

DIE OSTSCHWEIZ

Nº01/23

Von Appenzell bis ans Ende der Welt

Über Lust und Genuss, die schönen Seiten
des Lebens und Grenzerfahrungen.

CHF 12.-
EUR 12.-

Teilauszug dieser Printausgabe

Das komplette Magazin kann via
abo@dieostschweiz.ch bestellt werden.

Ausserdem:

Ein Leben für die Kunst und die Küche: Wiesy Imhof.
Jeanine Ammann. Was ekelt eine Ekelforscherin an?
Auf ein Glas mit Kajo Bischof von Vogelsanger Weine.
Ronja. Aus dem Alltag einer Domina.

Und:

ASTAG-Präsident René Steiner über
die aktuellen Herausforderungen der Transportbranche.

E

EINSTEIN

ST. GALLEN

Platz für bis zu
330 Personen



Erfolgreich tagen.
Ausgelassen feiern.
Individuell erleben.

Einstein St.Gallen

Berneggstrasse 2 | 9000 St.Gallen, Schweiz

+41 71 227 55 55 | info@einstein.ch | einstein.ch



Liebe Leserin, lieber Leser

Was man mit Genuss verbindet, ist sehr individuell. Für den einen bedeutet Genuss, den Klängen von Johann Sebastian Bach zu lauschen und dabei ein Glas Wein zu trinken. Für andere ist ein solcher Moment gekoppelt mit einem Spaziergang in der Natur oder einem Sonnenuntergang am Meer.

Wir haben uns in dieser Ausgabe den Themen «Lust» und «Genuss» angenommen und beleuchten sie aus ganz unterschiedlichen Perspektiven.

Unter anderem haben wir hierfür mit unserem regelmässigen Kolumnisten Hansjörg Hinrichs gesprochen, der Reisen zu den schönsten Orten auf der ganzen Welt anbietet – hierbei aber ganz bestimmte Faktoren in den Mittelpunkt stellt, die bei einem «normalen» Strandurlaub wohl kaum abgedeckt werden. Er zeichnet sich denn auch verantwortlich für das Cover dieses Magazins, das die Sehnsucht nach der Ferne mit der Heimat verbindet.

Wer über Lust spricht (oder schreibt), kommt an der Sexualität kaum vorbei. Wir behandeln diesen Bereich unter anderem mit einer Sexualtherapeutin aber auch mit einer jungen Frau, die entsprechende Dienste für Geld anbietet. Hier zeigt sich, welche enorme Spannweite sich hier auftut.

Es freut uns natürlich, wenn wir mit der breiten Themenpalette für einige genussvolle Lesemomente sorgen. Das Ganze führen wir übrigens in den nächsten Wochen auf dieostschweiz.ch noch weiter.

Zum Schluss noch etwas in eigener Sache: Im April können wir bereits auf fünf Jahre «Die Ostschweiz» zurückblicken. Diesem kleinen Meilenstein widmen wir uns in der nächsten Printausgabe. Umrahmen werden wir es mit Geschichten über Personen, die uns ebenfalls von einem wichtigen Eckpfeiler ihres Lebens berichten. Falls auch Sie über eine entscheidende Situation in Ihrem Leben berichten möchten, so freuen wir uns über Ihre Kontaktaufnahme auf redaktion@dieostschweiz.ch.

Herzlich
Marcel Baumgartner

Wenn Sie neu auf uns gestossen sind und keine Ausgabe verpassen wollen, dann abonnieren Sie unser Magazin unter abo@dieostschweiz.ch oder per Telefon unter 071 221 20 90.

*Am schnellsten geht es online:
www.ostschweizermedien.ch/angebote*



Herausgeber, Redaktion und Verlag:

«Die Ostschweiz»
Ostschweizer Medien AG
Marktgasse 14
9000 St. Gallen

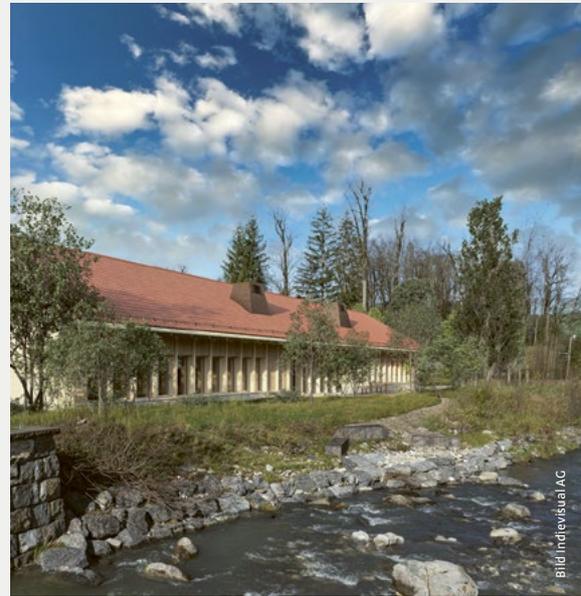
T. +41 71 221 20 90
info@dieostschweiz.ch
www.dieostschweiz.ch

Verlags- und Redaktionsleitung: Marcel Baumgartner, baumgartner@dieostschweiz.ch
Anzeigenleitung: Martin Schwizer, schwizer@dieostschweiz.ch | **Marketingservice:** Katja Zambelli, zambelli@dieostschweiz.ch | **Redaktion:** Michel Bossart, Manuela Bruhin, Denise Bächler | **Autoren:** Hansjörg Hinrichs, Konrad Hummler, Lea Müller, Stefan Müller, Michael Steiner, Andy Givel, Jennifer Rissi, Roman Schmid | **Fotografie:** Bodo Rüedi | **Korrektorat:** Galledia Print AG | **Aboverwaltung:** KünzlerBachmann Verlag AG, abo@dieostschweiz.ch, Abopreis: CHF 69.– für 6 Ausgaben | **Erscheinung:** «Die Ostschweiz» erscheint 6 Mal jährlich mit Ausgaben März, Mai, Juli, August, Oktober, Dezember | **Gestaltung/Satz:** Ammark AG, St. Gallen | **Produktion:** Galledia Print AG, Flawil



Ein Ort im Grünen

Im Appenzellerland gibt es Orte, die erfüllt sind von anregender Ruhe. Ideal, um Gedanken zu sammeln, neue Perspektiven auszuloten und Lösungen zu diskutieren. Ein solcher Ort ist das Resort Hof Weissbad. Mit dem Seminarpark wird ab Juni 2023 das Angebot erweitert.



Die Architekten Kay Kröger und Thomas Lehmann von K&L Architekten in St. Gallen haben es optimal verstanden, den Holzbau in die Umgebung einzubetten – direkt am Bach und mitten im Grünen.



Der neue Seminarpark mit den zwei Seminarräumen, zwei Gruppenräumen und das grosszügige Foyer mit Satellitenküche sowie der grosse Park direkt am Wasser laden zum kreativen Denken ein.

Seminare im Park

Im Resort Hof Weissbad entsteht ein neuer Seminarpark. Ein idealer Ort für Seminare, Workshops oder Referate, der keine Wünsche offenlässt. Das neue Seminargebäude liegt, dem Hotel Hof Weissbad vorgelagert, auf der Landzunge zwischen Weissbad und Schwendebach am Anfang des Parks. In der Natur gelegen und doch mit dem öffentlichen Verkehr erreichbar. Für Anlässe stehen ab dem Frühsommer 2023 neu sieben unterschiedliche Seminar- und Gruppenräume zur Verfügung.

Tagen mitten im Grünen

Das neue Seminargebäude bietet im Foyer eine Nutzfläche von 80 m² für eine einfache Verpflegung oder einen stilvollen Aperitif. Die grosse Fensterfront Richtung Schwendebach und die Panoramaaussicht auf den Hohen Kasten und den Alpstein sind einzigartig.

Perfekt umsorgt

Die mit 16-Gault-Millau-Punkten ausgezeichnete Küche von Käthi Fässler bietet den Seminarteilnehmenden eine exquisite, leichte und gesunde Küche an. Abwechslungsreiche Aktivitäten und ein vielfältiges Spa-Angebot stehen für Entspannungsbedürftige zur Verfügung.

hofweissbad

— APPENZELL UND GESUNDHEIT —

Inhalt

01/23

Die Ostschweiz

- 9 Einige Highlights aus dem Online-Bereich
- 9 Wir laden zur «Ostnight» am 5. Mai

Lust, Genuss & Luxus

- 10 Künstler in der Küche: Wiesy Imhof
- 14 Gold in Krisenzeiten
- 16 **Von Appenzell bis ans Ende der Welt**

- 20 Prisca Walliser hilft, wenn man keine Lust hat
- 24 Wieso eine Studentin Sexvideos verkauft
- 26 Konrad Hummler über Bachs Musik
- 27 Kein 08/15 in der Magnum Wine Bar
- 28 **Was macht eine Ekelforscherin?**



Mehr Infos via QR-Code

Sie finden in diesem Magazin bei mehreren Artikeln QR-Codes, die Sie zu weiteren Infos führen. Hinweis: Bei neueren Handys einfach Kamera aktivieren und auf dem QR-Code platzieren. Die meisten Zusatzinfos finden Sie zudem auf www.diestschweiz.ch unter dem Menüpunkt «Magazin».



