



auf- und abwind ...

Wenn die herbstliche Küche mit allerlei Wildspezialitäten aufwartet, darf auch die süsse Versuchung Vermicelles nicht fehlen. Hergestellt werden Vermicelles aus in Milch gekochten Marroni, püriert und dann mit Butter, Zucker sowie eventuell Kirschen verfeinert.

Marroni galten früher als Brot der Armen. Inzwischen sind sie zu einer wahren Herbstdelikatesse geworden. Allein der Duft von gebratenen Marroni verrät, dass es langsam der kalten Jahreszeit entgegen geht. Marroni punkten in Sachen Gesundheit: Sie enthalten B-Vitamine, welche bei der Bildung von roten Blutkörperchen helfen und das Gehirn unterstützen. Zudem hilft das enthaltene Spurenelement Mangan, den Körper zu entgiften. Da Marroni kaum Fett, jedoch reichlich Ballaststoffe und Stärke enthalten, wirken sie sättigend und gelten als eher kalorienarm. Kastanienmehl bietet sich als Alternative zu herkömmlichem Mehl an, da es glutenfrei ist. Also auf zum nächsten Marronistand – en Guete.

Herzlichst
Erika Stocker

Schule digital – mehr als Bits und Bytes

Eine zeitgemässe Schule muss sich an grossen Veränderungen der Gesellschaft orientieren und ihre Methoden und Inhalte entsprechend anpassen. Mit der Einführung des neuen Lehrplans wurde die digitale Welt und die damit verbundenen Medien in der Volksschule zum Pflichtfach. Von der Basisstufe bis zur Sekundarschule sollen Lernende sogenannte digitale Kompetenzen erwerben.

Der digitale Einfluss auf unsere Lebenswelt ist mit Sicherheit ein Megatrend, welchem sich auch die Schule nicht verschliessen kann. Seit diesem Sommer liefert die AR-Informatik AG (ARI) die digitale Infrastruktur und leistet den technischen Support an der Schule Heiden. Weiter ist eine Strategieguppe bestehend aus Schulkommission, Lehrpersonen und Schulleitung an der Entwicklung eines Medien- und Informatikkonzepts, worin die Schwerpunkte der digitalen Entwicklung an unserer Schule festgehalten werden.

Dabei zeigt sich: Digitalisierung schärft nicht nur den Blick für das Neue, sondern auch für den Wert des Bestehenden. Lehrerinnen und Lehrer werden durch die Digitalisierung nicht überflüssig. Im Gegenteil: Als Fachleute des Lernens, die neu auch digitale Instrumente einsetzen, bleiben sie so wichtig wie eh und je. Entscheidend für die Qualität der Schule Heiden bleibt eine vertrauensvolle Zusammenarbeit zwischen Lehrpersonen, den Lernenden und deren Eltern. Gefragt sind nicht Visionen mit Robotern im Schulzimmer, sondern Zeit und Raum, um Neues auszuprobieren. Wieso sollen die Lernenden nicht einmal auf einfache Weise mit dem Tablet einen Podcast zum Thema «Römer» erstellen, eine digital geführte Schnitzeljagd durch Heiden unternehmen oder ausprobieren, wie ein «BeeBot» (Kleinroboter) zu programmieren ist, damit er einer roten Linie folgt. Dies führt letztlich zu einer neuen Dimension von Unterricht, welche als Bereicherung wahrgenommen wird, ganz im Sinne von Pestalozzi – Kinder lernen, wenn sie etwas tun, und wenn sie darüber nachdenken, wie sie es tun.

Es geht darum, die Digitalisierung als Werkzeug und Thema in der Schule zu integrieren, darüber hinaus aber vor allem auf das zu fokussieren, was die Digitalisierung nicht zu leisten vermag: Lernen als soziales Zusammenspiel von Schülerinnen und Schülern mit ihren Lehrpersonen. *Hans-Peter Hotz*



Kultur

Seite 05

- Der Häädler Jahrmarkt
- Trennender verbindender Bodensee
- Einheimischer Jazz in der Linde
- Die Kunst der Entspannung
- Gedenkfeier für Henry Dunant

Wirtschaft

Seite 11

- Sommer-Lager-Sale von Velos und E-Bikes
- Tierarztpraxis Im Bad: Wir ziehen um
- Apéro-Time Im Glück
- Mehr als nur Fondue

Vereine

Seite 15

- Zirkuszeit auf dem Mond?
- Spielen fürs Gedächtnis
- Frauen-Zmorge in der Stickerei
- Mittagstisch 60+
- Unterhaltungsanlässe des Trachtenchors Heiden

Vermischtes

Seite 15

- Skifahren für Kinder und Jugendliche
- Neue Saison für das Eisfeld
- Clean-Up-Day
- Mutig, stark und selbstbewusst dank Kinderyoga

Sonderwoche der Sek

Bereits zu Beginn des neuen Schuljahres stand Anfang September für die Sekundarschülerinnen und -schüler eine Sonderwoche auf dem Programm. Dabei absolvierte jede Jahrgangsstufe ein eigens für sie vorbereitetes Programm.

