu verkaufen. Sie werden motiviert, sich vermehrt an der Führung und Weiterbildung des Tales zu beteiligen.

Liebe Riethüslerinnen und Riethüsler

Für Ihre grosszügige Unterstützung des letztjährigen Projektes der Impulsgruppe 3. Welt (Wohnhaus für afrikanische Schwestern in Kenya) möchten wir Ihnen herzlich danken.

In den vergangenen Wochen und Monaten wurde unsere Aufmerksamkeit infolge verheerender Umweltkatastrophen mehrmals nach Mittel- und Südamerika gelenkt. Und nun möchten wir über ein Projekt erzählen, das ebenfalls in Südamerika läuft, nämlich in Peru. Zufall, dass wir dieses Projekt ausgewählt haben? Wir, d.h. sechs Personen aus der katholischen Pfarrei Riethüsli (= Impulsgruppe 3. Welt) wählen jährlich aus einem grossen Katalog des Fastenopfers ein Projekt für unsere Quartier-Aktion aus. Dieses Jahr fiel unser Interesse auf ein relativ kleines Gebiet in Peru. Das steile Patacancha-Tal ist 25 km lang und besteht aus drei Höhenlagen von 2800 - 4800 m ü. M.

Auf der untersten Höhenstufe wachsen noch Mais und Fruchtbäume, auf der zweiten verschiedene Kartoffelarten, Gerste und andine Getreide; und die oberste Stufe besteht aus Grasland, das der Weidung von Schafen, Rindern, Alpacas und Lamas dient. Bei Projektbeginn besuchten von den Kindern zwischen 6 und 13 Jahren nur 40% die Schule. Die gesundheitliche Versorgung ist defizitär und erreicht die höher gelegenen Gebiete praktisch nicht. Die Unter- und Fehlernährung sowie die Kindersterblichkeit sind hoch.

Projektträgerin

Vor rund 20 Jahren begann eine peruanische Equipe mit der Landwirtschaftsbe-

ratung. Später wurde die Asociacion ARARIWA gegründet, um Bauerngemeinden zu betreuen. Das Problem in den Tälern der Anden ist die gleichbleibende Nahrungsmittelproduktion bei zunehmender Bevölkerung. Ziel der Organisation ARARIWA (= Projektträgerin) ist es, eine alternative Entwicklung für das ganze Tal in Gang zu bringen. Die Lebensbedingungen der Bevölkerung und ihre wirtschaftliche Tätigkeit sollen sich spürbar verbessern, die Entwicklung der Individuen, Familien und Comunidades aber im Gleichgewicht mit der Natur geschehen. Wie sieht die Unterstützung der lokalen ARARIWA-Organisation aus?

• In der Landwirtschaft wer-

den Bauern motiviert, alt-herkömmliches Saatgut (z.B. Kartoffeln, andines Getreide) zu bewahren und mit natürlichen Mitteln Schädlinge zu bekämpfen.

- Bei der Zucht und Haltung von Schafen, Rindern, Alpacas, Hühnern und Schweinen werden die Bauern ausgebildet und begleitet, die Qualität zu verbessern.

- Mit Hilfe von Stützmauern, Terrassen, Sickerkanälen, Bäumen als Windschutz und allgemeiner Aufforstung soll der Boden konserviert werden.

- Traditionelle Bewässerungsanlagen werden verbessert und die Bauern darin weiter ausgebildet. So steigt die Produktivität und die Qualität der einheimischen Produkte.

Das Projekt trägt Früchte

Wirtschaftlich wurde schon einiges erreicht. So funktioniert z.B. ein Verarbeitungszentrum für lokales Getreide, mehr Produkte werden auf Gemeindefestwochenmärkten verkauft, und Kunsthandwerk nimmt einen höheren Stellenwert ein als früher. Mit Kursen sollen die Leute ausgebildet werden, regionale Märkte zu organisieren und ihre Produkte (z.B. Wollsachen für



Touristen) besser zu verkaufen. Es funktionieren zwei Kommunalbanken. Durch Ausbildung wird die Bevölkerung besser informiert, bei Entscheidungen auf Gemeinde- und Distriktebene beteiligen sich immer Frauen. Eltern geben der Ausbildung ihrer Kinder mehr Gewicht, so dass heute alle Kinder die Schule besuchen. Die Mitarbeit in der Gesundheitsprävention wird bei Vorsorgekampagnen für

Kleinkinder und Mütter, durch Kurse in Ernährung, Familienplanung und durch Ausbildung von Gesundheitspromotoren gefördert.