- 31 Dem Chefkoch über die Schultern blicken



33 **Liebesbrief von einem Roboter**

- 34 Kampf gegen Süchte: Hypnotiseur Martin Ochsner
- 38 Auf ein Glas mit Kajo Bischof
- 43 «Domina ist ein schöner Job»

Wirtschaft & Mobilität

- 40 Partnerwechsel bei der inspecta
- 42 Seminare im Herzen von St. Gallen
- 45 Süsses Business: Vittoria Kreis
- 26 Automobilbranche unter Druck? Ein Blick auf die SternGarage
- 48 **ASTAG-Präsident Steiner über den Fachkräftemangel**
- 50 Thomann: Moderne Arbeitswelt

- 52 Im Gespräch mit Kurt Steiner von der Hasler Transport

53 **Neue Olma-Halle: Aushängeschild mit Anziehungskraft**



- 55 Der Mensch im Mittelpunkt: Honegger AG

Meinungen/Kolumnen

- 6 Hansjörg Hinrichs und der Milliardenschatz
- 36 **Lea Müller über andere Möglichkeiten**
- 44 Stefan Müller erklärt die Erbrechtsrevision
- 44 Michael Steiner blickt auf steigende Zinsen
- 61 Andy Givel: «Ich habe keine Lust»
- 65 In die Ferne mit Jennifer Rissi



66 **Berührende Momente mit Roman Schmid**





Der Milliarden- schatz

Im Tiefflug über den Uluru-Kata-Tjuta-Nationalpark in Zentralaustralien. Vor uns die Hügel der Kata-Tjuta-Gruppe, im Hintergrund die Touristenattraktion Uluru, bekannt als Ayers Rock. Zu beiden Erhebungen ist der touristische Zugang beschränkt. Sie gelten seit über 60 000 Jahren als heilige Stätten der Ureinwohner, der Aborigines. Der Uluru darf seit Jahren nicht mehr bestiegen werden. Die Einheimischen empfanden es als Respektlosigkeit, fühlten sich in ihrer Spiritualität verletzt. 7,7 Millionen Quadratkilometer heilige Erde: Das ist Australien,

das Land der Aborigines. Unzählige spirituelle Orte, Begräbnisstätten, Felszeichnungen und Gravuren, verstreut in roten Weiten, zeugen von tiefster Verbundenheit mit ihrem Universum voller Kraft und göttlicher Weisheit. Sie fühlen sich seit Urzeiten geborgen in ihrer Traumzeitkultur, eine der ältesten Religionen überhaupt. Ihre achtsame Beziehung zur Erde findet Ausdruck in eigenständiger Kunst, in Festen, berührenden Zeremonien und geheimnisvollen Ritualen. Australien gehört weltweit zu den Top Five der Rohstoffgiganten: Bauxit, Zink, Gold,

Silber, Diamanten, Uran, Eisenerze, Opal, Erdgas, Erdöl und Kohle nähren Plündergelenkte des weissen Mannes. Die französische AREVA-Gruppe, der weltgrösste Konzern für Nukleartechnik, setzte im Jahr 2007 Jeffery Lee, letzter Überlebender des Djok-Clans im Kakadu-Nationalpark, mit einem Übernahmever such jahrzehntelang unter massiven Druck. Der Deal: Rund 3,5 Milliarden Euro in Cash für rund 14 000 Tonnen Uran, geortet unter 12,5 Quadratkilometern seines Landes. Mit seiner Unterschrift hätte Jeffrey Lee schlagartig zu den reichsten



Männern Australiens gehört. Er liess sich nicht beugen: « ... Geld bedeutet mir nichts. Es kommt und geht. Land bleibt, es ist mein Leben. Ich besitze es nicht – es besitzt mich. Dafür trage ich Verantwortung... » Durch Jefferys Entscheid wurde – nach langen Verhandlungen – sein Stammesgebiet zum UNESCO-Weltkulturerbe erklärt. Es ist geschützt, bleibt unverkäuflich.

Hansjörg Hinrichs, Fotojournalist und Expeditionsleiter, bereist von seinem Wohnort Appenzell aus den Südpazifik und dessen Randgebiete seit über 30 Jahren. Als Impulsreferent zeigt er auf, was nicht nur Manager von Urvölkern lernen können.

Sein Unternehmen PACIFIC SOCIETY bietet exklusive Erlebnisprojekte in der Südsee an.

www.pacificsociety.ch



Sämtliche Kolumnen von Hansjörg Hinrichs finden Sie hier:





Wiesy Imhof.
Was verdirbt ihm
den Genuss?



«Der Kühlschrank ersetzt mir den Fernseher»

Wiesy Imhof (*1969) hat zahlreiche Leidenschaften, denen er nachgeht. Er bietet unter anderem Coachings, Therapien und Ernährungsberatungen an. Zudem wirkt er als Künstler und betreibt in Kirchberg die «Genusswerkstatt». Tatsächlich zieht sich bei ihm der Genuss durch zahlreiche Lebensbereiche. Das Ganze habe stark mit Wertschätzung zu tun.

Interview: Marcel Baumgartner, Bilder: zVg.

Wiesy Imhof, was ist für Sie der absolut grösste Genuss?

Der absolut grösste Genuss bedeutet für mich, wenn alle Sinne gleichzeitig angesprochen werden. Grundvoraussetzung dafür ist, dass man sich von allem befreit, was einen am

«Daran feile ich so lange,
bis es für mich stimmt.»

Geniessen hindert und dass man dem Genuss seine vollste Aufmerksamkeit schenkt. Geniessen ist ein ausschliesslich sinnliches Erlebnis.

Der Kopf hilft mir vielleicht dabei, das Erlebte zu analysieren, aber Genuss ist eine Herzensangelegenheit. Ohne Wenn und Aber.

Was kann Ihnen den Genuss so richtig vermiesen?

Zum Beispiel Reizüberflutung kann den Genuss schnell einmal ins Gegenteil kehren. Das richtige Mass zu halten, ist eine wesentliche Komponente beim Geniessen. Das ist nicht immer ganz so einfach, wenn einem etwas besonders Freude bereitet. Überdies kann einem die falsche Gesellschaft das Genusserlebnis verderben. Dann wird aus Genuss schnell einmal Verdross. Im Umkehrschluss verdoppelt sich die Genussfreude, wenn man gemeinsam geniessen und sich darüber austauschen kann.

Nun sind Sie kein gelernter Koch. Sie haben eine ganz andere Laufbahn hinter sich. Wie kam es dazu, eine «Genusswerkstatt» zu lancieren?

Das Bedürfnis, Genuss intensiv zu erleben, begleitet mich eigentlich schon seit meiner frühesten Kindheit. Ich kann mich noch heute exakt an bestimmte sinnliche Erlebnisse erinnern, die sehr weit zurückliegen. Mit der Genusswerkstatt verbinde ich den Wunsch, Menschen das bewusste Geniessen näherzubringen und Genuss intensiv erlebbar zu machen. Kulinarik ist dafür ein wunderbares Medium und macht es mir möglich, ein ganzheitliches Genusserlebnis zu vermitteln. Gemeinsam in einer gemütlichen Stube am Tisch zu sitzen und zusammen ein feines Essen zu geniessen, das bereitet einfach unglaublich viel Freude.

Umschreiben Sie Ihr Angebot: Was umfasst es und an wen richtet es sich?

Geniessen ist ein weites Feld und hat viel mit Wertschätzung zu tun. Dementsprechend finden Menschen in die Genusswerkstatt, die dem Genuss grundsätzlich einen hohen Stellenwert beimessen. Mein Angebot umfasst offene Tischrunden, Event- und Erlebnisgastronomie, Kochkurse und Catering. Das Angebot beschränkt sich aber nicht allein auf die kulinarische Komponente. «Befreit geniessen mit allen Sinnen», das ist mein Leitspruch. Getreu diesem Motto biete ich unter anderem auch Coachings an, welche Menschen von allem befreien sollen, was sie am Geniessen hindert. Die Genusswerkstatt ist ein Ort, an dem man sich rundum wohlfühlen soll. Da gehört überdies auch ein gewisser künstlerischer Aspekt dazu.

Würden Sie sich als vielfältigen Künstler bezeichnen?

Unbedingt. Über viele Jahre habe ich meinen Lebensunterhalt als freischaffender Künstler

Von Appenzell bis ans Ende der Welt

Seit über 40 Jahren erkundet Expeditionsleiter, Fotojournalist und Buchautor Hansjörg Hinrichs aus Appenzell unsere Welt fernab bekannter Touristenregionen. Unterwegs zu Fuss, per Kanu, Buschflugzeug, Helikopter und auch Ballon hat er weit abseits westlicher Zivilisationen unzählige Reisetage inmitten atemberaubender Urlandschaften und im Kreise von Urvölkern verbracht. In unserer Kolumne «Unterwegs» berichtet er regelmässig von seinen Erfahrungen und Begegnungen.