Die 1. Sek befasste sich während der sogenannten Einführungswoche mit Themen wie «Lernen lernen», «Bildnerisches Gestalten» oder «Werte». Auch eine eintägige Klassenreise stand auf dem Programm. Die Klassen der 2. Sek verbrachten die Woche im Klassenlager, eine auf dem Bodensee in einem Kanulager und die zweite in Scuol im Engadin.

Die Jugendlichen der 3. Sek beschäftigten sich unter anderem mit

allgemeinbildenden Themen, bildeten sich in Staatskunde der Schweiz weiter, arbeiteten an digitalen Workshops und genossen einen halben Tag mit Schauspieler Andreas Beutler zum Thema «goes – no-goes». Auch Ausflüge standen auf dem Programm, so fuhr man beispielsweise nach Herisau ins Regierungsgebäude, wo uns Regierungsrat Alfred Stricker begrüßte und einen Teil der Führung übernahm. Einige der Schülerinnen und Schüler absolvierten auch Schnuppertage und die Aufnahmeprüfung für die FMS, schliesslich befinden sich die meisten der Jugendlichen mitten in der Berufswahl. **U.M.**



Klassenlager im Engadin

Die Klasse 2A verbrachte das Klassenlager am Ufer des Inn im Weiler Pradella bei Scuol. Viele Aktivitäten liessen die Woche wie im Flug verge-

hen. Ausserdem kochten die Schülerinnen und Schüler selbst und die Menüs schmeckten ausgezeichnet!

Viola Ulreich



Regierungsrat Alfred Stricker begrüßte die 3. Sek im Regierungsgebäude in Herisau



Kajaklager 2019

Die Klasse 2B verbrachte eine erlebnisreiche, sportliche und amüsante Woche am Untersee. Mit den Fahrrädern startete die Gruppe in Heiden und fuhr zum ersten Campingplatz in Reichenau. An den folgenden drei Tagen wurde mit den Kajaks kräftig gepaddelt, die Sonne genossen, im Wasser geplantscht, Volleyball gespielt und das Zelt für die Nacht aufgestellt. Abends be-

reiteten die Kochgruppen auf dem Feuer leckere Abendessen zu, während die Sonne in den leuchtendsten Rottönen unter dem Horizont verschwand. Auch kräftiger Gesang ums Lagerfeuer durfte nicht fehlen. Schlussendlich kam die Klasse am Freitag nach einer letzten, sportlichen Fahrradtour wohlauf wieder in Heiden an. **Selina Frei**



Sonnenuntergang Campingplatz Sandseele, Reichenau



«Die Ersten mit Durchblick» – die Arbeiten aus dem BG-Workshop der 1AB



Schulreise in den Atzmännig

Die Schulreise der 1B führte in den Heimatort ihres Klassenlehrers. Der Schulbus der Gemeinde Wattwil hinauf ins Steintal verkürzte verdankenswerterweise die anschließende Wanderung hoch in Richtung Kreuzegg und dann wieder hinunter in den Atzmännig. Nach ein paar Passagen, die Konzentration verlangten, war der Tweralpispiz, mit 1331 m.ü.M. höchster Punkt, erreicht. Die nicht mehr längste, aber

erste Rodelbahn der Schweiz im Atzmännig war dann «Gaudi pur» für die Schülerinnen und Schüler und Entschädigung für die Anstrengungen der Wanderung. Ausklingen liessen wir den «Kennenlern-Tag» in der Seebadi von Schmerikon. Fast alle wagten sich hinaus aufs Floss im Zürichsee und trotzten den doch schon etwas herbstlichen Wassertemperaturen ... *Marcel Blöchlinger*



Schulreise der Klasse 1A

Am Dienstag, 2. September, durfte die Klasse 1A die bei strahlendem Sonnenschein auf Schulreise gehen. Mit dem Velo fuhren wir von Heiden ins Rheintal, überquerten in Widnau die Grenze nach Österreich und fuhren weiter nach Dornbirn. Hier besuchten wir die Ausstellung «inatura – Natur, Mensch und Technik erleben». Wir entdeckten sehr viel Unbekanntes und lernten einiges über Tiere, Techniken und uns Menschen. Das Wetter an diesem Tag war per-



fekt und die Überraschung des Tages – ein Besuch im Eiscafé – geglückt. Als krönenden Abschluss und als Belohnung des Tages durften sich die Schülerinnen und Schüler zwischen Minigolf und der Badi entscheiden. Beim Minigolf zeigten sie, was in ihnen steckt und in der Badi genossen sie das wunderschöne Wetter im kühlenden Wasser.

Alana Beck



Kinder- und Jugendarbeit Heiden (KJAH)



Rückblick

Jungbürgerfeier Jahrgang 2001

Am Samstag 14. September trafen sich die Hädler Jungbürgerinnen und Jungbürger des Jahrgangs 2001 zur Feier ihrer Volljährigkeit. Der Ansprache durch Gemeindepräsident Gallus Pfister folgte ein Rundgang durch das Rathaus, wo die Ressorts und politischen Entscheidungsprozesse vorgestellt, sowie Ideen und Anliegen der jungen Erwachsenen aufgenommen wurden. Nach dem obligaten Foto auf der Rathaustrampe, spazierte die fröhliche Truppe zur HWB Gürteldesign, um einen individuellen Ledergurt herzustellen. Valesca Montañes und ihr Team verstanden es, die jungen Erwachsenen mit Motivation und Herzblut für ihr Metier zu begeistern. Zum gemütlichen Abendessen war im Bären Heiden gedeckt, wo uns Jessi mit ihrem Team kulinarisch verwöhnte.