Kein Zufall!

Ist die Auswahl dieses Projekts nun ein Zufall? Dass es gerade in Peru ist: ja; inhaltlich aber nein. Mit der Vielseitigkeit und Förderung der Bevölkerung in der Landwirtschaft, bei Arbeitsmöglichkeiten, bei der Mit-

arbeit auf Gemeindeebene und der Gesundheitsprävention hat uns das Projekt «Integrale Förderung des Patacanha Tales» begeistert. Wir hoffen, dass auch Sie, liebe Riethüslerinnen und Riethüsler, von der Begeisterung angesteckt werden, und die Weiterführung dieses Projekts mit dem beiliegenden Einzahlungsschein grosszügig unterstützen.

Die Impulsgruppe 3. Welt
Elisabeth Rüttsche-Strupler

Im Zusammenhang mit dem Entwicklungsprojekt in Peru organisiert die Impulsgruppe 3. Welt ein besonderes Mittagessen mit südamerikanischer Musik. Alle Riethüsler und Riethüslerinnen sind am Sonntag, 28. März 1999 ab 11.30 Uhr herzlich willkommen im Riethüsli-Treff, Teufenerstrasse 146.

Restaurant Bären

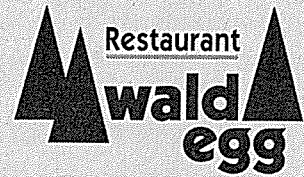
9063 Stein / AR

René F. Winkelmann
Daniela Meister
Tel. 071 / 367 11 14



Wirtesonntag: Mittwoch und Donnerstag
Donnerstag ab 17.00 Uhr wieder geöffnet

Ihr Wanderziel!



9053 Teufen Tel. 071 333 12 30

Wir freuen uns auf Ihren Besuch
Fam. Niklaus Dörig & Personal

**RÄUCHEREI
AM
RINGELBERG**

Lachs
Forellen
Felchen



Feinste geräuchte
Delikatessen

Alle Produkte sind auch bei
Christen-Lebensmittel erhältlich.

Max Degonda · Fischräucherei ·
Wattstrasse 2 · 9012 St. Gallen ·
Tel. 071 / 277 06 25



**FÜR LEUTE
MIT PFIFF!**

VELO PFIFFNER AG

Velos • Motos Linsebühlstrasse 61-67 9000 St.Gallen
Telefon 071/223 62 62 Telefax 071/222 35 13

W I R V E R S T E H E N U N S E R F A C H

Präsidenten-Bericht 1998

Rückblick auf 1998

Der grosse Höhepunkt im Jahr 1998 war sicherlich das Quartierfest mit Gewerbeausstellung im Juni. Die Firmen unseres Quartiers zeigten sich, währenddem unzählige freiwillige Helfer und Helferinnen tatkräftig in den Bereichen Restaurantbetrieb und Unterhaltungsabend im Einsatz standen. An der Hauptversammlung vom 11. Mai 1998 wurde nebst den Traktanden über die Einführung von Tempo 30 abgestimmt. Diese Abstimmung wurde auf Anfrage der Stadt durchgeführt. Ein grosser Teil der anwesenden Mitglieder hat die Massnahmen befürwortet, wenn auch kritische Stimmen bezüglich der Betonklötze unüberhörbar waren. Das Quartiertelefon, welches von Vorstandsmitglie-

dern regelmässig betreut wurde, ist nach einem Jahr Testbetrieb wieder aufgegeben worden, sind doch nur wenige Anrufe eingegangen, es darf angenommen werden, dass dies keinem Bedürfnis entsprochen hat.