Interview: Marcel Baumgartner, Bilder: Hansjörg Hinrichs

Hansjörg Hinrichs, wo liegt das Ende der Welt?

Nirgendwo und überall, letztlich jedoch in uns.

Wie meinen Sie das?

Der Begriff «Ende der Welt» ist für mich eine Art Synonym. Er steht für Abgeschlossenheit, Entrücktheit und Distanz zu allem. Und das finden wir letztlich nur in uns. Ort und die Umgebung können Rahmen und Hilfe zur Distanzfindung sein. Wir aber sind immer mit unserem ganzen Wesen Mittelpunkt. Wo immer wir sind. Sei es nun im Chollöchli im Alpstein oder auf der Südseeinsel Bora Bora. Wir können uns nicht davon reisen.

Was zieht Sie in weite Ferne?

Neugier, Entdeckerlust und die Magie des Unbekannten. Reisen heisst für mich, die Bewegungen des Lebens mit allen Sinnen zu erfahren. Ganz im Sinne des Zitates von Jean Paul: «Reisen ist Leben – Leben ist Reisen.»

Erlebnisse, Erfahrungen, die unvergesslich bleiben?

Die Schönheit völlig abgelegener Naturwelten, ihre Kraft und Ruhe faszinieren mich seit eh und je. Sei es nun im Outback Australiens, in den Eiswelten Patagoniens oder auf den wilden Marquesas-Inseln in Französisch-Polynesien. Unter die Haut gehen Begegnungen mit Menschen und

ihr Lebensverständnis. Wie beispielsweise mit Jeffry Lee. Seine Geschichte ist Thema meiner Kolumne «Unterwegs» in diesem Heft.

Sie lassen auch andere an Ihrer Leidenschaft teilhaben.

Unsere Reiseboutique PACIFIC SOCIETY offeriert hochwertige, sanfte Reiseerlebnisse für weltoffene Individualisten. Jede unserer Reisen versteht sich als einmaliges Projekt, ist von A bis Z massgeschneidert. Wir reisen im kleinen Kreise und geniessen die Wonnen des erfüllenden Reisens.

«Unsere Reisen verändern Ihr Leben» lautet der Claim von PACIFIC SOCIETY. Das tönt ambitioniert.

Unsere Reiseprojekte sind Erlebnisbiotope. Sie gehen unter die Haut, berühren, bewegen. Bereichernd wirken sie in jedem Fall. Das zeigt sich auch in den Rückmeldungen unserer Gäste. Über 80% reisen mehrmals mit uns, viele bleiben uns treu – seit über 30 Jahren.

Ihr nächstes Projekt?

Mitte August 2023 starten wir zu einer exklusiven Flugsafari in Australien. Unsere Reise beginnt dort, wo andere aufhören. Handy und Internet werden nur noch bedingt verfügbar sein. Ein sanftes, gepflegtes Reiseabenteuer. Ein Genuss für alle Sinne. Wir vergeben die letzten zwei Plätze.



Keine Lust auf Lust

Auch wenn das Thema Sex omnipräsent erscheint – nach wie vor reden viele nicht gern darüber. Genau solche Gespräche sind das tägliche Brot von Prisca Walliser aus Gais im Appenzellerland. Die ausgebildete Sexualtherapeutin und Dozentin möchte mit ihrer Arbeit Menschen zu einer erfüllenden Sexualität verhelfen. Wie aber kann das gelingen?

Interview: Manuela Bruhin, Bild: zVg.

Prisca Walliser, Sie sind ausgebildete Hebamme und Pflegefachfrau und arbeiten jetzt als Sexualtherapeutin sowie Dozentin für Sexualpädagogik. Wie sind Sie dazu gekommen?

Das hat sich kontinuierlich entwickelt. Schon als Hebamme wurde ich an Schulen für Aufklärungsunterricht eingeladen und als Referentin für Elternabende zum Thema kindliche Sexualentwicklung. Mit der Ausbildung zu Sexualpädagogin im Jahr 2001 war dann der Grundstein für weitere Bildungsschritte im Bereich Beratung und Therapie gelegt.

Wie sieht Ihr Arbeitsalltag als selbständige Fachfrau aus?

Sehr facettenreich und verbunden mit viel Gestaltungsraum. Im Mittelpunkt steht immer das Thema «Sexualität». Sei es in meiner Praxis als Sexualberaterin, als Referentin/Dozentin oder im Rahmen von Aufklärungsworkshops mit Kindern und Jugendlichen.

Sie haben verschiedenste Weiterbildungen absolviert – unter anderem auch im Tantrabereich. Weshalb sind solche Hintergründe für Ihre Arbeit wichtig?

Sexualität hat verschiedene Facetten und begleitet uns durch unser ganzes Leben. Unsere Biografie, unser «sexuelles Gewordensein»

nehmen wir dabei immer mit. In der tantrischen Arbeit wird der Blick auf dieses «Gewordensein», die damit verbundenen Verletzungen, gebundenen Energien, aber auch auf unser Potenzial gerichtet. Diese Auseinandersetzung und Reflexion haben mir persönlich und fachlich sehr viel gebracht und die komplexen Zusammenhänge, welche der Sexualität innewohnen, noch von einer anderen Seite aufgezeigt.

Welche Menschen kommen zu Ihnen, um sich Unterstützung und Rat zu holen?

Die Anliegen meiner Klientinnen und Klienten sind sehr unterschiedlich und breit gefächert: keine Lust auf Lust, unterschiedliches Begehren, Erektionsstörungen, Orgasmusprobleme, Scham, Missbrauchserfahrungen, Neuorientierung nach Krankheit oder Operation, Suchtverhalten, Verunsicherung in der sexuellen Orientierung und Identität, um nur einige zu nennen. Meine Klientinnen und Klienten sind im Alter zwischen 18 und 80 Jahren. Dieses breite Altersspektrum macht es so spannend für mich als Therapeutin. Viele der Ratsuchenden sind sehr motiviert, Wege zu einer erfüllenderen, unbeschwerteren, lustvolleren Sexualität zu finden. Manchmal steht auch Verzweiflung und Ratlosigkeit im Vordergrund, und das Gefühl, in einer Sackgasse gelandet zu sein. Ich bin mir bewusst, dass es für viele Menschen nicht einfach ist, über Sexualität zu reden. Gleichzeitig fühlen sich viele Menschen nicht glücklich mit ihrem Sexualleben. Als Paar- und Sexualtherapeutin versuche ich zu unterstützen und sehe mich als «Hebamme für die Sexualität».

«Manchmal steht auch Verzweiflung und Ratlosigkeit im Vordergrund, und das Gefühl, in einer Sackgasse gelandet zu sein.»

Heisse Fragen.
Sexualtherapeutin
Prisca Walliser



Sexualität ist oftmals nach wie vor ein Tabuthema, wenn es um einen persönlich geht. Wie gross – oder eben nicht – ist die Hemmschwelle, bis die Menschen zu Ihnen kommen?

Das nehme ich auch so wahr. Es ist oft noch ein Tabuthema, wenn es um das wirklich Eigene und Intimste geht. Oftmals haben wir nicht gelernt, über sexuelle Dinge und unsere Bedürfnisse wirklich zu sprechen. Die «Omnipräsenz von Sexuellem» ist da auch nicht sonderlich hilfreich. Nicht selten höre ich von meinen Ratsuchenden, dass da ein neuer Leistungsdruck entsteht, der nicht förderlich ist für eine unbeschwerte, selbstbestimmte Sexualität.

Wie hat sich Ihre Arbeit in all den Jahren verändert?

In der Praxis sind die Grundthemen weitgehend die gleichen. Was sich in meiner Arbeit

verändert hat, ist der Einfluss der Digitalisierung. Im positiven wie im negativen Sinn.

Sie beraten Eltern, Frauen, Pädagogen, auch über Sexualaufklärung im Zeitalter der digitalen Überflutung. Was macht den grössten Teil Ihrer Arbeit aus?

Mein Hauptengagement liegt sicherlich in der Praxis und in den Multiplikatoren Aus- und Weiterbildung. Auch die Vortragstätigkeit ist ein fester Bestandteil.

Welche Begegnungen und Geschichten motivieren Sie für Ihre tägliche Arbeit?

Dass sich Menschen mir mit ihrem Intimsten anvertrauen, oder dass Jugendliche sich trauen, auch «heisse Fragen» zu stellen. Das berührt und bestärkt mich, meine Erfahrung und Kompetenzen weiter zur Verfügung zu stellen. Im Dienste einer selbstbestimmten, erfüllenden Sexualität.

«Für viele Menschen ist es nicht einfach, über Sexualität zu reden.»

Die Ekelforscherin

Weshalb kaufen wir Woche für Woche zu viel Gemüse ein, wovon schliesslich ein grosser Teil weggeworfen werden muss? Warum traue ich mich nicht, ein abgelaufenes Joghurt zu essen, wenn es doch andere problemlos tun? Jeanine Ammann ist Ekelforscherin und kennt viele Hintergründe, weshalb bestimmte Lebensmittel im Abfall landen.