Tumbler-Party

Im Anschluss an die Jungbürgerfeier fand die erste Tumbler-Party für über 16-Jährige statt. Über 130 Jugendliche und junge Erwachsene durften begrüsst werden, es mussten sogar zeitweise einige Besucherinnen und Besucher aufgrund der Platzverhältnisse abgewiesen werden. Der Anlass verlief äusserst friedlich und ohne Zwischenfälle. Das OK bedankt sich im Namen aller Besucherinnen und Besucher vor allem auch bei der Nachbarschaft für ihr Verständnis und das Mittragen dieses Anlasses.

BG-Infoanlass

Die interessierten Jugendlichen für die Betriebsgruppe (BG) Jungtreff Chillsuite trafen sich zu einem Infoabend. Die BG bestehend aus 17 Jugendlichen, welche die Sek besuchen. Sie gestaltet partizipativ das Angebot, lanciert Aktivitäten und

initiiert Projekte. Ausserdem übernehmen die Jugendlichen der BG verschiedene Aufgaben während der Trefföffnungszeiten.

In lockerer Atmosphäre konnten sich die neuen Interessentinnen und Interessenten über die Rechte und Pflichten informieren und ihre Fragen und Anliegen wurden von aktiven BG-Jugendlichen beantwortet.

Ausblick

- **Oktober bis März**
Punschpausen/Bewegte Pausen in allen Schulhäusern
- Ferienbetreuung in den Herbstferien (2. Ferienwoche)
- **Freitag, 11. Oktober**
Bungeetrampolin am Jahrmarkt – hinter der Asylturnhalle
- **Samstag, 19. und Sonntag, 20. Oktober**
Outdoorwochenende für Jungs
- **Donnerstag, 31. Oktober**
Halloweenparty in der Chillsuite
- **Donnerstag, 14. November, 19:00 Uhr**
Elternabend für Jugendliche in der Chillsuite
- **Mittwoch, 20. November**
Tag der Kinderrechte – Guetzlibacken
Manuela, Damaris und Simon



HEIDEN

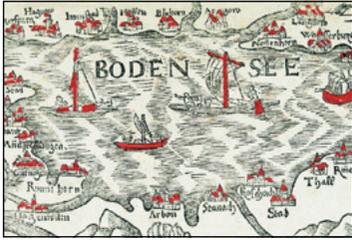
Museum.Heiden

«Sonntags um 5»
Zurück in die Vergangenheit

Die Vortragsreihe 2019 des Museums Heiden



Sonntag, 6. Oktober, 17 Uhr
Atelier Museum Heiden



Trennender verbindender Bodensee

Stefan Sonderegger:

Die Bodenseeregion als Herrschafts-, Wirtschafts- und Kulturraum. Eine fruchtbare Verbindung über Jahrhunderte.

Kostenlos! Spendenkasse Museum.

Sonntag, 3. November, 17 Uhr
Atelier Museum Heiden



Buchlesung: Die Weberbauern

Walter Züst:

Die Vorfahren von der Schlacht am Stoss über Reformation, Landteilung, bis Napoleon, Hungersnöte, Industrialisierung, Textilkrise.

Kostenlos! Spendenkasse Museum.

Immo-Service
Heller**Heller AG**Immo-Service
Tiefenau 6
9410 HeidenTelefon: 071 891 28 28
www.hellerimmobilien.ch

... wenn es um Immobilien geht

Ihr Immobilien-Spezialist im Appenzellerland über dem Bodensee.

Ihr Ansprechpartner mit Fachkompetenz und langjähriger Erfahrung.



**Baulandparzelle mit
schöner Aussicht!**

Rehetobel AR:
Das Grundstück befindet sich am Sonnenberg oberhalb vom Dorfczentrum an Südhanglage mit schönem Ausblick bis zum Alpstein. Ein Projektvorschlag für ein EFH mit Doppelgarage ist vorhanden (Architektur-/Bauverpflichtung).

ca. CHF 1'200'000.00



Gratis wohnen?!

Oberegg AI:
mit vielseitigen Nutzungsmöglichkeiten wie „wohnen und arbeiten unter einem Dach“ oder als „Generationenhaus“. Obwohl Sie gratis wohnen, übersteigen die Einnahmen die Kosten für Fremdkapital und Nebenkosten!
Freistehendes Gebäude mit 2 Garagen / 2 Aussen-PP.

CHF 795'000.00



Mitsglied Schweizerischer Verband der Immobilienwirtschaft

SEK SCHWEIZ Schweizerische Schätzungsexpertenkammer

DORF GARAGE
HEIDEN AG

Für Reparaturen aller Marken ist unser Team bestens geschult – damit der Wert-erhalt Ihres Fahrzeuges hoch bleibt.