Auch über das weitere Vorgehen mit dem Riethüsli-tunnel wurde im Jahre 1998 entschieden. Die Regierungen von Stadt und Kanton St.Gallen, sowie von Appenzell AR haben sich geäussert. Das vorgesehene Projekt der Appenzeller Bahnen für einen Tunnel wird vorläufig begraben, ein Entscheid dürfte frühestens in ein paar Jahren fallen.

Wiederum hatten wir ein gefreutes Verhältnis zu Schule und Kirchen, wobei sich Viktor Staub zur Ruhe

setzte und mit dem Nachfolger Stefan Staub wiederum ein sehr spontaner und offener Vertreter der katholischen Kirche die Verbindung zum Quartierverein sicherstellt.

Das Schülerfussball-Turnier vom Januar 1998, organisiert mit der Primarschule, ging bestens über die Bühne.

Letztlich darf ich Ihnen mitteilen, dass der Kontakt zur Nestweihergesellschaft durch meine Vertretung in dessen Vorstand neu sichergestellt ist.

Ausblick 1999

Die traditionelle Hauptversammlung findet statt am 23. April 1999 in der Gewerbeschule Aula UG.

Eine Waldputzaktion in Zusammenarbeit mit der

Ortsbürgergemeinde mit anschliessendem Waldfest wird durch Marcel Tschirky und Marcel Albrecht organisiert. Der Anlass zur Sauberhaltung unseres Waldes findet statt mit der ganzen Familie an einem Samstag im Juni.

Der Altersausflug im Herbst führt das ältere Semester mit einer Obstfahrt durch den Thurgau.

Weiter werden dieses Jahr 3 Ausgaben der Quartierzeitung erscheinen.

Ich freue mich erneut auf die persönliche Zusammenarbeit mit Kirche, Schule und Vereinen.

Ich wünsche Ihnen alles Gute.

Hannes Kundert, Präsident

Revision der Statuten des Quartiervereins

Die Statuten unseres Quartiervereins sind zwar noch nicht alt – sie datieren aus dem Jahre 1990 – doch haben sich einige materielle Bestimmungen als unzumutbar erwiesen. Zudem sind nicht alle Artikel in der nötigen Kürze und Klarheit verfasst. Aus diesen Gründen hat der Vorstand beschlossen, der ordentlichen Quartiersversammlung vom 23.4.99 eine Änderung der Statuten zu beantragen. Um Kosten zu sparen, wird darauf verzichtet, jedem Mitglied des Quartiervereins vor der Versammlung ein Exemplar dieser neuen Statuten zukommen zu lassen. Gerne stellen wir jedoch interessierten Mitgliedern einen entsprechenden Entwurf zu. Bitte melden Sie sich bei Regula

Traub (Tel. 277 75 52). Die wichtigsten Änderungen, welche der Vorstand der Quartiersversammlung beantragen wird, sind die folgenden Punkte:

- Die geltenden Statuten sehen vor, dass die Versammlung für die ordentlichen Traktanden beschlussfähig ist mit den anwesenden Stimmberechtigten. Für die weiteren Traktanden, wenn mindestens 50 stimmberechtigte Mitglieder anwesend sind (Art. 13, vgl. auch Art. 14 der Statuten). Der Vorstand schlägt vor, die Bestimmung in Bezug auf die Mindestanzahl anwesender Mitglieder zu streichen. Neu könnten Beschlüsse mit dem relativen Mehr der abgegebenen gültigen Stimmen gefasst wer-

den. Beschlüsse betreffend Änderung der Statuten oder Auflösung des Vereins bedürften jedoch der Zustimmung von 2/3 der abgegebenen gültigen Stimmen. Die Auflösung des Vereins könnte ferner nicht beschlossen werden, solange 25 stimmberechtigte Mitglieder für den Fortbestand des Vereins wären.

- Gemäss den geltenden Statuten besteht der Vorstand aus 7 – 9 Mitgliedern (Art. 19 der Statuten). Der Vorstand beantragt, die Zahl der Vorstandsmitglieder zu reduzieren. Neu hätte der Vorstand aus mindestens 5 Mitgliedern zu bestehen.

