

NACHRICHTEN

Jazz im Saumarkt

FELDKIRCH: Vom 4. bis 6. Januar veranstaltet der Saumarkt in Feldkirch sein drittes Neujahrs-Jazz-Festival. Am Samstag, dem 5. Januar wird um 20.15 Uhr «Triologie» konzertieren, ein Jazztrio der besonderen Art. Das in der jetzigen Besetzung seit drei Jahren musizierende Trio: Ingvo Clauder (Tasten) aus Triesenberg, Lucas Dietrich (Bass) aus Feldkirch, Marc Vogel (Schlagzeug) aus Lustenau, spielt modernen, progressiven Jazz mit ausschliesslich aus Eigenkompositionen bestehendem Programm. Dabei handelt es sich nicht nur um «straighten» Jazz, sondern um eine Mischung, die Einflüsse aus allen möglichen Stilrichtungen integriert: Vom verdrehten Blues bis zu «Popsongs», vom Odd Meter bis zur sphärischen Jazzballade, dazu experimentelle, aber strukturierte Ausflüge in jede Richtung – alles wird als Grundlage zur Improvisation genutzt. Auch und vor allem die Dynamik wird als stilistisches Element eingesetzt, sodass die Aufmerksamkeit der Zuhörer von leisen Passagen an gefordert ist. (Eing.)

Märchen und Meditation des Tanzes

BUCHS: Am Samstag, dem 5. Januar 2002 von 9.30 bis 16 Uhr findet im katholischen Pfarreisaal in Buchs ein Märchen-Tanztag mit dem Thema «Aufbruch, Neuanfang, Weg-Gehen bis zu Sonne Mond und Sternen» statt. Caroline Capiaghi erzählt ein siebenbürgisches Weg-Märchen. Annalies Siegenthaler lehrt uns entsprechende Kreistänze. Wir tauchen ein in unsere Innenwelt, lassen uns berühren, inspirieren, finden zu unserer Quelle. Zu diesem Kurstag sind alle Menschen eingeladen, die Freude an Märchen und meditativen Kreistänzen haben. Anmeldung nehmen Caroline Capiaghi (081/756 56 73) oder Annalies Siegenthaler (081/771 10 15) entgegen. (Eing.)

Chemieunfall in Konstanz

KONSTANZ: Vier Personen sind am Freitag in Konstanz durch unsachgemässes Handeln mit Chemikalien verletzt worden. Der Hauswart eines Wohnheims hatte bei der Schwimmbadreinigung Chlor und Schwefel gemischt. Ein ganzer Gebäudekomplex musste geräumt werden. Nach Polizeiangaben erlitt der Hauswart sehr schwere Atemwegsverletzungen. Er und zwei weitere Erwachsene sowie ein Kleinkind mussten in Spitalpflege gebracht werden. In dem Gebäudekomplex am Rand der Konstanzer Altstadt sind neben einer Seniorenresidenz noch eine Poststelle, zwei Ladengeschäfte und ein Restaurant untergebracht. Die Post sowie die Läden und das Restaurant wurden für gut eineinhalb Stunden geräumt. Die Heimbewohner dagegen mussten das Haus nicht verlassen. Schwefel verbindet sich mit Chlor zu Schwefelchlorid, das ätzend wirkt und explosiv ist. In der Industrie wird es zur Kautschukverarbeitung gebraucht.

Skitourenfahrer in Vorarlberg aus Lawine gerettet

BREGENZ: Ein Skitourenfahrer ist am Donnerstag auf der Abfahrt vom Skigebiet Albona nach Langen am Arberg von einem Schneebrett verschüttet worden. Ein Begleiter und weitere Skitourenfahrer konnten ihn unverletzt befreien. Laut Sicherheitsdirektion hatte der 29-Jährige bei der Abfahrt nach Langen in einem Nordhang ein etwa 150 Meter breites Schneebrett losgetreten. Er wurde davon mitgerissen und rund einen Meter tief verschüttet. Eine Hand ragte jedoch noch aus den Schneemassen heraus. So konnte er schon nach wenigen Minuten von seinem Begleiter und weiteren Skifahrern ausgegraben werden.