Dorf Garage Heiden AG
Hinterbissastrasse 20
9410 Heiden
Tel. 071 891 28 91
www.dorfgarage-heiden.ch
info@dorfgarage-heiden.ch

MALER FAH..

maler-faeh.ch

Im Ried 26, 9034 Eggersriet • Ebni 29, 9035 Grub AR • 077 437 30 47



Jeden Sonntag Langschläfer-Frühstück

Hotel Heiden

★★★★

Erst richtig ausschlafen und dann gemütlich bis 13 Uhr frühstücken.

Reservierungen 071 898 15 15 | info@hotelheiden.ch

multimedia @ Buschor+Dahinden

Bild | Ton | Netzwerk | Internet

Tel 071 891 35 45

Werdstrasse 8 | 9410 Heiden |
www.amedia.ch | info@amedia.ch |

Ihr Servicepartner für:

- alles ums Fernsehen
- Musiksyste-me
- Internet, Netzwerk
- Swisscom und upc



Der Hädler Jahrmarkt ist Tradition

Am **Freitag, 11. Oktober** findet von 09:00 bis 18:00 Uhr der Jahrmarkt statt. An über 100 Marktständen präsentieren die Marktfahrenden ihre Ware. Ob Leckereien, Kleidungsstücke, Taschen, Pflegeprodukte oder vieles mehr, für alle Besucherinnen und Besucher ist sicher etwas Passendes mit dabei. Auch das einheimische Gewerbe und die örtlichen Vereine sind vertreten. Neu wird die Asylturnhalle von Mike's-Pizzateam bewirtschaftet. Weiterhin gibt es Pizzas, aber auch mit Sandwiches, Suppen, Kaffee und Kuchen kann der Hunger gestillt werden.

Lassen Sie sich verwöhnen, geniessen Sie die Jahrmarkt-Atmosphäre und treffen Sie Freunde und Bekannte. Die Marktfahrenden, Schausteller sowie die örtlichen Vereine und die Gemeinde freuen sich auf Ihren Besuch am Hädler Jahrmarkt. **Marianne Thürlemann**

Zum Thema Food Waste

300 kg Lebensmittel werden pro Jahr und Person weggeworfen. Wo und wie Food Waste entsteht, und was man selber dagegen tun kann, erfahren Sie am Stand der Kommission Umweltschutz. **Andreas Naef**

Die Bierquelle lädt ein

Im Festzelt auf dem Vorplatz der Bierquelle wird Spätzli und Gulasch serviert. Exklusiv ist der gleichzeitige Auftritt einer brasilianischen Samba-Tänzerin, und für bodenständige Unterhaltung sorgt die

musikalische Formation «Die Vorderländer». **Peter Eggenberger**

13:30 Uhr: Luftpistolenschiessen

Luftpistolenschiessen wird zur Tradition am Hädler Jahrmarkt. Auch dieses Jahr wird der PSV Heiden seine LUPI-Anlage im Dachgeschoss der Asylturnhalle der Öffentlichkeit zugänglich machen. Sie sind eingeladen, Ihre ruhige Hand und Ihr Geschick mit Luftpistolen zu testen. Dabei stehen Ihnen versierte Schützenmeister mit Rat und Tat zur Seite. Dieses Angebot ist wie immer gratis. **Andreas Moser**

14:00 Uhr: 3. HUGH-Entenrennen

Die 500 Renn-Gummi-Enten werden um 14:00 Uhr in den Gstaldenbach beim Tennisplatz geworfen. Zieleinlauf ist bei der Hans Frischknecht Transport AG am Kohlplatz. Es gibt Hädler-Batzen im Gesamtwert von Fr. 1500 zu gewinnen.

Erhältlich sind die durchnummerierten Renn-Enten-Lose für Fr. 5 bei diversen Detaillisten im Dorf. **tb**

19:30 Uhr: Lehrlingsehrung

Bereits ist die Lehrlingsehrung fester Bestandteil am Jahrmarkt. Der Handwerker- und Gewerbeverein Heiden (HUGH) ehrt um 19:30 Uhr in der Asylturnhalle die Lehrabschlussgängerinnen und -gänger, die ihre Lehre in einem ortsansässigen Lehrbetrieb absolviert haben. Sie erhalten ein Diplom und Hädler-Batzen. **tb**