- Bisläng besteht ferner eine ausserordentliche Mitgliedschaft für Gönnerinnen und Gönner. Diese Mit-

glieder haben jedoch kein Stimmrecht (Art. 3 und 5 der Statuten). Der Vorstand schlägt der Quartiersversammlung vor, diese Mitgliederkategorie zu streichen. Auch gemäss den revidierten Statuten ist aber eine Ehrenmitgliedschaft möglich.

Der Vorstand freut sich, möglichst viele Mitglieder an der kommenden ordentlichen Quartiersversammlung begrüssen zu dürfen.

Im Namen des Vorstandes

Regula Traub

Lamm und Co.



Ein Rezeptvorschlag von Mario Degonda, Küchenchef im Cafe-Restaurant Gschwend

Diesmal habe ich Ihnen ein Menu zusammengestellt, mit dem Sie nicht nur an Ostern gut ankommen.

Discremesuppe mit geräucherter Entenbrusttranchen

Zutaten

500 g Kürbis
1 Stk. Knoblauchzehe
2 dl Bouillon
10 g Butter
10 g Zucker
1 kleine Zwiebel
1 Bintje-Kartoffel (klein)
1 Stk. Lorbeerblatt
2 Stk. Nelken
4 Stk. weisse Pfefferkörner
1 geräucherte Entenbrust (erhältlich bei Degonda)

Zubereitung

Kürbis in Stücke schneiden. Gehackte Zwiebel und Knoblauch in der Butter leicht anbraten. Kürbistücke und Kartoffelstücke dazugeben und mit Bouillon ablöschen. Restliche Zutaten, ausser Sauerrahm, dazugeben und ca. 30 Min. weichsieden. Alles durch das Passevite treiben und anschliessend mit Sauerrahm abschmecken. Suppe nochmals aufkochen und eventuell mit einer Butterflocke verfeinern. Die Entenbrust fein aufschneiden und in die Suppe geben.

Tipp: Wenn man im Besitz eines Mixbechers ist, lohnt es sich die Suppe dort zu pürieren.

Lammrücken im Kräutermantel

Zutaten:

4 Stk. Lammracks
1 Fenchel, klein
1 Bund Frühlingszwiebeln
100 g Sellerieknolle
2 Knoblauchzehen
0.5 l Bratenjus
2 Schalotten
1 kleiner Bund Peterli
1 Bund Kerbel
1 Bund Salbei
3 Toastbrotseiben
1 Essl. Mehl
2 Eiweiss
40 g Butter
1 Schuss Pernod
1 Essl. Mehl
Salz, Pfeffer

Zubereitung

Frühlingszwiebeln und Sellerie grob zerteilen und anrösten. Dann den feingewürfelten Fenchel, das gehackte Fenchelkraut und 1 Knoblauchzehe zugeben. Kurz anschwitzen. Bratenjus dazugliessen. Aufkochen lassen, abschäumen und eine halbe Stunde kochen lassen. Während dieser Zeit die Schalotten, 1 Knoblauchzehe und die Kräuter fein hacken. Das Toastbrot ohne Rinde fein reiben und mit den Kräutern vermischen. Die Lammracks salzen, pfeffern, in Mehl wenden und durch das geschlagene Eiweiss ziehen. Mit der Kräuter-Weissbrotmischung panieren. Den Ofen auf 180 C° vorheizen, die Lammracks auf die unterste Schiene stellen. Etwa 6 Min. auf der Fleischseite anbraten. Dann die Lammracks auf die Rippen stellen und weitere 6 Min. braten. 40 g Butter zugeben, die Lammracks wenden und ca. 4 Min. nachbraten. Fleisch herausnehmen und warmstellen. Den Lammfond durch ein Sieb oder besser noch durch ein Tuch passieren, den Bratensatz mit dem Fond ablöschen und einkochen. Mit Salz, Pfeffer und Pernod

abschmecken. Das Mehl mit etwas kaltem Wasser verrühren und unter ständigem Rühren in die kochende Sauce geben. Zum Servieren die Racks aufschneiden und auf den Saucenspiegel geben. Das Fleisch sollte schön rosa gebraten sein.