Wieder sechs Messen in Dornbirn

Neue Messethemen werden fortgesetzt – Dornbirn ist Messestadt

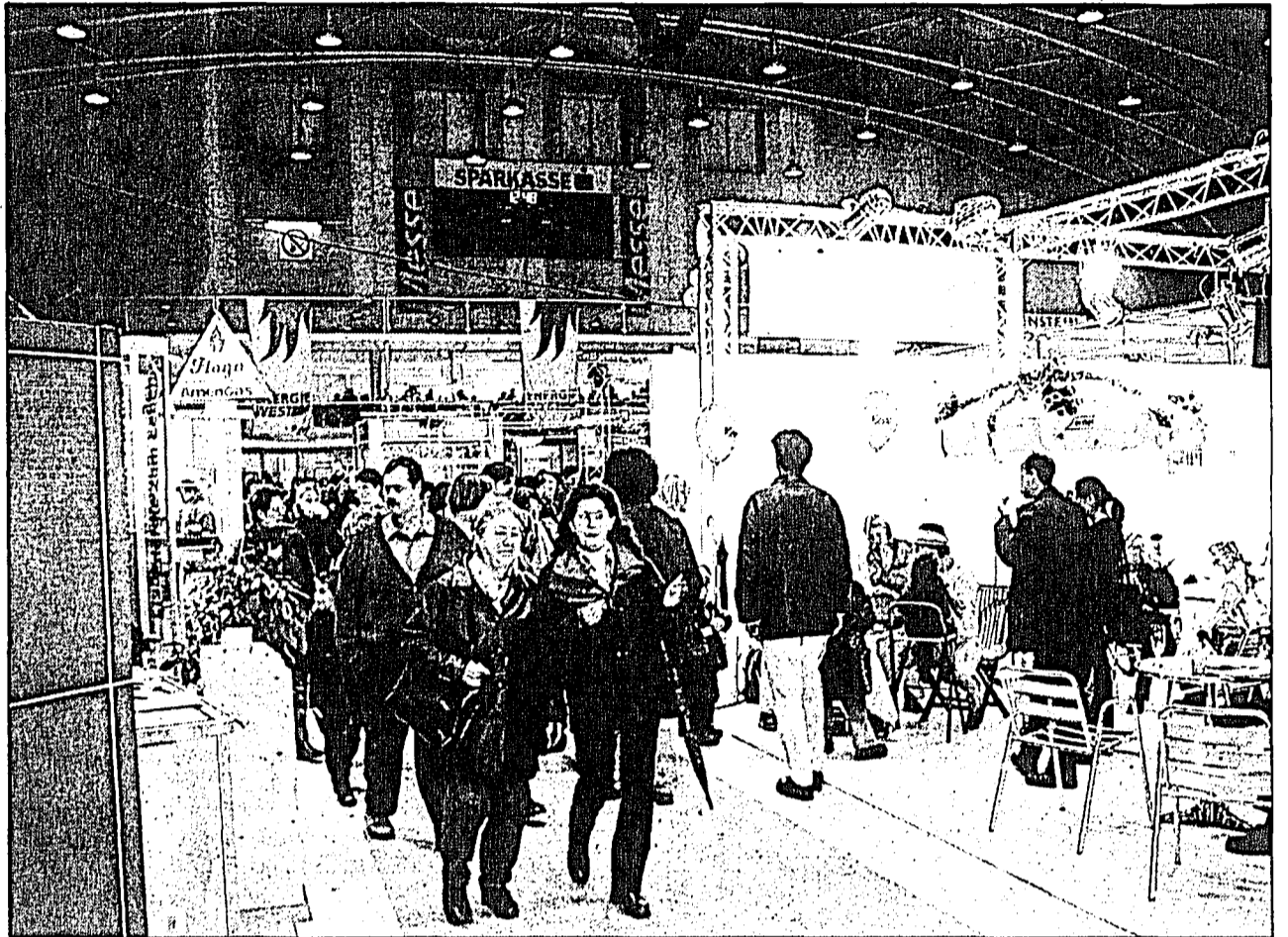
Erstaunlich, dass die Messemacher in Dornbirn ihr Portfolio innerhalb eines Jahres um vier neue Themen erweitern konnten: Kunst, Kirche, Arbeitsschutz und Kinderbetreuung. Heuer findet auch die Technologie-Messe «intertech» in Dornbirn statt.

Österreichweit ist die Dornbirner Messe mit vier neuen Messethemen die innovativste Messegesellschaft. Aber auch international hat sie mit der grössten Kirchen-Fachmesse für Anerkennung gesorgt.