Ein Besuch lohnt sich

Der erste Schrei

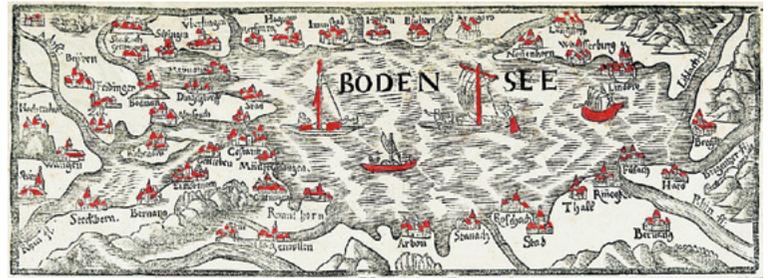
Das Appenzeller Forum alsam und die Frauenklinik Heiden präsentieren den berührenden Dokumentarfilm «Der erste Schrei» am **Donnerstag, 3. Oktober** um 19:30 Uhr im Kino Rosental. Mit beeindruckenden Bildern widmet sich der Regisseur Gilles de Maistre dem ergreifenden Wunder des Lebens. Sensibel porträtiert er schwangere Frauen unterschiedlicher Länder und Kulturen und fängt den immer wieder überwältigenden Moment der Geburt ein, sei es auf einer modernen Entbindungsstation, im privaten Wohnzimmer, im Delphinbecken, einer Wellblechhütte oder in der nächtlichen Kälte der Wüste. Madeleine Grüninger, Leiterin Hebammen-Team der Frauen-

klinik Heiden, ist vor Ort, wird von ihren Erfahrungen berichten und für Fragen zur Verfügung stehen.

Das Spital Heiden offeriert im Anschluss an den Film einen Apéro – alsam willkommen! Tickets sind an der Abendkasse erhältlich. Infos: www.alsam.ch. **Aline Feichtinger**

Bitte beachten

Der nächste aufwind erscheint am **Mittwoch, 6. November**
Redaktionsschluss
ist am **Freitag, 18. Oktober**



Trennender verbindender Bodensee

Die neue Vortragsreihe «Sonntags stösst auf grosses Interesse. Grund, über die Wintermonate eine zweite Staffel anzubieten.

Kommenden **Sonntag, 6. Oktober**, weitet sich um 17:00 Uhr im Museum der geografische Horizont: «Trennender verbindender Bodenseeraum». Stefan Sonderegger zeigt in seinem Vortrag auf, wie der Bodensee als zentral im Herzen Europas

gelegenes Gewässer zum Jahrhunderte alten Kultur- und Wirtschaftsraum wird. Die Städte und Regionen im Bodenseeraum verbinden lange Beziehungen, die historisch betrachtet in herrschaftliche, wirtschaftliche und kulturelle Verbindungen gegliedert werden können. Lange Phasen enger Zusammenarbeit und kulturellen Transfers sind das Ergebnis.

Andres Stehli

Einheimischer Jazz im Lindensaal

Seit einiger Zeit finden im Lindensaal Jazz-Jam-Sessions statt. Die Lindenblüten des Hotel Linde organisieren nun am **Samstag, 19. Oktober** um 20:00 Uhr ein Einzel-Jazz-Konzert mit dem teils einheimischen Nicole Durrer Quartett: Jazz mit Heimatverbundenheit. Dass sich

auch Schwyzerdütsch als Jazzidiom eignet, wird bei Nicole Durrer offensichtlich. Es ist ein sehr feines Repertoire mit aussergewöhnlichen Musikern.

Eintritt: Fr. 25. Ab 18:00 Uhr gibt es ausserdem ein 3-Gang-Kultur-Menü für Fr. 35. **Edi Thurnheer**

Innere Ruhe mit «The Work»

Der einzige Schweizer Grossevent 2019 mit «The Work» findet bei uns statt: Beim alsam FESTIV vom **Freitag, 25. bis Sonntag, 27. Oktober** lernen Sie die weltweit gefragte Coaching-Methode «The Work of Byron Katie» mit Colette Grünbaum und Margrit Hardegger im Kursaal kennen. Die Referate und praktischen Übungen führen dazu, bei der Anwendung der vier einfachen

Fragen von «The Work» den Verstand immer konsequenter ruhen zu lassen und aufmerksam den Antworten des Herzens zu lauschen. So beginnen sich die Nebel im eigenen Inneren zu lichten und Sie begegnen Herausforderungen im Familienleben oder Stresssituationen im Berufsalltag zunehmend mit Ruhe und Gelassenheit. Infos und Tickets: www.alsam.ch. **Aline Feichtinger**





Gasthaus Bären

Obereggerstrasse 48, 9410 Heiden 078 772 11 36

Oktober ist Wild-Saison

Wild-Spezialitäten
&
Wild auf dem Heissen Stein

der Bären empfiehlt sich für Ihr Familien- und Firmenessen

Jessica & Team freut sich auf Ihren Besuch

Ihr Fachgeschäft für saubere, schnelle und zuverlässige Qualitätsarbeit.

NEU auch Beschriftungen & Textildruck



Gloor Sonderegger GmbH
Malerhandwerk

Autoschriftzug
Schaufenster
Wandtattoo
Textildruck uvm.
Bei Fragen stehen wir gerne zur Verfügung.

Büro 071 891 10 56
info@gloor-sonderegger.ch
www.gloor-sonderegger.ch

Wir suchen:

- für Papis Auto eine Garage
- für Mamis Seelenfrieden eine ruhige & zentrale Wohnlage
- für mich einen Garten mit Trampolin
- für meine Schwester ein eigenes Zimmer

Kurz: in den kommenden 2-3 Jahren ein Haus mit mindestens 6 1/2 Zimmern zu einem vernünftigen Preis. Gerne renovationsbedürftig, da unser Papi Schreiner ist.

