

Yoga für Senioren und Seniorinnen

Sarganserland. – Im Yogakurs der Pro Senectute werden die Teilnehmenden sorgfältig und langsam in die verschiedenen Übungen eingeführt. Der nächste beginnt am 13. August. Mehr Infos gibts online (www.sg.pro-senectute.ch). (pd)

LESERBRIEFE

Grausame Stierhatz in Pamplona

Jedes Jahr fällt mir ein Stein vom Herzen, wenn der 15. Juli anbricht. Dann nämlich ist die unsäglich grausame und unerträgliche Stierhatz in Pamplona (E) wieder vorbei. Während mehreren Tagen werden täglich sechs Stiere durch die engen Gassen der Stadt gehetzt, von «Wagemutigen» und unter dem kreischenden Gejohle eines sensationslüsternen Publikums. Was für eine Schmach für diese Tiere! Und was für eine Schande für diese Menschen! Und dies alles im Namen der katholischen Kirche respektive zu Ehren des hl. Firmin.

Die Stiere haben absolut keine Chance, werden doch alle anschliessend in der Arena auf die bekannte fürchterliche Art langsam zu Tode gequält. Und dann werden die Toreros frenetisch als Helden bejubelt und gefeiert. Was für ein jämmerliches Szenario! Doch für mich sind sie einfach nur kleingeistige und abscheuliche Tierschlächter, denen jegliche Achtung und Ehrfurcht vor diesen lebenden, beseelten Geschöpfen fehlt. Es komme mir ja niemand mit Argumentationen wie «Kultur» oder «Tradition». Traditionen sind unter anderem Gewohnheiten. Und solche sollte oder muss man, wenn sie schlecht sind, unwiderruflich ablegen.

Kultur bedeutet im ursprünglichen Sinn «geistige und seelische Bildung», resp. «Gesamtheit des geistigen und künstlerischen Besitzes eines Volkes». Stierkämpfe jedoch sind von jeder dieser Interpretation um Lichtjahre entfernt!

Der Stierkampf in der in Spanien üblichen Form ist in den meisten Staaten wegen seiner Grausamkeit als Tierquälerei verboten. Stierkämpfer sind nicht mutig, stolz und elegant, sondern feige, unmännlich und erbärmlich, denn ihr Kampf ist unehrlich und ihr Sieg unehrenhaft!

Claudia Alder, Chur

45 Hotdogs in zehn Minuten «verschlungen»

Gibt es tatsächlich nichts Gescheiteres?

Da sind Millionen Menschen – davon ein Grossteil Kinder – am verhungern. Und hier? Aus Jux und Tollerei, aus Langeweile und Geltungsdrang frisst (mit «essen» hat solches Handeln nichts mehr zu tun!) eine Frau 45 Hotdogs in sich hinein, von dem Gedanken besessen, die beste Schlingerin zu sein (zu bleiben).

Gott gab uns einen Kopf, um mit Verstand und Vernunft durch dieses Leben zu gehen. Diese Frau und alle, die an diesem Blödsinn beteiligt waren, haben mit Sicherheit Verstand und Vernunft verloren und sind überreife Fälle für die Psychiatrie.

Pfui, pfui, pfui, auf solch frevelhaftes Tun. Nicht nur in Amerika gibt es Slums und Menschen, die unter dem Nahrungslimit leben müssen. Tollhirnigen Kopfes frisst ein einziger Mensch 45 Hotdogs. Millionen Menschen wären glücklich, auch nur einen halben Hotdog genüsslich verspeisen zu können (in zehn Minuten). Ich denke, irgendwer hat an diesem Spektakel ein gutes Geld verdient.

Bleibt für mich die Frage, wie lange es noch dauert, bis der sadistischste Tier- und Menschenquäler preisgekrönt wird.

Ortrud Frischknecht, Walenstadt

«Therapeut ist das Pferd»

Ein zappeliges Kind, ein körperliches Handicap, eine schwierige Lebenssituation: Therapeutisches Reiten unterstützt Kinder und Erwachsene. Angeboten wird es von Bea Weber in Berschis, die kürzlich die Ausbildung zur Reittherapeutin abgeschlossen hat.