Den Start in das Messejahr macht die 2. Arbeitsschutz-Messe PREVENTA, die mit 150 Ausstellern Arbeitnehmerschutz und Gesundheitsvorsorge zeigt. Als besondere Highlights werden der «SafetyDome» (Demonstration von Arbeitsschutz-Massnahmen) sowie eine Workwear-Show der Queen-Agentur erwartet.

Mit der 27. Frühjahrsmesse wird der Start in die warme Jahreszeit unternommen: Autos, Urlaub, Mode, Energie und Bauen sind die Schwerpunkte der 600 Aussteller. Die Sonderschauen sind heuer den Themen «Schienszenario» sowie «Kuh & Muh» gewidmet. Als Gast wird das Montafon erwartet.

Die Kunst ist vom 26. bis 28. Juli auf Sommerfrische, wenn die «art bodensee» mit fünfzig Galerien in die Messestadt lockt. Als Partner konnten die Spedition «arttrans Schenker» sowie die Stadt Dornbirn gewonnen werden.



Österreichweit ist die Dornbirner Messe mit vier neuen Messethemen die innovativste Messegesellschaft.

Dem Messeherbst machen über 600 Aussteller die Aufwartung, wenn die 54. Herbstmesse am 31. August startet.

Mit den Sonderschauen «Wilder Westen» sowie «Kraft des Wassers» werden 120 000 Besucher aus Vorarlberg

und der Bodensee-Region erwartet. In voller Stärke präsentiert sich die grösste Marktgemeinde Österreichs: Lustenau. Schliesslich wird das Messejahr mit der 3. Kirchen-Fachmesse GLORIA im Oktober sowie der 13. «intertech»

im November abgeschlossen. Diese internationale Technologie-Messe wird neben 450 Ausstellern ein attraktives Rahmenprogramm der Bodensee-IHKs sowie die Preisverleihung des Vorarlberger Innovationspreises bieten.

Genug von systematischer Benachteiligung

Kämpferische Töne des St. Galler Regierungsrats Josef Keller

BAD RAGAZ: Die St. Galler Regierung geht kämpferisch ins neue Jahr. Gemäss Regierungsrat Josef Keller will sie sich im Einklang mit den übrigen Ostschweizer Kantonsregierungen gegen die systematischen Benachteiligungen aus Bern wehren.

«Die Schweiz besteht nicht nur aus dem goldenen Dreieck zwischen Basel, Bern und Zürich», betonte der St. Galler Volkswirtschaftsdirektor am Donnerstag an seiner Neujahrsansprache bei der CVP Bad Ragaz. Neben den Zentren verdienten auch periphere Regionen wie die Ostschweiz Aufmerksamkeit.

Keller kritisierte besonders das Verhalten des Bundesrats beim Standortentscheid des neuen Bundesverwaltungsgerichts und bei den Investitions-

fragen, stellte der Regierungsrat fest. Als eine solche nannte er den öffentlichen Verkehr mit Bahn 2000 und Neat.

Spielregeln geändert

Damit sprach Keller den bundesrätlichen Entscheid an, das Bundesverwaltungsgericht in Freiburg anzusiedeln. Empörend dabei sei die Begründung gewesen, für Freiburg spreche die zentrale Lage. Zuvor sei indes von Dezentralisation gesprochen und St. Gallen «ausdrücklich als möglicher Standort bezeichnet» worden.

Dieses Handlungsmuster, nämlich die Spielregeln während des Spiels zu ändern, sei bezeichnend für den bundesrätlichen Umgang mit der Ostschweiz auch in anderen zentralen

Fragestellungen. Als eine solche nannte er den öffentlichen Verkehr mit Bahn 2000 und Neat.

Nur Brosamen für Ostschweiz

So seien von den bisher für die erste Bahn-2000-Etappe ausgegebenen 5,8 Milliarden Franken nur 81 Millionen in die Ostschweiz geflossen. «Das entspricht sage und schreibe einem Anteil von 1,4 Prozent», kritisierte Keller. In der Ostschweiz leben rund 20 Prozent der Deutschweizer Bevölkerung.

«So darf es nicht weitergehen», konstatierte Keller mit Blick auf die zweite Etappe, die in den nächsten Jahren vor die eidgenössischen Räte kommt. Eine bessere Berücksichtigung bei den Bahninvestitionen sei das vorrangige Anliegen aller Ostschweizer Kantonsregierungen, kündigte er gemeinsame

Anstrengungen an.