Familie Brülisauer - Graf 078 443 97 13

Der neue Opel

COMBO LIFE



1- bis 1,4-Liter-Kategorie
1,2-Liter-Dreizylinder-Turbo (Group PSA)
Engine Technology International:
www.ukimediaevents.com/engineoftheyear



DIE ZUKUNFT GEHÖRT ALLEN

Zil-Garage St. Gallen AG

9016 St. Gallen, 071 282 30 40, www.zil-garage.ch

Langmoos-Garage

9404 Rorschacherberg, 071 855 40 42, www.schawalder.opel.ch

Mühlegg - Garage

9000 St. Gallen, 071 222 75 92, www.muehlegg-garage.ch



Wildsaupeffer oder Hirschgschnetzlets

Vom Freitag 04. Oktober bis Sonntag, 06. Oktober 2019 im «Stationli» Schwendi bi Heiden

dezu servieret mer Spätzli, Rotchrut, Röslichohl, Marroni und Birne Mirza

Es hät so langs hät ...
Uf Euren Bsuech freut sich Stationliteam
En Guete

Am Freitag ab 16.00 Uhr
Am Samstag und Sonntag ab 11.00 Uhr

Reservazione unter:
071 891 12 52 oder

gaby-hafner@bluewin.ch

Nacht-Taxi noch Heiden, Rorschach und Umgebog ab 2200 Uhr



STURZENEGGER AUTOMOBILE Heiden



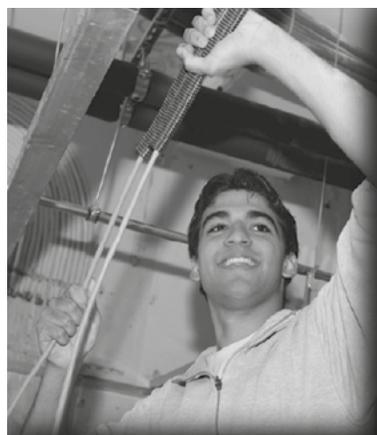
Bahnhofstrasse 9 | 9410 Heiden
T 071 891 35 35 | www.sturzenegger-automobile.ch

- Offizieller FIAT-Service
- Verkauf von Neuwagen & Occasionen
- Reparaturen aller Marken



Wir freuen uns auf Sie!

IHR FAHRZEUGSPEZIALIST IN HEIDEN



Auch dank Ihren Aufträgen hat unsere Jugend eine berufliche Zukunft.



EWH

Kompetenz vor Ort

www.ewheiden.ch

Elektro • Telematik • Energie • Shop



Cirque de Pic – der legendäre Clown kommt ins Kino

Der international bekannte und erfolgreiche Schweizer Clown Pic kommt am **Samstag, 26. Oktober** um 17:15 Uhr ins Kino. Der renommierte Regisseur Thomas Ott hat ihm ein Denkmal in Form eines Porträtfilms über seine bewegte Karriere errichtet. Anschliessend Diskussion

mit Thomas Ott und Richard Hirzel alias Pic.

Die berühmte Seifenblasennummer und weitere Pic-Klassiker sind in «Cirque de Pic» ungeschnitten zu sehen; sie bilden das Herzstück des Films. **Astrid Mucha**

Wim Hof Methode im Appenzeller Heilbad

Mit Helena Hefti Wenger lernen Sie vom **Sonntag, 27. bis Dienstag, 29. Oktober** das beglückende Atem- und Kältetraining genussvoll in der Appenzeller Landschaft kennen: Sie führt Sie in die Atemtechnik und in das Mentaltraining ein, während Sie lernen, Widerstände gegen die Kälte loszulassen und ihr mit entspanntem Körper und einem ruhigen Geist zu begegnen. Die Wim Hof Methode ist ein beglückendes Erlebnis und ein

nachhaltiges «Werkzeug» für Ihren Alltag. In beruflichen Stresssituationen und in privaten Herausforderungen werden Sie zukünftig auf die Methode zurückgreifen und sich bestimmt besser fokussieren können. Das Programm wird durch Yoga ergänzt, das die Häädlerin Nadia Baumann leitet. Infos und Tickets: www.alsam.ch. **Aline Feichtinger**

Gedenkfeier für Henry Dunant mit Fackelmarsch und Läuten der Friedensglocke

Am 30. Oktober 1910 starb Henry Dunant 82-jährig im Bezirkskrankenhaus Heiden. In Gedenken an den Rotkreuzgründer und Initiator der Genfer Konventionen bewegt sich am **Mittwoch, 30. Oktober** um 18:30 Uhr nach dem Läuten der Friedensglocke beim Henry-Dunant-Museum der Fackelmarsch mit Kirchengeläut zum Dunant-Denkmal. Nachdem in den letzten Jahren vor allem Personen aus dem politischen Leben oder Rotkreuz-Verantwortliche zum Wort kamen, hält am 109. Todestag von Henry Dunant Usama Al Shahmani die Gedenkrede. Usama Al Shahmani, geb. 1971 in Bagdad, hat arabische Sprache und

moderne arabische Literatur studiert, er publizierte drei Bücher über arabische Literatur, bevor er 2002 als Flüchtling in die Schweiz kam. Er arbeitet heute als Dolmetscher und Kulturvermittler und übersetzt ins Arabische, unter anderem «Fräulein Stark» von Thomas Hürlimann, «Der Islam» von Peter Heine und «Über die Religion» von Friedrich Schleiermacher.