Interview: Manuela Bruhin, Bild: zVg.

Jeanine Ammann:

«Fleisch ekelt mich an.»



Jeanine Ammann, Sie sind Konsumenten-, Ekel- und Nachhaltigkeitsforscherin. Da drängt sich die Frage auf: Was macht eine Ekelforscherin überhaupt?

Auf die Ekelforschung kam ich während meines Doktorats in der Konsumentenforschung an der ETH. Die Forschungsgruppe Konsumentenforschung an der ETH hatte zuvor einen Ekelfragebogen entwickelt, um die individuelle Ekelsensibilität zu ermitteln. Die Ekelsensibilität sagt aus, wie schnell sich eine Person vor bestimmten Lebensmitteln ekelt. Konkret ging es dann in meiner Forschung darum, zu untersuchen, wie die Ekelsensibilität mit verschiedenen Verhaltensweisen wie beispielsweise Foodwaste- oder Hygieneverhalten zusammenhängt und welche Faktoren – wie Nationalität, politische Einstellung und Geschlecht – einen Einfluss haben.

Wie sind Sie auf die Idee gekommen, Ekelforscherin zu werden?

Ich war schon früh naturwissenschaftlich interessiert. Das hat mich dann später dazu gebracht, Lebensmittelwissenschaften an der ETH zu studieren. Das ist ein sehr breit gefächertes Studiengang, der stark auf den Naturwissenschaften aufbaut. Nach dem Master wollte ich unbedingt weitere Arbeitserfahrungen sammeln und habe in der Industrie in einem Labor gearbeitet. Das war eine grosse Chance und interessante Erfahrung für mich, aber irgendwann habe ich die Lebensmittel vermisst. Auf der Suche nach einer neuen Stelle bin ich dann eher per Zufall über ein Doktorat zum Thema Ekel gestolpert. Es war eigentlich nicht mein Plan, zu doktorieren, aber das Thema hat mich auf den ersten Blick angesprochen. Ich habe mich auf die Stelle beworben und sie bekommen.

Einige ekeln sich sehr schnell, wieder andere haben in diesem Bereich eine dicke Haut. Wie sieht es bei Ihnen aus – wie hoch ist Ihr Ekelfaktor? Wovor ekeln Sie sich?

Was mich an der Ekelforschung schon immer sehr fasziniert hat, ist, wie individuell verschieden die Lebensmittel sind, wovor sich die Leute ekeln. Ich selber lebe aus Gründen des Tierwohls und der Nachhaltigkeit schon lange vegetarisch. Je länger ich keine Fleischprodukte gegessen habe, umso mehr habe ich festgestellt, dass ich mich beim Anblick von Fleisch immer stärker geekelt habe. Für eine Studie im Rahmen meines Doktorats habe ich einen Zampone, also einen gefüllten Schweinefuss, eine italienische Spezialität, gekocht, um ihn nachher fotografieren zu können. Schon der Geruch bei der Zubereitung hat mir ein mulmiges Gefühl in der Magengegend verursacht. Als ich ihn anschliessend auf einen Teller heben wollte und die weiche

Textur gespürt habe, war es dann ganz vorbei – und mein Partner musste übernehmen. Für den zubereiteten Zampone habe ich dann aber nach der Fotosession zum Glück noch einen Konsumenten gefunden.

Sie geben Ihr Wissen auch im Bereich von Foodwaste weiter. Wie hängen Foodwaste und Ekel überhaupt zusammen?

Ein ganz zentraler Grund, wieso wir Lebensmittel wegwerfen, ist, weil wir uns davor ekeln oder Angst haben, dass sie verdorben sind. Um zu beurteilen, ob ein Lebensmittel noch geniessbar ist, können verschiedene Indikatoren wie beispielsweise das Haltbarkeitsdatum, der Geruch oder auch das Aussehen verwendet werden. In unserer Forschung haben wir festgestellt, dass sehr ekelsensible Personen eher dazu neigen, sich auf die Haltbarkeitsdaten zu verlassen, während weniger ekelsensible Personen die Lebensmittel eher auch noch sensorisch, über den Geschmack, Geruch oder Aussehen, beurteilen.

«Schon der Geruch bei der Zubereitung hat mir ein mulmiges Gefühl in der Magengegend verursacht.»

Wir kennen es wohl alle: Eigentlich wollten wir nur kurz frisches Brot einkaufen, dann stehen wir mit einem ansehnlichen Berg an der Kasse. Was beeinflusst unser Einkaufsverhalten?

Die wenigsten Leute halten sich strikt an den Einkaufszettel – wenn sie denn überhaupt einen schreiben. Die Supermärkte sind natürlich so designt, dass unsere Aufmerksamkeit ganz gezielt auf spezifische Produkte gelenkt wird. Das Erste, was wir meistens sehen, sind sehr frische Produkte wie buntes Gemüse und Früchte oder frisches, duftendes Brot. Damit wird direkt beim Betreten des Supermarkts ein Eindruck von Frische vermittelt und der Appetit angeregt. Produkte, die oft zusammen gekauft werden, werden auch entsprechend präsentiert, damit es uns möglichst leicht fällt, gleich beide ins Einkaufskörbchen zu legen. Andere Produkte buhlen mit Rabatten um unsere Aufmerksamkeit oder sind einfach gezielt dort platziert, wo wir zuerst hinschauen – nämlich auf Augenhöhe. Die günstigen Produkte finden sich meistens unten im Regal in der sogenannten Bückzone, wo wir ganz bewusst hinschauen müssen, um sie zu finden.

Ablaufdaten, falsches Einkaufsverhalten, Bilder in den Medien, Angst vor Krankheiten – Gründe, warum Lebensmittel weggeworfen werden, gibt es viele. Mit welchen Vorurteilen und falschem Wissen müsste dringend aufgeräumt werden, damit dies nicht mehr geschieht?



Design, Handwerk und Herzblut.

Das sind die Zutaten, die unsere Küchen einzigartig machen. Vom Entwurf über die Planung bis zur Ausführung setzen wir ausschliesslich auf unsere eigenen, engagierten Schreiner und Fachleute.

Sprechen Sie mit uns über Ihr Neubau- oder Umbauprojekt!

Baumann AG Der Küchenmacher
St. Leonhardstrasse 78,
9000 St. Gallen, 071 222 61 11
www.kuechenbau.ch



Studis Möstbröckli-Tatar

**Rezept für 2 Personen,
von TV-Koch Andreas C. Studer**

90 g Appenzeller Möstbröckli
4 EL Crème fraîche
1 Bund Schnittlauch
1 Zitrone
Pfeffer
2 Tomaten
½ Salatgurke
4 EL Rapsöl
grobes Meersalz
schwarzer Pfeffer



Hier geht es zum
Rezept-Video:



Mostbröckli in Würfel schneiden, in eine Schüssel geben. Crème fraîche, ein Drittel des feingeschnittenen Schnittlauchs, Abrieb und Saft der halben Zitrone und frisch gemahlener Pfeffer dazugeben, mischen und ziehen lassen. Tomate erhitzen, 10 Sekunden in kochendem Wasser blanchieren, in kaltes Wasser geben und häuten. Tomaten in feine Würfel schneiden, die Hälfte zum Tatar geben, Rest beiseitestellen. Gurke schälen, entkernen und ebenfalls in Würfel schneiden, alles vorsichtig mischen, abschmecken. In Anrichtering (8–10 cm) auf

gekühlten Tellern anrichten, übrigen Schnittlauch mit Öl und Zitronensaft fein pürieren und salzen.

Ein paar Tomatenwürfel um das Tatar verteilen, Anrichtering entfernen, alles mit Schnittlauchöl besprenkeln und servieren.



Der bekannte TV-Koch Andreas C. «Studi» Studer ist SUTTERO-Botschafter. Rezepte mit Tipps & Tricks findet man auf: suttero.ch/studi

From KI with love

Die künstliche Intelligenz (KI) kann uns schon in unzähligen Lebenslagen unterstützen. Auch Heiratsschwindler haben es nun einfacher. Denn selbst Liebesbriefe lassen sich mit der KI innerhalb von wenigen Sekunden verfassen. Digitalexperte Jörg Eugster hat den Test gemacht und das erste Ergebnis als zu euphorisch empfunden.

Umsetzung: Jörg Eugster, Bild: shutterstock

Aufgabenstellung 1

Briefing an die KI: Schreibe einen Liebesbrief an meine Frau Blandy Amsler Eugster.

Ergebnis der KI:

Meine liebste Blandy,

es ist schwer in Worte zu fassen, wie sehr Du mir bedeutest. Du bist mein ganzes Leben: die Liebe meines Herzens, die Sonne meiner Seele und der Frieden meiner Gedanken.

Seit meiner ersten Begegnung mit Dir vor so vielen Jahren war es klar, dass wir Seelengefährten sind und für immer zusammenbleiben werden. Und obwohl die Zeit neue Verpflichtungen und Aufgaben mit sich brachte, haben unsere Herzen niemals aufgehört miteinander zu tanzen.