Gegen SBB-Abbaupläne

Im Alltagsgeschäft werde sich die St. Galler Regierung den Absichten der SBB widersetzen, die Intercity-Halte am Knotenbahnhof Sargans sukzessive zu streichen. Auch Sargans mit seinem Einzugsgebiet von 120 000 Einwohnern brauche gute Anschlüsse, betonte Keller.

Er sei froh, dass Bundespräsident Kaspar Villiger in seiner Neujahrsansprache Werte wie die Stärkung des inneren Zusammenhalts in der Schweiz, den Respekt vor Minderheiten und die Solidarität angesprochen habe. «Es gibt bundesseitig in naher Zukunft genügend Gelegenheiten, solche Grundsätze in die Tat umzusetzen», so Keller.

Nur gute Vorsätze sind zu wenig...

Alle Siege beginnen im Kopf – auch die über sich selbst

Gesundheit, Stressabbau, Vitalität und Lebensfreude sind Grundbausteine für Erfolg und Lebensqualität. Deshalb kommen sie wohl so häufig in den Zielen und Wünschen für ein neues Jahr vor.

Es dürfte inzwischen kein Geheimnis mehr sein, dass mentale Stärke einen wesentlichen Anteil am Erreichen von beruflichen und privaten Zielen ausmacht. «Aus diesem Grund», so die Leiterin des MentalColleges in Bregenz, Christine Meusburger, «nehmen sich immer mehr Menschen einen Mentaltrainer, mit dem sie dann einige Wochen an der Umsetzung ihrer Wünsche und Ziele arbeiten».

Immerhin sei diese mentale Stärke auch die Basis für jegliche Leistungslust und Lebensqualität. Dass die

erfolgreiche Mentaltrainerin, die in ihrem College Leute aus ganz Europa ausbildet, sehr wohl weiss, wovon sie spricht, wird an bekannten Beispielen aus dem Alltag deutlich: Fehlt nämlich die mentale Stärke – also die Lust, die Motivation und der Energieantrieb –, nützt das beste Sporttrainings-Programm, der ausgewogenste Ernährungsplan und das neueste Raucherentwöhnungs-Buch nichts. Ein Scheitern des guten Vorsatzes ist bereits vorprogrammiert.

Auch Lebensqualität beginnt im Kopf

Die Lust zu leisten, die Freude sich zu bewegen und zu engagieren – beruflich und privat – kann trainiert werden wie ein Muskel. Und genau das gehört zu den Hauptaufgaben des

Mentaltrainers, denn nicht nur Siege und Niederlagen, sondern auch Leistungslust und Lebensqualität finden zuerst einmal im Kopf statt. «Besonders wichtig ist eine gute und fundierte Ausbildung für Mentaltrainer.

Das Grundziel einer solchen Ausbildung besteht darin, dem künftigen Mentaltrainer nicht nur eine Sammlung von unterschiedlichen Techniken an die Hand zu geben, sondern ihm vor allem auch die praktische Umsetzung zu vermitteln, wie beispielsweise das Erstellen von individuellen Coachingkonzepten und zielführenden Trainingsplänen für seine Kunden», stellt Christine Meusburger abschliessend fest.

Nähere Informationen zur Ausbildung für Mentaltrainer gibt's unter www.mentalcollege.com. (Eing.)

St. Galler Open-Air

Das Open-Air St. Gallen lanciert für das Festival vom 28. bis 30. Juni 2002 wieder eine Earlybird-Aktion. Wer eines dieser 3000 Tickets kauft, darf bereits am frühen Freitagmorgen – vor dem grossen Ansturm – aufs Open-Air-Gelände. Earlybird-Tickets garantieren den Open-Air-Besuchern optimale Plätze in der Zeitstadt im Sitterobel. Die Aktion wurde im vergangenen Jahr erstmals durchgeführt und war ein Erfolg, wie die Organisatoren am Freitag mitteilten. Die Earlybird-Tickets können ab dem 11.1. 2002 auf der Internet-Homepage www.openairg.ch gekauft werden. Sie kosten 144 Franken, 15 Franken mehr als die normalen Dreitagespässe. Der reguläre Vorverkauf für das Open-Air St. Gallen läuft seit dem 31. Dezember. Das Konzertprogramm werde im Frühjahr bekannt gegeben.