

## Spezialisten informieren über Herzkrankheiten

Morgen Dienstag, 20.15 Uhr, findet im Kantonsspital St. Gallen ein Informationsabend über Herzbeschwerden statt. Im Zentralen Hörsaal im Haus 21 sprechen Peter Ammann, Leitender Arzt Kardiologie in St. Gallen, sowie Wolfram Koch, Leitender Arzt Innere Medizin in Flawil, über mögliche Symptome, Abklärungen und Behandlungen bei Herzproblemen.

Die ersten Anzeichen könnten Schwindel oder Bewusstlosigkeit sein, heisst es in einer Medienmitteilung. Wer diese Symptome aufweise, werde vom Hausarzt zum Herzspezialisten überwiesen. Die genauen Auskünfte des Patienten könnten oft teure Untersuchungen ersparen. (pd)

## Vortrag über Migration

Morgen Dienstag, 20 Uhr, hält Balthasar Glättli von der migrationspolitischen Organisation «Solidarité sans frontières» im Palace einen Vortrag mit dem Titel «Debatte Migration». Glättli gehört gemäss einer Mitteilung «zu den besten Kennern der Schweizer Asyl- und Ausländerpolitik». Er spricht über die Mythen der Migration. Die positiven, wie etwa, dass Migration mehr Freiheit bedeutet. Und über die negativen, zum Beispiel, dass Migration den Schweizer Wohlstand zerstört. Das Referat soll zeigen, dass schweizerische Debatten zur Migration immer auch Debatten über die Schweiz sind. (pd)

## Diskussion über GSoA-Initiative

Heute Montag, 20 Uhr, findet im Restaurant Dufour an der Bahnhofstrasse 19 eine Podiumsdiskussion zur Initiative für ein Verbot von Kriegsmaterial-Exporten statt. Befürworter und Gegner der Initiative werden gemäss Mitteilung ihre Argumente vorbringen. Es diskutieren Theophil Pfister (SVP-Nationalrat), Jakob Büchler (CVP-Nationalrat), Yvonne Gilli (Nationalrätin Grüne) sowie Felix Birchler (GSoA, Mitglied des Initiativkomitees). Die Leitung der Diskussion übernimmt Tagblatt-Redaktor Andri Rostetter. Über die Initiative wird am 29. November abgestimmt. (pd)

## Bekleidung für Leistungssportler

Im Rahmen der Ausstellung «sicherer – schöner – schneller» findet morgen Dienstag, 18.30 bis 19.30 Uhr, im Textilmuseum ein Vortrag über die optimale Kleidung im Leistungssport statt. Markus Weder spricht darüber, wie die Kleidung die Thermophysiologie unterstützt und fokussiert dabei auf geschlechterspezifische Unterschiede. Weder betreut den Fachbereich Bekleidungsphysiologie an der Empa. (pd)

# Durch Bauen Energie sparen

Die Baukaderschule hat am Wochenende in den Räumen der GBS St. Gallen zum ersten Mal ein Bausymposium durchgeführt. Die Fachvorträge und eine Ausstellung waren den Themen Bau, Energie und Umwelt gewidmet.

CLAUDIA SCHMID

Seinen Auftakt nahm das 1. St. Galler Bausymposium am Freitag. Lukas Reichle, Rektor des Gewerblichen Berufs- und Weiterbildungszentrums (GBS) begrüsst rund 100 Interessierte zu Fachvorträgen und einer Ausstellung über Bauplanung und Baufinanzierung. Gehe es um das Klima und die Umwelt, sei die ganze Welt gefordert, erklärte er. Themen wie Energieeffizienz und Nachhaltigkeit seien von ausserordentlicher Wichtigkeit. «In den Lehrgängen der Baukaderschule sind sie als fester Bestandteil der Ausbildung verankert.»

### Neue Energiequellen nutzen

Regierungsrat Willi Haag stellte das kantonale Energiekonzept vor. Im Gebäudebereich gebe es zwei grosse Herausforderungen. Zum einen wolle man eine markant höhere Energieeffizienz in den Bauten erreichen, zum anderen die erneuerbaren Energiequellen besser nutzen.