Du hast mich beschützt und geliebt als kein anderer Mensch hätte es können. Deine Anmut und Schönheit übersteigt alles, was ich je kannte – dein Lächeln bringt Freude in jeden Raum, den Du betrittst, Deine Stärke gibt mir Rückhalt und Dein Mut inspiriert mich Tag für Tag. Ich bin unendlich dankbar, Dich an meiner Seite zu haben und Dir diese Worte der Liebe zu senden.

Für immer Dein,
Dein Ehemann

Aufgabenstellung 2

Briefing an die KI: Schreibe einen Liebesbrief an meine Frau Blandy Amsler Eugster. Der Liebesbrief soll aber nicht zu euphorisch sein. Einfach einmal Danke sagen und Wertschätzung ausdrücken.

Ergebnis der KI:

Liebe Blandy,

ich möchte Dir heute ganz einfach mal Danke sagen. Es ist unglaublich, wie viel Liebe und Fürsorge Du mir jeden Tag entgegenbringst. Ich weiß es sehr zu schätzen.

Dein Einsatz für unsere Familie ist unvergleichbar und trägt so viel zu unserem Glück bei. Dafür möchte ich Dir aus tiefstem Herzen danken.

Du bist meine liebste Freundin und mein bester Ratgeber – Deine Gegenwart erleichtert alles.

Von ganzem Herzen danke ich Dir für alles, was Du für uns tust! Ich liebe Dich über alles!

In Liebe,
[Dein Name]

Die künstliche Intelligenz kann selbständig Texte schreiben

Die Technik macht rasante Fortschritte. Noch vor wenigen Minuten war es für den Digitalexperten Jörg Eugster nicht vorstellbar, dass die KI dereinst Liebesbriefe erstellen könnte.

Hier geht es zum Fachbeitrag:





Erbrechts- revision 2023: Was heisst das für mich?

Positive Effekte der steigenden Zinsen

Das Erbrecht ist seit seinem Inkrafttreten im Jahr 1912 kaum verändert worden. Mit der am 1. Januar erfolgten Änderung des Erbrechts hat sich dies nun geändert. Das neue Erbrecht gibt Ihnen mehr Freiheiten, um über Ihr Vermögen bei Ihrem Ableben zu entscheiden.

Ist beim Versterben einer Person kein Testament oder kein Erbvertrag vorhanden, wird das Erbe nach den gesetzlichen Regeln des Erbrechts verteilt. Dieses hat sich seit der Erbrechtsrevision nicht geändert. Wünscht ein Erblasser hingegen, dass bestimmte Personen besonders vom Erbe profitieren sollen, muss zwingend ein Testament oder Erbvertrag aufgesetzt werden. Die Möglichkeiten, die sich mit einem solchen Dokument eröffnen, sind nun mit dem neu geltenden Erbrecht stark ausgeweitet worden.

Im bisherigen Recht galt, dass nur über einen Teil des Erbes frei verfügt werden kann. Den Nachkommen, den Ehegatten und den Eltern stand ein zwingender Anteil am Erbe zu, der sogenannte Pflichtteil. Mit dem neuen Erbrecht werden die Pflichtteile der Nachkommen reduziert und jener der Eltern ganz aufgehoben.

Die Parteien eines Erbvertrags konnten nach früherem Recht auch nach dem Abschluss des Vertrags ohne Weiteres Schenkungen vornehmen, wenn kein Schenkungsverbot im Vertrag vereinbart wurde. Mit der Erbrechtsrevision wurde im Gesetz nun eine Regelung diesbezüglich getroffen. Alle Schenkungen, die nach Vertragsschluss erfolgen, können durch die Erbenden angefochten werden, wenn sie nicht explizit im Erbvertrag erlaubt wurden. Bei einer Anfechtung würde die Schenkung wieder in die Erbmasse zurückfliessen.

Es sind weitere Anpassungen geplant. Der Bundesrat beabsichtigt, die Unternehmensnachfolge von Familienbetrieben einfacher zu regeln als bisher. Künftig soll es möglich sein, dass einem Erben oder einer Erbin das ganze Unternehmen im Erbfall zugewiesen werden kann. Sollte diese/r Begünstigte die Pflichtteile der Miterbenden nicht direkt auszahlen können, so wird neu die Möglichkeit einer Ratenzahlung gesetzlich gewährt.

Es lohnt sich Gedanken über die neuen Möglichkeiten zu machen und dies auch mit den Familienmitgliedern zu besprechen. Wir legen Ihnen nahe, die geplante Verteilung Ihres Erbes mit den neuen geltenden Bestimmungen abzugleichen und, soweit notwendig, anzupassen.

Stefan Müller
sartorial rechtsanwälte ag
www.sartorial.ch

Dr. Michael Steiner
Vorsitzender der Geschäftsleitung
acrevi Bank AG
michael.steiner@acrevi.ch

4,75 % in den USA, 3,0 % in Europa, 1,0 % in der Schweiz: Nach einer langen Negativzinsphase wurden die Leitzinsen weltweit Schritt für Schritt angehoben. Ziel war primär die Inflationsbekämpfung.

Daneben gibt es viele weitere positive Effekte: Sparerinnen und Sparer erhalten wieder Zinsen. Vorsorgesysteme können mit höheren künftigen Renditen rechnen. Die Immobilienmärkte werden nicht mehr so stark durch billiges Kapital verzerrt. Und schliesslich hat privates und staatliches Schuldenmachen wieder ein vernünftigeres Preisschild in Form des zu bezahlenden Zinses.

Neben der Inflation drosselt der höhere Zins die nominale Hochkonjunktur und die damit verbundene Überhitzung des Arbeitsmarkts – diese ökonomischen Bremsmechanismen tragen dazu bei, aktuelle negative Entwicklungen für Gesellschaft und Wirtschaft einzudämmen. Aus diesen Gründen bin ich sehr froh über die Rückkehr zu gesunden finanziellen Anreizen.

Aus Bankensicht bringen die steigenden Zinsen Chancen wie die Verbesserung des Zinsergebnisses. Sie bergen aber auch Risiken wie etwa höhere Ausfallrisiken bei Krediten oder tiefere Bewertungen an den Finanzmärkten, um nur die bedeutendsten zu nennen. Chancen oder Risiken – was überwiegt, lässt sich nicht allgemein sagen: Je nach Positionierung einer Bank fallen die konkreten kurz- und langfristigen Auswirkungen der Zinserhöhungen ganz unterschiedlich aus. Ich bin überzeugt, dass der Bankensektor aufgrund dieser neuen Ausgangslage in den kommenden Jahren Veränderungen erleben wird.

Die steigenden Zinsen begrüsse ich sehr, denn die positive und heilende Wirkung überwiegt in meinen Augen deutlich. Ich hoffe, dass die Schweizerische Nationalbank ihrem Kurs so lange als nötig treu bleibt. Wir als acrevi sind solide aufgestellt und schauen den zukünftigen Entwicklungen zuversichtlich entgegen.



Einfach süss

Handgemachte Pralinés und Truffes gehören zum Businessalltag von Vittoria Kreis (*1970). Zusammen mit ihrer Tochter Romina Hengartner (*1992) führt sie das Unternehmen Praliné Scherrer in St. Gallen, das 12 Mitarbeitende beschäftigt.

Interview: Marcel Baumgartner, Bild: zVg.

Vittoria Kreis, in drei kurzen Sätzen: Was zeichnet Ihr Unternehmen/Ihre Dienstleistung aus?

Meine Tochter und ich führen mit unserem Team die Chocolate Manufacture Praliné Scherrer: mit Herzblut, Erfolg und neuen Schokoladenkreationen. Wir stehen für Qualität, Frischprodukte und Liebe zum Detail. Give-aways sind unsere Spezialität, wir stellen für unsere Kunden einzigartige Geschenke her.

Gab es in der Unternehmensgeschichte einen aus heutiger Sicht prägenden und sehr entscheidenden Meilenstein?

Den Mut zu haben, den eigenen Weg zu gehen – egal, was die anderen denken.

Welche allgemeinen Entwicklungen oder Marktveränderungen hatten oder haben einen wesentlichen Einfluss auf Ihr Unternehmen?

Es hat immer Platz für Nischenprodukte. Wichtig ist, nie die Neugier verlieren und Spass haben an der Arbeit. Meine Tochter, gelernte Kauffrau und Absolventin des HSG-KMU-Seminars, ist als Mitinhaberin eingestiegen und will den Fokus stärker auf Bio, Vegan und Nachhaltigkeit ausrichten.

Welche Visionen oder Ziele verfolgen Sie? Und wie nahe sind Sie schon an der entsprechenden Realisation?

In meinem Businessplan stand: In New York am Time Square steht in grosser Schrift Praliné Scherrer ... Das hat sich schlagartig geändert, als ich das erste Mal nach New York Pralinen liefern musste. Das war mir zu kompliziert und zu dramatisch, amerikanisch ... Neues Ziel ist: den

Markt in Zürich mit unseren Innovationen aufzuwählen.

Wie ungeduldig sind Sie, wenn es um die Umsetzung einer guten Idee geht?