Kartoffel-Lauchgratin

Zutaten

1 kg rohe Kartoffeln (Nicola)
1 Lauch
1 Knoblauchzehe
5 dl Milch
2.5 dl Vollrahm
40 g Butter
120 g Reibkäse
Salz, Pfeffer, Muskat

Zubereitung

Mit zerdrückter Knoblauchzehe die Pfanne gut ausreiben, Milch, Rahm, Butter, Salz, Pfeffer, Muskat dazugeben und aufkochen lassen. Die Kartoffeln in feine Scheiben schneiden. Lauch gut waschen und in blättrige Stücke schneiden. Kartoffeln und Lauch zu der Milch geben und kochen bis sie noch guten Biss haben. Die Masse in gebutterte Gratinplatte geben, mit Reibkäse bestreuen und mit flüssiger Butter beträufeln. Bei mittlerer Hitze während ca. 40 Min langsam backen.

Glasierte Karotten

Zutaten

16 Stk. kleine Frühlingskarotten mit Kraut
1 dl Gemüsebouillon
20 g Butter
10 g Zucker
Salz, Pfeffer

Zubereitung

Die Karotten bis 3 cm von dem Kraut entfernen und vorsichtig schälen, evtl. nur gut mit Scotch unter laufendem Wasser bürsten. In kochendem Salzwasser blanchieren und in Eiswas-

ser abkühlen. In eine flache Pfanne etwas Bouillon und die Karotten geben. Butter Gewürze und den Zucker dazugeben. Die Flüssigkeit einkochen lassen und immer die Karotten darin schwenken, bis ein sirupähnlicher Saft entstanden ist. Falls die Karotten noch nicht ganz weich sind, einfach Bouillon dazugliessen und so den Einkochprozess verlängern.

Pochierte Rotweifeigen mit Zimtglace

Zutaten

8 Stk. frische Feigen
2 dl kräftigen Rotwein
150 g Zucker
1 Orange
1 Zitrone
1 Zimtstengel
1 Lorbeerblatt
5 Pfefferkörner
2 Nelken

Zubereitung

Die Feigen gut waschen und mit einem Holzspießchen mehrmals durchlöchern. Die Schale der Zitrone und der Orangen mit einem Messer lösen, so dass die weisse Haut nicht mitgeschnitten wird. Danach beide entsaften. Alle Zutaten, ohne die Feigen, in einer Pfanne aufkochen. Die Feigen dazugeben und nochmals 1 Min. aufkochen lassen, dann Deckel drauf, Pfanne auf die Seite stellen und die Feigen 1 Stunde ziehen lassen. Die Feigen aus dem Sud nehmen und den Sud um die Hälfte einkochen lassen, danach absieben. Auf ein Teller eine grosse Kugel Zimtglace geben und mit den aufgeschnittenen Feigen garnieren. Mit dem Sud die Feigen übergliessen.

Aktivitäten Pfarrei Heilig-Geist Riethüsli

Lateinamerikanischer Palmsonntag im Riethüsli

Am Sonntag, 28. März feiert die Riethüsli-Pfarrei den Palmsonntag. Die kolumbianische Musikgruppe «Kallpa» wird den Gottesdienst mitgestalten. Im Anschluss lädt die Pfarrei zu einem besonderen kulinarischen Pfarreizmittag ein.

Ein Gottesdienst der besonderen Art

Der Palmsonntag erinnert an den freudigen Einzug von Jesus in Jerusalem. Die «Freude» scheint vielen Menschen abhanden gekommen zu sein. Darum wird dieser Familiengottesdienst gestaltet durch eine Vorbereitungsgruppe unter dem Aspekt der «Freude» innerhalb und ausserhalb der Kirche. Als besondere Gäste werden vier Musiker der kolumbianischen Gruppe «Kallpa» dabei sein und den Gottesdienst mit der vorangehenden Palmprozession musikalisch umrahmen. Die «Kallpas» wollen mit ihren Instrumenten und Gesängen eine Brücke schlagen zu ihrer Kultur und Kirche.