Am Samstag eröffnete Stadtbaumeister Erol Doguoglu den zweiten Symposiumstag. In jüngster Vergangenheit seien viele Produkte entwickelt worden, die ein energieeffizientes Bauen ermöglichen, betonte er. Energieeffizienz sei aber nicht nur bei Neubauten, sondern auch bei Gebäudesanierungen gefragt. Bei der Renovation historischer Häuser komme es manchmal zu einem Interessenkonflikt zwischen dem Schutz der Baute und dem Einbau energiesparender Elemente. In diesen Fällen sei jeweils eine sorgfältige Abwägung vonnöten.

Auf die einführenden Worte des Stadtbaumeisters folgten Referate zu Themen wie Erdwärme, Solarenergie, Minergie, Baustoffe zur Wärmedämmung, Versiche-



Bild: Michel Canonica

Alles rund ums Bauen: Am ersten Bausymposium war auch eine Ausstellung zu sehen.

rungen für Baurisiken und Finanzierungsgrundlagen.

### Zweite Auflage geplant

Bruno Mitterer, Leiter der Baukaderschule, zeigte sich am Ende des Bausymposiums zufrieden mit dem Publikumsaufmarsch. Am Samstag hätten sich zwischen 200 und 250 Personen informiert. Er sei guten Mutes, dass in einem Jahr eine zweite Auflage des St. Galler Bausymposiums in den Räumen der GBS St. Gallen über die Bühne gehen werde.

Mit der Veranstaltung wolle man die Baukaderschule bekannter machen, ihre Position als höhere Fachschule für Technik stärken und das Image der Bauberufe fördern. Die Themen Energieeffizienz und Umweltschutz hätten in den letzten Jahren einen hohen Stellenwert in der Aus- und Weiterbildung erhalten. Die Baukaderschule, die eine Abteilung des Gewerblichen Berufs- und Weiterbildungszentrums St. Gallen ist, hat laut Bruno Mitterer bei der Organisation des Bausymposiums auf tatkräftige Unterstützung zählen können. So hätten beispielsweise der Baukaderverband oder die St. Galler Stadtwerke sofort ihr Interesse bekundet.

Im Zentrum der Veranstaltung stehe der Austausch von Fachkompetenz und Know-how der Sparten Bauplanung und Bauproduktion. Sie spreche aber ganz allgemein Menschen an, die am Bauen interessiert seien; so zum Beispiel Bauherren und Hauseigentümer. Ein weiterer thematischer Schwerpunkt am 1. St. Galler Bausymposium war die Geothermie. Über ein entsprechendes Projekt, das in der Stadt St. Gallen geplant ist, werden die Stimmbürgerinnen und Stimmbürger im kommenden Jahr abstimmen.

## Humor-Tankstelle im «Hörnli»

Kein Lachen auf Knopfdruck, sondern «inneres Schmunzeln»: Das versprechen die Initianten des ersten Humorcafés. Es soll Treffpunkt, Vernetzung und Unterhaltungsabend sein.

Heute abend wird's im Restaurant Hörnli offiziell lustig. Zum ersten Mal findet dort ein Humorcafé statt. Wer aber eine Stammtischrunde erwartet, die Schenkelklopfwitze erzählt, wird enttäuscht sein. Es gehe «nicht primär ums Lachen», sagt Dietmar Max Burger, einer der drei Initianten. Vielmehr soll der Abend «eine Tankstelle sein, um die Humorbatterien aufzuladen».

Das Humorcafé will Treffpunkt, Vernetzung und Unterhaltungsabend in einem sein. «Es gibt einige lustige Einlagen und Überraschungen», verspricht Heidi Steiner. Alle, die teilnehmen, können den Anlass mitgestalten. «Sie dürfen Gegenstände, Bilder oder Zitate mitbringen.» Auch kleinere Clown-Aufführungen oder Darbietungen seien willkommen.

### Ernsthafter Humor

Die Initianten arbeiten alle in irgendeiner Form als Clowns. Dietmar Max Burger ist Arzt und als Gesundheitsclown Massimo in Alters- und Pflegeheimen unterwegs. Die Sportlehrerin Heidi Steiner besucht als «Huußglon» Menschen mit Behinderungen und die Logopädin Silvia Schwanke tritt an speziellen Anlässen für Kinder und Erwachsene als Clown auf.

Das Organisationstrio nimmt Humor ernst: Das Humorcafé dient auch als Vernetzung. Hier

können Interessierte einiges über Weiterbildungen erfahren oder sich über Bücher oder Filme zum Thema Humor austauschen. «Wir wollen aber nicht einen Club für Insider gründen», betont Burger. Alle seien im Humorcafé eingeladen.