Ich bin nicht sehr geduldig, aber ich habe gelernt, dass ich delegieren muss und kann.

Ich muss nicht alles selbst machen. Diese Erkenntnis war die grösste Befreiung.

Was beinhaltet für Sie eine gute und erfolgreiche Woche?

Wir sind schon sehr privilegiert, einer Arbeit nachgehen zu dürfen, die man liebt.

Mit der Familie kochen und essen macht mich sehr glücklich.

Welche unerledigten Pendenzen oder bevorstehenden Aufgaben können Ihnen mitunter das Wochenende vermiesen?

Ich hasse Arbeiten rund um die Steuern, die MWST und den Abschluss.

Und welche Frage inkl. Antwort, die hier nicht aufgeführt ist, fehlt noch zwingend?

Es sollten viel mehr Menschen den Mut haben, das zu machen, was sie gerne machen, und nicht das, was sie angeblich machen müssen. Die coolsten Innovationen werden meistens von Quereinsteigern realisiert.



Die moderne Arbeitswelt der Thomann Nutzfahrzeuge AG

«New Work» ist bei der Thomann Nutzfahrzeuge AG nicht ganz neu. Seit rund 20 Jahren können die Mitarbeitenden aus einer Vielzahl von Arbeitszeitmodellen wählen und von vielen Benefits profitieren. 2023 kam mit der Initiative «6 für 3» ein neues Modell für sechs Wochen Ferien hinzu.

Die neue freiwillige Ferienprämie «6 für 3» erlaubt es allen Beschäftigten, sechs Wochen Ferien zu erreichen. Kalkulatorisch basiert das Programm auf drei Jahren Betriebszugehörigkeit. Neu eintretende Mitarbeitende können die zusätzlichen Ferientage allerdings bereits ab dem ersten vollen Kalenderjahr beziehen. «Eine tolle Sache», sagt dazu Marco Brem, der seit zwölf Jahren als LKW-Mechaniker bei Thomann wirkt. «Grossartig finde ich, dass man die Ferientage auch zusammenzählen und dann ein längeres Sabbatical einlegen kann», ergänzt der 47-Jährige. «Wer streng arbeitet, soll auch genügend Erholungszeit haben, und zudem belohnen wir die Treue zur Firma», erklärt Firmen-CEO Luzi Thomann die Motive, die Ferienprämie «6 für 3» einzuführen. Das Programm ist übrigens beidseits freiwillig: Unternehmensseitig existieren keinerlei gesetzliche Anforderungen und die Mitarbeitenden können über ihr Mitmachen frei entscheiden.

New Work seit Langem konkret gelebt

«Ein modernes Verständnis von Arbeit angesichts von Globalisierung und Digitalisierung legen wir schon länger an den Tag, nur haben wir den Begriff New Work nicht gekannt», lächelt Thomann. Die entsprechenden Werte wie Flexibilität, Freiheit und Selbständigkeit hat das Unternehmen in Massnahmen wie

Arbeitszeitmodelle und Zusatzbenefits umgesetzt. «Individuellen Bedürfnissen kommen wir mit 40 Arbeitszeitmodellen entgegen», erläutert die Mitinhaberin und Personalverantwortliche Beatrix Thomann. Mit Samstagseinsätzen einen Wochentag freihalten? In dreieinhalb Tagen das gewünschte Pensum absolvieren? Das sind nur zwei Beispiele, wie Mitarbeitende Berufliches und Privates unter einen Hut bringen können. Auch Mechaniker Marco Brem nutzt eines der Arbeitszeitmodelle, indem er sein Wunschpensum innerhalb von vier Tagen absolviert. «Das passt mir für meine Zeitgestaltung gut», zeigt er sich dankbar. Noch spezieller und wohl einzigartig im Markt ist das Lohn-/Ferienmodell für Werkstattmitarbeitende namens PayAway®. Es ermöglicht dem Mitarbeitenden seine ganz persönliche Wahl zwischen mehr Lohn und mehr Ferien, dies in einem Bandbreitenkonzept; mit PayAway sind bis zu 40 Ferientage/Jahr möglich.

Lohn und Ferien sind nicht alles

«Als Familienunternehmen tun wir viel für ein gutes internes Klima. Auch das gehört zum Ziel, ein Arbeitgeber mit Zugkraft zu sein», erläutert Thomann. «Wertschätzung» ist einer von vier Unternehmenswerten und «Passion statt Standard» der oberste Leitsatz. «Passion ist unser Zauberwort für die Kundenbegeisterung, und dafür braucht es das aktive Mitgestalten aller Beschäftigten», betont der Firmenchef. Entsprechend intensiv können sich die Mitarbeitenden einbringen, entfalten und jenseits von Routine teamorientiert auf das gemeinsame Firmenziel hinarbeiten.

Auch jenseits des Kernthemas Lohn und Ferien bietet Thomann den Mitarbeitenden eine ganze Reihe vorteilhafter Arbeitgeberleistungen. So zum Beispiel Weiterbildungsprogramme,

Mehr Meer: Die neue Thomann-Ferienprämie «6 für 3» macht sechs Wochen Ferien möglich.



SWISS
ARBEIT
GEBER
AWARD



TOP ARBEITGEBER 2022

Kategorie 100-249
Mitarbeitende

Treueprämien, freiwilligen Vaterschaftsurlaub und Prämien für die Vermittlung neuer Mitarbeitender. Sehr beliebt sind die massiv verbilligten Ferienmöglichkeiten in Graubünden oder die Nutzung des firmeneigenen Wohnmobils.

Ausbildner aus Überzeugung

Von jeher ist das Engagement für den Berufsnachwuchs ein zentrales persönliches Anliegen von CEO Thomann. Die Firma bildet Lernende in fünf Autoberufen aus. Im Jahr 2018 hat man das Gütesiegel «Top Ausbildungsbetrieb» erreicht. Als solcher begleitet man die Lernenden auf dem Weg zu echten Persönlichkeiten in der Arbeitswelt, wobei Eigenverantwortung und Selbständigkeit im Vordergrund stehen. «Statt nur in die Ausbildung von Fachkräften investieren wir in Menschen», bringt es der Lernenden-Verantwortliche Sepp Zraggen auf den Punkt.

Ständige Weiterentwicklung

Das Instrumentarium des Thomann-Personalwesens wird ständig ausgebaut, da gute Mitarbeitende in ausreichender Zahl eine zentrale unternehmerische Erfolgsvoraussetzung sind. So sind zum Beispiel Tools im Einsatz, die das kompetenzorientierte Lernen sowie die Feedback- und Feedforward-Kultur im Arbeitsalltag verankern. Dazu führt man derzeit das System «Flowit» ein, welches das klassische jährliche Mitarbeitergespräch in einen permanenten Echtzeitprozess umwandelt. «So wollen wir den Puls der Mitarbeitenden noch besser fühlen», kommentiert Thomann. Auch ein Digital-Coach hilft mittels künstlicher Intelligenz mit, die Ziele zu erreichen.

Kundennutzen immer im Fokus

«Am Ende dient alles, was wir tun, also inklusive New-Work-Massnahmenpaket, dem grösstmöglichen Nutzen für die Kundschaft», bemerkt der Thomann-Chef. Die fünf Thomann-Betriebe wollen den Auftraggebern ein Maximum an Strassenzeit für ihre Fahrzeuge gewährleisten, also die «Ausfallzeiten» für Services und Reparaturen so minimal wie möglich halten.

THOMANN
NUTZFAHRZEUGE AG
SCHMERIKON · CHUR · FRAUENFELD · ARBON

Thomann Nutzfahrzeuge AG

Allmeindstrasse 10, 8716 Schmerikon
Tel. +41 55 286 21 90, info@thomannag.com
www.thomannag.com

Innovationspreis für moderne Arbeitswelt

Letztes Jahr gewann Thomann den erstmals vergebenen Innovationspreis für eine moderne Arbeitswelt im Rahmen der 22. Swiss Arbeitgeber Awards. Das Projekt «New Work – ganzheitlich verstanden, konsequent gelebt» wurde als zukunftsweisend beurteilt und erreichte hohe Mitarbeiterbewertungen. Mit den Worten der Organisatoren des Swiss Arbeitgeber Awards: «Dieses Projekt überzeugt durch zielführende Massnahmen in den Bereichen Arbeitszeitmodell, Ferienmodell, Zusatzvorteil sowie proaktive Personalentwicklungstools mit künstlicher Intelligenz.»

Eventreiche Region St. Gallen-Bodensee

Die weltoffene Wissens-, Kultur- und Messestadt St. Gallen überzeugt durch ein vielfältiges Angebot für Kongresse und Events.

Die Region St. Gallen ist mit ihren weltweit führenden Unternehmen, der Universität St. Gallen und dem UNESCO-Weltkulturerbe Stiftsbezirk St. Gallen der Schweizer Schmelztiegel der Wirtschaftsgeschichte. Die malerische Altstadt ist der perfekte Hub für Veranstaltungen.

St. Gallen wartet 2023 mit einem reichen Eventkalender und grossartigen Kongressen auf. Von wissenschaftlichen bis lehrreichen Veranstaltungen wird das Fachpublikum begrüsst und erlebt die Ostschweizer Gastfreundschaft hautnah.

