



Bild: z.V.g

Karl Hermann Mehla und Dietmar Max Burger (rechts) zeigen wie man grundlos und herzlich lachen kann. Das ist nicht nur lustig, sondern auch gesund.

Es darf gelacht werden

Dritter Lachabend in Rotmonten

Wer wieder einmal unbeschwert und grundlos lachen will, darf am Mittwoch den Lachabend in der reformierten Kirche Rotmonten nicht verpassen.

ad- Bereits zum dritten Mal wird der beliebte Lachabend unter der Leitung von Karl Hermann Mehla, reformierter Pfarrer in Rotmonten und Dr. med. Dietmar Max Burger, Arzt und Gesundheit!Clown Massimo, durchgeführt. Am Mittwoch, 24. Oktober, um 19 Uhr im grossen Saal der reformierten Kirche Rotmonten sind alle eingeladen, die einfach wieder mal grundlos lachen wollen. Wer will, darf lustige Gegenstände, Witze oder humorvolle Spiele mitbringen. «Unser Gehirn nimmt jedes Lachen positiv auf und setzt dabei Glückshormone frei»,

erklärt Dr. med. Dietmar Max Burger. «Die humorvollen Spiele und die Lachübungen, welche wir an diesem Abend durchführen, haben also eine ähnliche gesundheitsfördernde Wirkung wie spontanes Lachen.» Lachen, Lächeln und Humor stärken das psychische Wohlbefinden, regen die Atmung an, senken einen erhöhten Blutdruck, stärken das Immunsystem, fördern die Verdauung und reduzieren Angst- und Schmerzempfinden. «Diese positiven Nebenwirkungen sind wissenschaftlich nachgewiesen und seit Jahrtausenden ein Bestandteil der Gesundheitsbehandlung. Bei den Indianern gilt der Clown sogar als Stammesheiliger und vermittelt gute Stimmung», weiss Burger. Dass auch der christliche Glaube Grund zur Freude gibt, wird Pfarrer Karl Hermann Mehla mit geistlichen Impulsen belegen.

Schmunzeln und blinzeln



Gallusplatz sperren? auch Gallus freut's!

Neubau und Umbau

Vier Millionen an die Sanierung des OBV-Blinden-Alters- und Pflegeheims

Das Blinden-Alters- und Pflegeheim des Ostschweizerischen Blindenfürsorgevereins St.Gallen (OBV) soll umgebaut und saniert werden.

we- Das Neu- und Umbauprojekt des OBV sieht primär den Abriss und Neubau des Westflügels (40 Einzelzimmer in heutiger Grösse, neu mit Lavabo, Dusche und WC) und die sanfte Renovation des restlichen Gebäudes (darunter 20 Zimmer im Ostflügel, fast alle nur mit Lavabo/WC) vor. Die Anzahl Plätze bleibt unverändert bei 60. Die gesamten Investitionskosten belaufen sich auf 16,6 Millionen Franken. Die Stadt St.Gallen soll einen Beitrag von vier Millionen Franken leisten, was aus einer Vorlage des Stadtrates ans Stadtparlament hervorgeht. Dazu kommt ein niedrigverzinsliches, rückzahlbares Darlehen in der Höhe von 1,2 Millionen Franken. Ein städtischer Baubeitrag ermöglicht es dem OBV, die Pensionstarife nach der Sanierung auf einem konkurrenzfähigen Niveau zu behalten. Nicht berücksichtigt für die Subvention werden die sanfte Renovation des Ostraktes.

Das breite Angebot des OBV

Der Ostschweizerische Blindenfürsorgeverein (OBV) betreibt an seinem Standort an der Bruggwaldstrasse, im Grenzgebiet der Stadt St.Gallen und der Gemeinde Wittenbach, verschiedene Institutionen und Dienstleistungsangebote zugunsten blinder und sehbehinderter Menschen im Erwerbsalter, aber auch ein Alters- und Pflegeheim mit 60 Plätzen für sehbehinderte und blinde Betagte sowie für



Bild: z.V.g

OBV-Anlage vor der Sanierung. Der Westflügel wird abgerissen und neu erstellt.