Im Kursaal findet wie immer ein gemütliches Beisammensein bei Gerstensuppe und Brot statt. Der Anlass ist öffentlich, die Teilnahme kostenlos. **Norbert Näf**

Die Kunst der Entspannung mit Swami Mukti

Swami Mukti aus Neuseeland startet am **Sonntag, 3. November** um 17:00 Uhr mit einem öffentlichen Referat (Kollekte) im ev. Kirchgemeindehaus. Von **Montag, 4. bis Mittwoch, 6. November** geht es praxisnah weiter: Swami Mukti führt die Gruppe in den sogenannten bewussten Schlaf. Auf der Grenzlinie zwischen Wachsein und Schlaf durchlaufen wir alle regenerativen Phasen einer idealen Nachtruhe in nur 30 Minuten. Dadurch können

sich physische, mentale und emotionale Spannungen systematisch auflösen. Darauf aufbauend hilft Meditation, den Raum zwischen einer Wahrnehmung, den Gedanken und den gewohnten Reaktionen zu weiten. So erleben die Gäste ihren Handlungsspielraum plötzlich grösser, freier und mit mehr Gelassenheit. Infos und Tickets: www.alsam.ch. **Aline Feichtinger**



Walter Züst: Die Weberbauern

Am **Sonntag, 3. November** stellt Walter Züst um 17:00 Uhr im Museum seinen neusten historischen Roman vor: «Die Weberbauern». Er erzählt darin die Geschichte seiner Vorfahren im Weiler Bethenrüti – beginnend mit der Schlacht am Stoss über die Entdeckung Amerikas, die Reformation, Landteilung, Napoleon, Hungersnöte und Pest bis hin zur Industrialisierung und dem Niedergang der Ostschweizer Textil-

industrie. Familiengeschichte über 600 Jahre!

Geplant war dieses Zeitzeugnis nach Züsts siebtem Roman «Die Biologin» von 2011 eigentlich nicht. Die Weberbauern sind gleichsam zum Resümee der langjährigen schriftstellerischen und historischen Tätigkeit des 87-jährigen geworden.

Andres Stehli

Struktur-Aufbrechen-Einbinden

Ich, Verena Studer, bin in Urnäsch aufgewachsen. Durch die malerische Verarbeitung einer schweren Krankheit fand ich zur intuitiven Prozessmalerei. Verhärtete Strukturen aufbrechen und neu integrieren waren Teil meiner Arbeit als Körperpsychotherapeutin.

Hinter verhärteten Strukturen werden schwierige Lebensprozesse sowie Schönheit und Echtheit sichtbar, diese versuche ich mit verschiedenen Materialien wie Marmor, Sumpfkalk, Sand, Asche, Pigmenten und Farben zum Ausdruck zu bringen.

Sumpfkalk mit anderen Strukturmassen in Spannung zu setzen fordert mich heraus. Zusammen mit Pigmenten, Beizen und Tusch entstehen unerwartete Bilder, Momentaufnahmen. Dieser meditative Prozess, indem Unsichtbares sichtbar wird, inspiriert mich immer wieder.

Die Ausstellung dauert noch **bis 29. Dezember** und ist täglich von 08:00 bis 20:00 Uhr in den öffentlichen Räumen der Klinik Am Rosenberg frei zugänglich. **Verena Studer**

Zusatzfahrten auf der Linie Heiden–Wald–Trogen

Die Linie 80.230 Heiden–Wald–Trogen soll aufgrund starker Frequenzen (insbesondere wegen der Schüler und Pendler) von Montag bis Freitag am Morgen und Abend verdichtet werden. Aus diesem Grund sollen auf den Fahrplanwechsel im Dezember 2019 Zusatzkurse eingeführt werden. Diese würden im öV-Gemeindeschlüssel zusätzliche Abfahrten auslösen, die bezogen auf die an der Linie beteiligten Gemeinden jährlich wiederkehrende Zusatzkosten zur Folge haben, für Heiden Fr. 3000.

Der Gemeinderat stimmt dem Antrag zu und hofft, dass auch die weiteren beteiligten Gemeinden bereit sind, diese Investition zu tätigen.



Fit4job am Clean-Up-Day

Bitte beachten

Mittwoch, 2.

17:00 Uhr

Unentgeltliche Rechtsauskunft

Gemeindehaus

Dienstag, 15.

ganzer Tag

Altmetallsammlung

Gemeindegebiet

Freitag, 18.

abends

Redaktionsschluss aufwind November

estocker@bluemail.ch

Samstag, 19.

ganzer Tag

Papiersammlung

Gemeindegebiet

Dienstag, 29.