Im Anschluss an den Gottesdienst werden alle Besucherinnen und Besucher, Kinder, Eltern, Alleinstehende, jung und alt zu einem besonderen kulinarischen Erlebnis in den Riethüsli-treff eingeladen. Aus der einheimischen Küche Lateinamerikas wird uns mit gekonnter Hand ein feines «Chili-con-Carne» zubereitet und zu einem günstigen Preis angeboten. Die «Impulsgruppe 3. Welt» will den Erlös dem Animations- und Aufbauprojekt in Peru zukommen lassen (vgl. Artikel auf S. 14/15). Kaffee und Dessert wird natürlich auch nicht fehlen. Unsere Gäste aus Kolumbien werden mit ihrer Musik ein Ambiente schaffen, das uns ein wenig Südamerika ins Riethüsli zaubert! Anmeldungen sind nicht nötig! Die Impulsgruppe 3. Welt und die Pfarrei freuen sich auf einen bunten, lebendigen Lateinamerika-Sonntag!

Ein Familientag im Flüeli-Ranft

Menschen wallfahren seit Menschengedenken. Durch die Wallfahrt lässt man sich für etwas bewegen, macht sich auf den Weg.

Anlässlich des Jahrtausendwechsels und der Hoffnung auf eine menschenfreundliche und gewaltlosere Zukunft, lädt die Pfarrei alle herzlich ein, zu einem Familien-Wallfahrtstag am Sonntag, 20. Juni 1999.

Mit einem Car reisen wir nach Sankt Niklausen oberhalb vom Ranft und eröffnen diesen Tag mit einem meditativen Einstieg in der ältesten Kirche der Inner- und Schwyz. Dann steigen die Fussgänger in den Ranft hinunter, wo gemeinsam ein Gottesdienst gefeiert wird. Für Gehbehinderte und ältere Menschen wird ein Transport per Bus organisiert. In diesem Gottesdienst sollen auch persönliche An-

liegen Platz finden. Anschliessend wird der Z'mittag am grossen Feuer selber gebraten. Es besteht genügend Zeit für Begegnung, Plausch, Gespräch und Beizchen-Besuch. Die Jungwacht-Blauring-Schar wird ein Kinder-Animationsprogramm organisieren.

Die Kosten werden bewusst günstig gehalten. Kinder in Begleitung der Eltern fahren gratis mit.

Näheres wird zur gegebenen Zeit im Pfarreiforum veröffentlicht.

StS.

STAMPFL & CO. AG

PTT-Fachhändler, Elektro-Ing. HTL/STV

9000 St.Gallen, Mühlenstrasse 24
Tel. 071 222 75 70, Fax 071 222 75 49

Elektroplanung
Telekommunikation
Kundenberatung
Elektroinstallationen

pronto

GEBÄUDE
REINIGUNG

St. Gallen 071 - 277 82 01
Wolfhalden 071 - 888 00 30
Rotkreuz 041 - 790 28 63

QUARTIERVEREIN RIETHÜSLI ST.GALLEN

Impressum:

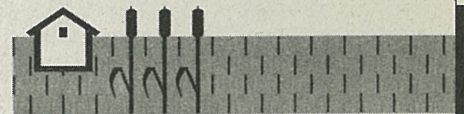
Redaktionsteam:
Helen Kühne/hk Tel. 278 13 39
Erika Mangold/em Tel. 277 97 10
Silvia Rindlisbacher/sr Tel. 278 79 74
Marcel Tschirky/mt Tel. 277 03 82

Inserate:
Max Degonda/md Tel. 277 06 25

Druck:
Rüdiger Druck, St.Gallen

Nächste QZ-Riethüsli erscheint:
3. September 1999

Inserate- und Redaktionsschluss:
12. August 1999



Vorstand:

Präsident:
Hannes Kundert Tel. 260 25 27

Vizepräsidentin:
Silvia Rindlisbacher Tel. 278 79 74

Aktuar:
Marcel Albrecht Tel. 277 75 44

Kassier:
Marcel Tschirky Tel. 277 03 82

Mitglieder:
Regula Traub Tel. 277 75 52
Lisa Etter Tel. 277 01 55

Auflage: 1600 Exemplare