betagte Menschen im Allgemeinen. Das heute für diesen Zweck genutzte Gebäude wurde 1929 gebaut. Es wurde 1982 sanft renoviert. Ausser einer Fassadenrenovation wurden seither keine Sanierungsarbeiten mehr vorgenommen. Die Zimmer, zwei Drittel sind ganz ohne sanitäre Anlagen, ein Drittel verfügt über Lavabo und WC, entsprechen den heutigen Anforderungen bei weitem nicht mehr. Mit 14 bis 17 Quadratmetern Fläche sind die meisten Zimmer vergleichsweise klein, was jedoch von der Zielgruppe der Blinden und Sehbehinderten eher begrüsst wird, da es die Orientierung erleichtert. Grosser Erneuerungsbedarf besteht auch bei den zentralen Infrastrukturen wie Küche und Cafeteria sowie bei den Liftanlagen. Ausserdem mangelt es an zweckmässigen Hilfs- und Arbeitsräumen für das Personal. Es bestehen keine gemeinsamen Begegnungs- und Aufenthaltsräume auf den Stationen, die als Treffpunkte für die zentrale Einnahme von Mahlzeiten genutzt werden könnten.

Das Projekt von Bollhalder & Eberle

Der OBV hat das Architekturbüro Bollhalder & Eberle AG mit der Projektierung des Neu- und Umbaus ihres Alters- und Pflegeheims beauftragt. Es umfasst Abriss und Neubau des Westflügels sowie die sanfte Renovation der übrigen Gebäude.

Qualitative Verbesserungen

Qualitative Verbesserungen des bestehenden Angebots an Pflegeplätzen für Betagte sind aus der Sicht des Stadtrates sehr erwünscht. Die spezifische Ausrichtung auf Blinde und Sehbehinderte stellt ein spezialisiertes Angebot dar, dessen Berechtigung innerhalb des gesamten Spektrums von Alters- und Pflegeheimplätzen in der Vergangenheit immer wieder unter Beweis gestellt wird. Die Abklärungen der Trägerschaft haben ergeben, dass eine reine Renovation unter Bewahrung der betriebswirtschaftlich notwendigen Grösse nicht möglich ist. Die jetzt gewählte Lösung stellt eine nachhaltige Verbesserung dar.

Leuchtende Farben

Melanie Donati-Ott stellt aus

Bunt und lebendig sind sie, die Bilder von Melanie Donati-Ott. Ab dem 26. Oktober sind sie für ein halbes Jahr im Orangen Haus in Gossau zu sehen.

pd/ad- «Ich brauche viel Platz zum Malen» strahlt die Künstlerin, «denn ich male gerne mit viel Schwung auf grosse Leinwände.» Sie hat darum ein eigenes Atelier in Speicher, wo sie zum ersten Mal genug Platz für die Lust am Gestalten hat. «Eigentlich habe ich schon immer in irgendeiner Form gemalt und gestaltet. Allerdings habe ich mir nie wirklich genug Zeit dafür genommen. Es ist für mich eine grosse Freude, dass sich das nun geändert hat und meine Arbeiten und Angebote auf so grosses Interesse stossen.» Kaum war nämlich das neue Atelier eingerichtet kamen auch schon die ersten Anfragen für Kurse und begleitetes Malen. «Es bereitet mir Freude, mein Wissen weiterzugeben. Unterdessen biete ich auch Malevents für



Bild: ad

Melanie Donati-Ott.

Vereine und Unternehmen an. Diese zu begleiten ist eine spannende Herausforderung.» Erfahrung in der Begleitung von Menschen hat Melanie Donati-Ott als Kinesiologin seit vielen Jahren. Die Vermittlung von Wissen ist ihr aus der Zeit als Lehrerin bestens vertraut. «Das passt doch alles wunderbar zusammen» findet sie. Ihre Vielseitigkeit zeigt sich auch in ihren Bildern.

Sie bestehen in der Regel nicht nur aus Farbe. Da will die Künstlerin sich nicht festlegen lassen. Gerne nimmt sie deswegen auch Sand, Papier, Metall oder Stoff mit hinein. Oft wirken die Bilder daher plastisch.

Ausstellung in Gossau

Nach zahlreichen Ausstellungen in Spitälern, Kurhäusern und Restaurants sind die leuchtenden Acrylbilder nun für ein halbes Jahr im Orangen Haus, Hirschenstrasse 43 in Gossau zu sehen. Über die Ausstellung in Gossau freut sich Melanie Donati-Ott sehr. «Mit Gossau habe ich eine besondere Verbindung. Ich war dort viele Jahre als Lehrerin und Therapeutin tätig, so dass ich mich heute noch mit Gossau verbunden fühle und den Kontakt zu den Gossauern pflege.» Die Vernissage der Ausstellung ist am Freitag, 26. Oktober um 19 Uhr. Die Künstlerin wird dann anwesend sein und über ihre Arbeit und ihre Bilder erzählen und Fragen beantworten. Weitere Infos: www.donati-art.ch.