Von Helen Baur-Rigendinger

Berschis. – Ein Mittwochnachmittag in Berschis. Auf dem Reitplatz im Riet ist Halbzeit in der therapeutischen Reitstunde. Der achtjährige Max (Name geändert) steht neben dem Pferd. «Er kann nicht ruhig sitzen, schwatzt ständig», wird der Wildfang von seiner Mutter charakterisiert. Ganz anders das Bild, das sich jetzt bietet. Konzentriert zählt Max die Schritte des Pferdes. Beim Einfädeln der Schnallen am Satteltgurt ist motorisches Geschick gefragt. Kurze Zeit später greift er zum Zügel und macht sich in Begleitung des Pferdes und Bea Weber auf den Weg. «Bis zum Baum dort vorne wir ganz ruhig und merken uns fünf verschiedene Geräusche», fordert diese Max auf. Dieser nickt und blickt das Tier an seiner Seite treuherzig an.

«Pferde haben keine Hintergedanken»

Bea Weber tätschelt der Freiburgerstute liebevoll den Rücken. «Ich setze dort an, wo die Klientin oder der Klient steht», sagt sie. «Eigentlicher Therapeut ist aber das Pferd.» Beim therapeutischen Reiten stehe nicht die reit- oder voltigiersportliche Ausbildung im Vordergrund, sondern die individuelle und ressourcenorientierte Förderung über das Pferd. «Es ist ein besonderes Angebot für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit körperlichen, geistigen oder seelischen Einschränkungen.» Hilft einmal der schwingende Pferderücken beim Entkrampfen, ist es ein andermal die Wärme, Ruhe und Kraft, die an den Reiter weitergegeben werden. Pferde, so die Reittherapeutin, haben keinen Hintergedanken. Sie nehmen das Kind – im aktuellen Fall den Wildfang Max – so an, wie es ist.

Medizinischer Grundberuf ist Voraussetzung

Bea Weber hat schon als Kind in Ställen gemistet und Pferde geputzt. Lie-



Ein lange gehegter Traum ist Wirklichkeit geworden: Bea Weber aus Berschis hat ihre Ausbildung zur diplomierten Reittherapeutin erfolgreich beendet.
Bild Helen Baur-Rigendinger

bend gerne ist auch ausgeritten. Und sie hat geträumt – «von einem Beruf mit Pferden». Lerne was Richtiges, habe es geheissen. Sie entschied sich für den Beruf der Sportartikelverkäuferin. Später liess sie sich zur Krankenpflegerin ausbilden. Als sie Mutter wurde, widmete sie sich in erster Linie ihren drei Kindern. Diese wurden grösser. Der Traum vom Pferdeberuf rückte näher. Sie absolvierte das Reiterbrevet I und II, den Longier- und Handpferdekurs sowie die Ausbildung zur Hippolini-Reitlehrerin. Vor zwei Jahren folgte die Ausbildung zur Reittherapeutin SG-TR, die sie bei der «Schweizer Gruppe Therapeutisches Reiten» im April erfolgreich mit dem Diplom abgeschlossen hat. Voraussetzung ist ein medizinischer Grundberuf.

«Mein Weg in die Selbständigkeit» heisst der Titel ihrer Diplomarbeit. Darin werden die Infrastruktur im Riet (Bodenbeschaffenheit, rollstuhlgängiges Gelände etc.) und der Aufbau der Therapiestunden ebenso thematisiert wie die Wahl der Therapiepferde (Welche sind geeignet? Was müssen sie können?). «Wichtig sind mir die Nähe zur Natur und die artgerechte Tierhaltung», betont Bea Weber. Damit sich die Pferde vom Arbeitsalltag erholen können, werden sie nachts getrennt gehalten.

«Wer einmal erlebt hat, wie unglaublich vertraut Kinder und Erwachsene mit körperlichen und geistigen Einschränkungen mit den Pferden umgehen, ahnt die beruhigende und heilende Wirkung des therapeutischen Reitens», sagt die erfahrene Reiterin. Beispiele gibt es zur Genüge. Sie erinnert an die Person mit einer

Hemiplegie (Halbseitenlähmung), die durch das bewegende Pferd ein Gefühl für ihre Körpermitte entwickelt und die gelähmte Seite bewusster wahrnimmt, das introvertierte, in der Schule gemobbte Kind, das wieder Selbstvertrauen gewinnt und nach einigen Reitstunden auf dem Pferderücken stolz durch die Natur trabt, oder Max, der seinen Bewegungsdrang im Rahmen der Reittherapie ausleben kann.