Im Mai ist die internationale Konferenz der Polymer Processing Society in der 38. Auflage in der Olma-Messe geplant. In den Sommerferien werden Lehrpersonen und pädagogisches Fachpersonal zu praxisbezogenen Weiterbildungskursen des 132. Sommercampus von Schule und Weiterbildung Schweiz eingeladen.

Die Messehighlights sind altbekannt: Offa, Olma sowie die neue Fach- und Erlebnismesse für Gastfreundschaft.

Olma-Halle 1: Erstnutzung steht an

Der Neubau der Olma-Halle 1 befindet sich auf der Zielgeraden. Im Rahmen der Olma im Oktober 2023 wird erstmals eine Teilnutzung der fast fertiggestellten Halle möglich sein. Ab der Eröffnung im März 2024 werden in der neuen Halle 1 vor allem bestehende und neue Messen der Olma Messen St. Gallen, grosse Firmenanlässe wie Generalversammlungen oder Mitarbeiterfeste und Festivals stattfinden. Für Kongresse stehen dank der zusätzlichen Fläche der Halle 1 mehr Kapazitäten in der Halle 9 zur Verfügung. Der Verkauf läuft auf Hochtouren. Die prognostizierte Auslastung für die Jahre 2024 und 2025 liegt bereits heute bei über 50 Prozent.

St. Gallen Convention Bureau

In den Wirtschaftsklustern Gesundheit, Nutrition, Präzisionstechnik sowie ICT setzt die

Ostschweiz national wie auch international Akzente. Das dynamische Umfeld und das starke Kompetenznetzwerk sind gute Argumente, Veranstaltungen dort zu organisieren, wo Erfolgsgeschichten geschrieben werden. Das Convention Bureau St. Gallen-Bodensee dient hier als neutrale Anlaufstelle und unterstützt die Organisatoren mit zahlreichen Dienstleistungen.

Für weitere Informationen (Medien):

St. Gallen-Bodensee Tourismus

Chiara Rossi, Leiterin St. Gallen Convention Bureau
T +41 (0)71 227 37 16
chiara.rossi@st.gallen-bodensee.ch

Genossenschaft Olma Messen St. Gallen

Nico Canori, Leiter Unternehmenskommunikation
Splügenstrasse 12, 9008 St. Gallen
T +41 79 571 50 30, nico.canori@olma-messen.ch

Gretz Communications AG

Ursula Krebs, Gere Gretz
Zähringerstrasse 16, 3012 Bern
T +41 (0)31 300 30 70, info@gretzcom.ch



Über St. Gallen-Bodensee Tourismus: In der Ostschweiz wartet die Erlebnisregion St. Gallen-Bodensee mit einem abwechslungsreichen Angebot für jeden Geschmack auf. Die Kulturmetropole bezaubert mit einer malerischen Altstadt und einem reichen historischen Erbe. Der Stiftsbezirk mit seiner barocken Kathedrale und der weltberühmten Stiftsbibliothek gehört zum UNESCO-Weltkulturerbe und gilt als Wahrzeichen der Stadt. Die Region ist bis heute geprägt durch ihre reiche Textilgeschichte. Haute Couture, Stoffe und Spitzen aus St. Gallen werden auf den Laufstegen von Paris über Milano bis New York präsentiert. Ein reges Kulturleben, ein vielfältiges MICE-Angebot und eine intakte Natur für Outdoor-Aktivitäten sowie Rundreisen machen den Reiz dieser schönen Gegend zwischen Bodensee und Appenzellerland aus. Zudem sprechen zahlreiche kulinarische Spezialitäten wie die vier B (Bratwurst, Bürli, Biberli, Bier) für einen Aufenthalt in der Region.

Ich habe keine Lust!



Eine Aussage, die wir nicht nur von Kindern kennen.

Altbundesrat Ueli Maurer hatte keine Lust, ein Interview zu geben, Nemo hat Lust auf vieles, aber nicht auf das, und Samuel Beckett hat keine Lust, den Rest seines Lebens damit zu verbringen, Bücher zu schreiben, die niemand lesen wird.

Keine Lust haben. Reicht das, um etwas nicht tun zu müssen? Reicht es, um sich vor Aufgaben und Verantwortung zu drücken? Im Kleinen wie im Grossen. Was darf man erwarten, auch wenn jemand keine Lust hat?

Ich habe keine Lust – den Müll runterzubringen.

Ich habe keine Lust – am Sonntag zu arbeiten.

Ich habe keine Lust – zu helfen.

Ich habe keine Lust – so früh aufzustehen.

Ich habe keine Lust – mich mit Menschen wie dir zu unterhalten.

Ich habe keine Lust – mit anderen ein Bahnabteil zu teilen.

Ich habe keine Lust – meinen Beitrag zu leisten.

Ich habe keine Lust – hintenanzustehen.

Ich habe keine Lust – an Gott zu glauben.

Ich habe keine Lust – mich an die Regeln zu halten.

Ich habe keine Lust – der Umwelt Sorge zu tragen.

Ich habe keine Lust – ehrenamtlich zu arbeiten.

Ich habe keine Lust – zu beten.

Ich habe keine Lust.

Wo kämen wir hin, wenn alle keine Lust hätten?

**Andy Givel, Pallottiner
Pfarradministrator der
Seelsorgeeinheit Gossau**

Ferrari 330 GT «Barnfind» by Niki Hasler AG

Auf diesem Foto sehen Sie ein Beispiel eines sogenannten «Scheunenfundes». Solche Autos werden meist per Zufall in einer alten Scheune gefunden, überdeckt mit Dreck und Staub der letzten drei Jahrzehnte. Ein solches Fahrzeug ist weder verkehrstauglich noch funktionstüchtig. Nachfolgende Schritte werden bei einer Restauration ausgeführt, die rund 3000 Stunden dauert, was einem Zeitraum von zirka 18 Monaten entspricht.

Von A–Z, wird einfach alles angeschaut und erneuert. Wichtig ist hierbei zu wissen, dass alles original sein muss. Der Ferrari wird exakt so restauriert, wie er damals die Fabrik verlassen hat.

Dafür hat in diesem Fall die Firma Niki Hasler AG die nötigen technischen Dokumente, originalen Muster und Kenntnisse.

Das Vorgehen, grob zusammengefasst: Alle Nummern finden und kontrollieren, damit alles original ist; Auto komplett zerlegen; Motor, Getriebe und Achsen revidieren; Aufhängung reinigen bis zum blanken Metall, kontrollieren und neu pulverbeschichten, verzinken, vernickeln; alle Verschleissteile revidieren; Karosserie und Chassis entkernen, kontrollieren, reparieren, Rostschutz und Lack anbringen; Chromteile neu verchromen; Interieur erneuern; Kabelbaum ersetzen; Aufhängung am Auto montieren; Motoren und Getriebe einbauen; Flüssigkeiten ersetzen; neue Seile einbauen; Einstellung Arbeit von Motorzündung und Vergaser.

**Dieses Fahrzeug ist vorübergehend in der
autobau erlebniswelt in Romanshorn zu sehen.**



Hier geht es zu den bereits erschienenen Kolumnen von Andy Givel.



«Was wir **planen**, können wir auch **umsetzen**»

Die meisten Unternehmen können heutzutage gar nicht mehr ohne IT-Systeme arbeiten. Doch der Einsatz dieser Technologien will gut geplant und durchgeführt sein, sagt Mathias Ebnetter, CEO der St. Galler Netsafe AG.

Kaum eine andere Branche ist der technologischen Entwicklung so ausgesetzt wie die IT-Welt. Beinahe täglich gibt es neue Technologien, Trends und Herausforderungen, die es zu meistern gilt. In diesem dynamischen Umfeld die Übersicht zu behalten, die richtigen Entscheidungen zu treffen und das Beste für Kundschaft, Geschäftspartner und das Unternehmen zu tun, dafür ist die fünfköpfige Geschäftsleitung der Netsafe AG zuständig. CEO Mathias Ebnetter sagt dazu: «Unser Management sorgt dafür, dass Netsafe nicht nur technologisch ganz vorne mit dabei ist, sondern auch in Sachen Know-how immer auf dem neusten Stand der Dinge ist.» Damit die Kundschaft mit dem bestmöglichen Service bedient werden kann, beschäftigt Netsafe ausgewiesene IT-Profis, die sich laufend weiterbilden. Die 2004 in St. Gallen gegründete IT-Firma beschäftigt heute insgesamt 25 Mitarbeitende, darunter hochqualifizierte System-Engineers und ausgewiesene Projektleiter.

Reiche Produktpalette

Netsafe bietet für KMU, Gemeinden, Schulen, Gesundheitswesen und alle Unternehmen mit stetig wandelnden Ansprüchen an die IT ein umfangreiches Angebot. Dieses reicht von Server Hosting, Security Audit, Backup-Services über Modern Workplace und Disaster Recovery, IT-Infrastruktur bis zum sogenannten Endpoint Management. Ebnetter fügt an: «Die Anforderungen an gute Informatiklösungen werden immer höher und damit auch komplexer. Für uns steht darum eine genaue Bedürfnisanalyse im Vordergrund und die Systemintegration zu unseren Stärken. Was wir planen, das können wir auch umsetzen!