### Platz für Spontaneität

Aber braucht es einen organisierten Abend, um lustig zu sein? Auf Knopfdruck zu lachen, sei nicht das Ziel, sind sich die Orga-

nisatoren einig. «Humor ist etwas, das unerwartet passiert und das sich nicht an feste Regeln hält.» Das Humorcafé könne aber ein Rahmen sein für «heitere Stunden» und Platz für Spontaneität bieten, sagt Heidi Steiner. Sie ist davon überzeugt, dass es ein solches Café braucht. «Unsere Gesellschaft ist nicht besonders lustig und fröhlich.» Ein Blick in Gesichtern im Zug oder im Bus genüge, um festzustellen, dass Humor oft verloren gehe. Für Diet-

mar Max Burger ist Humor eine Lebenshaltung. «Ich versuche, den Dingen mit einem inneren Lächeln zu begegnen.» Das schaffe Distanz und den Freiraum, um nach kreativen Lösungen zu suchen. Viele Menschen hätten wenig zu lachen oder seien einsam. Sie könnten im Humorcafé ihr «inneres Schmunzeln» wiederentdecken. «Humor ist eine wichtige Ressource und kann daher sehr heilsam sein.»

### Café in anderen Städten

Das Humorcafé ist keine St. Galler Erfindung. In Basel, Zürich und Bern gibt es bereits solche Treffpunkte. Die ursprünglichen Initianten stammen aus den Reihen von «Humorcare», einer Gesellschaft zur Förderung von Humor in Therapie, Pflege und Beratung.

Der Verein unterstützt in erster Linie die Anwendung von Humor in verschiedenen pflegerischen, psychosozialen und pädagogischen Berufen. Der Präsident von «Humorcare Schweiz», Beat Häni, wird heute beim ersten Treffen des St. Galler Cafés dabei sein. Ziel der Initianten ist, das Humorcafé alle zwei Monate, jeden zweiten Montag im Monat durchzuführen. (km)



Bild: Ralph Ribi

Nehmen Humor ernst: Dietmar Max Burger und Heidi Steiner.

## Vortrag über Lateinwörterbuch

Morgen Dienstag, 19.30 Uhr, hält der Philologe Hugo Beikircher im Mehrzwecksaal der Klosterschule, einen Vortrag über das lateinische Wörterbuch «Thesaurus linguae Latinae». Es wurde 1893 begonnen und ist nun beim Buchstaben «p» angelangt. 31 Akademien und Gesellschaften arbeiten heute daran. Beikircher hat während 41 Jahren auch daran gearbeitet. (pd)

## Theorie und Praxis des Krafttrainings

Morgen Dienstag, 18.15 bis 19.45 Uhr, hält Andrej Ammann im Vortragsraum des Athletik Zentrums einen Vortrag über die neusten Methoden im Krafttraining. Ammann ist Fitnessbetreiber und ehemaliger Fünfkampfnationaltrainer. Nach dem Vortrag treffen sich die Zuhörer im Athletik Zentrum, wo das Gehörte praktisch angewendet wird. (pd)

## Ausgewogene Ernährung

Morgen Dienstag, 19.30 Uhr, erläutern die Ernährungsberaterinnen Christina Alder und Sandra Tibisch, wie man dank guter Ernährung gestärkt in die kalte Jahreszeit gehen kann. Der Vortrag findet im Swica-Gesundheitszentrum an der Vadianstrasse 26 statt. Der Eintritt ist gratis. (pd)

### TAGBLATT

Ausgabe für die Stadt St. Gallen, Gossau und Umgebung

Redaktion St. Gallen-Gossau  
Verantwortlich:  
Andreas Nagel (an)  
Reto Voneschen (vre, Stv. St. Gallen)  
Marianne Bargagna (mb, Stv. Region)  
Oberer Graben 8, 9001 St. Gallen  
Telefon 071 227 69 00  
E-Mail: stadttredaktion@tagblatt.ch  
redaktiongo@tagblatt.ch

Inserate  
Publicitas AG  
Vadianstrasse 45, 9001 St. Gallen  
Telefon 071 221 00 21  
E-Mail: tagblatt@publicitas.ch