«Kinder wollen keine Therapie»

«Nur Betroffene können nachvollziehen, was es heisst, ein ADHS-Kind zu begleiten», sagt Bea Weber. Sie selbst hat alle Höhen und Tiefen erlebt – und manchmal beinahe resigniert. Kinder, sagt sie, wollen keine Therapien machen. Sie wollen nicht stillsitzen, keine Fragen beantworten und auch keine Puzzle machen.

Die Reittherapie – «die eigentlich keine Therapie ist» – sei eine Möglichkeit, bei ADHS- und ADS-Kindern Defizite in verschiedenen Bereichen aufzuarbeiten. Gezieltes Führen des Tieres, Reiten und Spiele haben ebenso Platz wie Misten und sich austoben. Kinder werden feinfühlicher, konzentrierter, profitieren in den Bereichen Motorik und Wahrnehmung und lernen mit Emotionen wie Wut, Ärger, Trauer und Freude umzugehen. Ein wichtiger Aspekt ist auch die Natur. Durch den Gang oder das Reiten im Gelände werden die Jahreszeiten und das Wetter bewusst wahrgenommen.

«Es ist immer wieder faszinierend mitzuerleben, wie Kinder Wassertropfen auf Regenhosen und Mähnen bestaunen», freut sich die 41-Jährige.

Erlebnistage in den Ferien

Auf dem Reitplatz im Riet in Berschis ist Sommerzeit nicht Ferienzeit. Die Hippolini-Kurse für Kinder, bei denen mit ausgebildeten Ponys durchdachte und aufeinander aufbauende Spiele mit viel Bewegung durchgeführt werden, laufen ebenso wie die Reitkurse oder das Hausfrauenreiten, das neu für Wiedereinsteigerinnen angeboten wird.

Das Reitlager für Kinder ist bereits ausgebucht. Bei den Erlebnistagen sind hingegen noch freie Plätze vorhanden. «Ich freue mich, mein erworbenes Wissen weiterzugeben», sagt Bea Weber, die nach wie vor im Altersheim Kirchbunte in Flums anpackt. So wie sie ihren Pferden ab und zu eine Auszeit auf einer Weide gönnt, hat auch sie ihre «Tankstellen». «Einmal mit Familie, einmal ohne», gesteht sie lachend. Ist letzteres der Fall, trifft man sie in der freien Natur an – auf einem Spaziergang mit den Hunden oder bei einem Ausritt, wo nur der Hufschlag die Stille durchbricht. So schöpft sie Kraft – Kraft, die sie braucht, um andere zu stärken.

Nähere Informationen unter www.sunnärii.ch. Reittherapien werden je nach Zusatzversicherung von den Krankenkassen übernommen.

2000 Franken zu Gunsten der Spitex gespendet

Die Private Banking Niederlassung der St. Galler Kantonalbank in Bad Ragaz hat bei einem bankinternen Wettbewerb den ersten Preis gewonnen. Den Gewinn von über 2000 Franken spendet sie der Spitex Sarganserland.

Bad Ragaz. – Die Private Banking Niederlassung der St. Galler Kantonalbank in Bad Ragaz bekam als Gewinnerin eines bankinternen Wettbewerbs 2000 Franken Preisgeld, den sie an eine gemeinnützige Organisation spenden darf. Das Private Banking-Team in Bad Ragaz spendet das Geld an die Spitex Sarganserland. Mit dieser Geste will die SGK ihr

regionales und soziales Engagement zeigen und gemeinnützige Organisationen als Partner der ersten Wahl unterstützen.

Den Check übergab Jörg Heinzle, der Leiter Private Banking Bad Ragaz, an Elisabeth Warzinek, der Präsidentin der Spitex Sarganserland. Bei der Übergabe betonte Heinzle: «Unsere Spende ist bei der Spitex gut angelegt». Schliesslich würden die Mitarbeitenden der Spitex Tag für Tag pflegebedürftige Menschen fachlich kompetent, wirksam und wirtschaftlich pflegen und helfen. (pd)

«Unsere Spende ist bei der Spitex gut angelegt»: Jörg Heinzle übergibt Elisabeth Warzinek den Scheck.