Oft unterschätzte Sicherheit

Die Bedeutung von IT-Sicherheit wurde in der Vergangenheit von vielen sträflich vernachlässigt. Die Einsicht, dass die IT-Sicherheitsrisiken auch in der Verantwortung von Unternehmensleitungen liegen, hat sich in den letzten Jahren deutlich verstärkt. Ebnetter ergänzt: «Die Bedeutung von IT-Sicherheit wird noch weiter zunehmen.» Er denkt dabei an die sich ständig wandelnden Gefahren, die von Ransomware, Spams und Spyware ausgehen. «Diese fordern moderne IT-Systeme bis aufs Äusserste, und trotzdem dürfen Sicherheitslösungen die Flexibilität in den Arbeitsabläufen nicht stören.» Es gelte, die entsprechenden Bemühungen im Rahmen eines Gesamtkonzepts zu betrachten und so organisatorische und menschliche Faktoren miteinzubeziehen. «Unsere Spezialisten erarbeiten für unsere Kundschaft Sicherheitskonzepte, die ganz auf die spezifischen Anforderungen des Unternehmens zugeschnitten sind», verspricht Ebeneter.



Am 27. April findet das 5. St. Galler Netsafe-Symposium statt. Zum Thema «Grenzwerte» referieren Prof. Dr. Anton Grunziger (ETH Zürich) und Schwinger Michael Wiget, der am letzten ESAF trotz Verletzung einen Kranz gewonnen hat. Weitere Referenten werden in Kürze bekannt gegeben. Das Symposium geht der Frage nach, in welchen Bereichen es Grenzwerte gibt, woher sie stammen und was passiert, wenn diese überschritten werden. Weiterführende Informationen und Anmeldungen über die Webseite: www.netsafe.ch



¡Hola Cuba!

**Ich war kürzlich für zwei Monate auf Reisen.
Mein Weg führte mich unter anderem von Kolumbien
nach Kuba – und damit in der Zeit zurück.**

Text: Jennifer Rissi

Ich habe mich durchaus darauf eingestellt, dass in Kuba vieles anders läuft. Etwa auch auf den Umstand, dass man hier dann nicht wie Gott in Frankreich speisen wird. Und doch habe ich so Einiges nicht bedacht.

In Havanna habe ich eine Casa gebucht, die etwas ausserhalb liegt. Die Umgebung war speziell, die Häuser heruntergekommen. Eine sonderbare Atmosphäre lag in der Strassenluft.

Dennoch wurde ich mit einer wunderschönen und sauberen Unterkunft überrascht, die alles zu bieten hatte, was man sich wünscht – fast schon luxuriös für Kuba, wie ich feststellen musste.

Für den bevorstehenden Ausgang besorgte ich mir schon bei der Ankunft am Flughafen CUP, die einheimische Währung. Doch, dieses Geld loszuwerden, gestaltete sich äusserst schwierig. Es kann durchaus vorkommen, dass Taxifahrer Touristen ausladen oder einfach stehenlassen, die keine Euro oder Dollar in der Tasche haben. Ziemlich frech, wie ich finde. Vor allem, wenn man bedenkt, dass man diese Währungen nirgendwo abheben kann. Selbst mit dem Schweizer Franken kommt man in Kuba weiter als mit CUP.

Havanna hat durchaus eine Bilderbuch-Idylle zu bieten. Schöne, alte Autos. Bars und Restaurants. Musik aus allen Richtungen. Herrlich. Was man nicht erwarten muss, sind Toilettenpapier, Seife, Wasser oder funktionierende

Spülungen. Die Armut ist gross und präsent. Bedrückend. Für mich persönlich waren vier Tage in Havanna zwei zu viel.

Eine wunderschöne, einmalige Naturkulisse bot sich mir bei der nächsten Reisesstation, dem Vinales-Tal. Hier präsentiert sich einem wohl eine der schönsten Seiten von Kuba. Hier kann man den Anblick der farbenfrohen Holzhäuser geniessen, sich mit Zigarren und Rum eindecken und einfach die Ruhe wirken lassen.

Die Ruhe, bevor man in Varadero auf den Massentourismus trifft. Positiv zu werten sind dort die wunderschönen Sandstrände und das traumhafte Meer. Negativ zu werten ist das Angebot in den Hotels. Da fehlt es an Nahrungsmitteln. Die Vielfalt ist begrenzt. So begrenzt, wie auch manche der Touristen.

Ich arbeite nun noch etwas an meiner Bräune. Dann geht es schliesslich entspannt weiter nach Panama – auf zu weiteren Abenteuern.

Jennifer Rissi

*arbeitet als Sekretärin in einer
Anwaltskanzlei und Teilzeit in einer Bar
in St. Gallen. Für «Die Ostschweiz»
schreibt sie über die hiesige Ausgangsszene.*





Roman Schmid, geboren 1969 in Augsburg, lebt seit 1994 in Heiden. Der hauptberufliche Physiotherapeut ist ein leidenschaftlicher Natur- und Reisefotograf. Seit 20 Jahren sucht er den «Magic Moment». Für «Die Ostschweiz» präsentiert er regelmässig einen Einblick in sein Schaffen. Sein aktuelles Vortragsprogramm ist unter www.roman-schmid.com aufgeführt.

Tolerante Bärenmutter

Ich hätte nicht gedacht, dass so ein Foto in freier Wildbahn möglich ist. Drei Wochen bin ich mit einem Guide in der Wildnis von Alaska. Mit einem Buschflieger wurden wir hierher geflogen, nun sind wir allein im Bärenland mit Zelt, Bärenzaun und genug Respekt vor den zahlreichen Grizzlys. Mein Guide verfügt über viel Erfahrung und ist ebenfalls Naturfotograf mit Leib und Seele.

Die Bärenmutter kennt uns nun schon seit ein paar Tagen und toleriert unsere Nähe, anders wäre so ein Foto auch gar nicht möglich. Dennoch ist es nicht ganz ungefährlich, dieses Bild zu machen.

Mein Guide schaut mich danach sehr streng an. Ich habe die Botschaft natürlich verstanden, keine weiteren Worte nötig.





Investiere in Begeisterung.

olma-aktien.ch

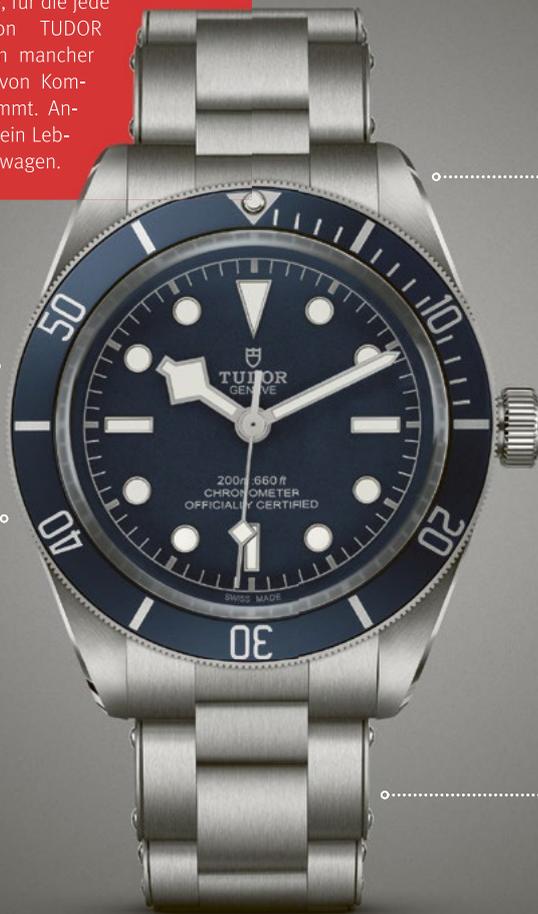
**Jetzt
Olma Aktien
zeichnen!**



TUDOR

#BORN TODARE

Was treibt einen Menschen dazu an, Großartiges zu leisten. Es mit dem Unbekannten aufzunehmen, etwas Neues zu wagen und vor nichts zurückzuschrecken? Es ist die Willenskraft, die auch TUDOR hervorbrachte. Es ist die Energie, für die jede Armbanduhr von TUDOR steht. Das Leben mancher Menschen wird von Kompromissen bestimmt. Andere sind bereit, ein Leben lang etwas zu wagen.



39-Millimeter-Gehäuse
in Edelstahl 316L



„Snowflake“-Zeiger
Ein Markenzeichen
von TUDOR Taucheruhren
seit 1969



Manufakturkaliber
MT5402 mit 70-stündiger
„weekend proof“
Gangreserve, Siliziumfeder
und COSC-Zertifizierung



**Fünffährige, übertragbare
Garantie** ohne Registrierung
oder vorgeschriebene
regelmäßige Wartung

BLACK BAY FIFTY-EIGHT



HUBER