19:30 Uhr

Öffentliche Orientierungsversammlung: Voranschlag 2020 Zentrumsentwicklung

Kursaal

Dunant-Museum im Aufbruch

Das Henry-Dunant-Museum ist in den letzten 20 Jahren zu einem wichtigen touristischen Leistungsträger in Heiden geworden. Vor allem Gruppenreisende, die im Dunant-Museum Führungen erleben, generieren zusätzliche Umsätze für Hotellerie und Gastgewerbe in Heiden. Dank vielfältigen Veranstaltungen und Publikationen zu den Werten des berühmtesten Hädler Einwohners Henry Dunants – Frieden, Humanität, Solidarität und Zivilcourage – können wir immer wieder verschiedene Menschen aus Nah und Fern begeistern.

Die gegenwärtige Dauerausstellung des Henry-Dunant-Museums genügt den Ansprüchen an ein zeitgemässes Ausstellungshaus und einen modernen Museumsbetrieb nicht mehr. Die räumlichen Gegebenheiten schränken zudem die Möglichkeiten für Veranstaltungen und Sonderausstellungen, die ein wiederkehrendes Publikum garantieren, stark ein. Der Vorstand des Henry-Dunant-Museum hat deshalb entschieden, die Dauerausstellung zu erneuern. Dieser Prozess wird als Chance genutzt, das aktuelle Profil und das Raumkonzept des Museums zu überdenken, neue Formate zu entwickeln und den Betrieb weiter zu professionalisieren.

Die Neupositionierung des Henry-Dunant-Museums ist auch für die Gemeinde eine grosse Chance. Nadine Schneider und Kaba Rössler verstehen Heiden als urbanen Ort mit beeindruckender Geschichte, guter Infrastruktur und grossem Zukunftspotenzial. Der Gemeinderat sichert der Neupositionierung seine finanzielle Unterstützung mit einem Betrag von Fr. 40'000 zu Lasten des Johanna-Oppliger-Fonds zu.

Grossartiger Event wird unterstützt

Das nächste «heiden festival» findet an Pfingsten 2020, vom **30. Mai bis 1. Juni** statt und wird im ähnlichen Rahmen, wie in den vergangenen Jahren durchgeführt. Vieles hat sich im Laufe der Jahre verändert, doch wie es scheint, hat sich das Festival etabliert. Aufgrund der tollen Feedbacks, der ausgezeichneten Infrastruktur in Heiden und weil von Beginn weg zumindest fünf Durchführungen geplant waren, wird das OK um Max Frischknecht auch nächstes Jahr ein «heiden festival» durchführen. Der Gemeinderat unterstützt das Festival 2020 mit einem Beitrag von Fr. 15'000.

Gestaltungsrichtlinien und Empfehlungen Aussenräume

Seit einigen Jahren werden Steingärten und Sichtschutzwände in den privaten Gärten immer beliebter. In unserer Gegend sind solche Bauten untypisch und passen nicht zum Ortsbild. Die Gemeinde hat Grundlagen erlassen, mit denen der um sich greifende Wildwuchs solcher Anlagen kontrolliert und gesteuert werden kann. Um eine gängige Bewilligungspraxis zu entwickeln und die Grundeigentümer kompetent und stringent beraten zu können, hat die Kommission Bau und Planung Gestaltungsrichtlinien erarbeitet. Diese sollen als verbindliche Richtschnur im Bewilligungsverfahren dienen.

Kantons- oder gar schweizweit nimmt Heiden dadurch eine Vorreiterrolle ein. Bereits interessieren sich Presse, Gärtner und Landschaftsarchitekten und deren Verbände für die Richtlinien. Das Echo ist durchwegs sehr positiv. Die Richtlinien stützen sich auf die entsprechenden kantonalen Broschüren Bauen ausserhalb Bauzone und Innentwicklung im Siedlungsgebiet.

Die Richtlinien werden zukünftig der Baubewilligung beigelegt und auf www.heiden.ch veröffentlicht.

Gemeinsamer Weg für Projekte im Zentrum

Der Masterplan Zentrumsentwicklung ist fertig

Nach einjähriger Planung ist der Masterplan für Heidens Zentrumsentwicklung fertig. Damit steht dem Gemeinderat ein Instrument zur Verfügung, um seine Planungsstrategie sowie Abhängigkeiten konkreter Projekte übersichtlich und transparent darzustellen. Am **Dienstag, 29. Oktober** wird er an der öffentlichen Orientierungsversammlung präsentiert.

Seine Themen wurden breit und rege diskutiert, seine Inhalte mit Fokus auf Transparenz festgelegt, nun ist er einsatzbereit: der Masterplan Zentrumsentwicklung Heiden. In einem Übersichtsplan sind laufende und geplante Massnahmen in den Bereichen Bebauungsstruktur, Freiraum und Verkehr dargestellt; Detailbeschreibungen der konkreten Projekte zeigen Abhängigkeiten und legen Verantwortlichkeiten, Termine und Kosten offen. Die Inhalte werden laufend fortgeschrieben und aktualisiert.

Ein Masterplan – ganz praktisch

Insgesamt 28 Projekte in acht Interventionsräumen sind auf dem Übersichtsplan verortet, der auch online unter www.zentrumsentwicklung-heiden.com als interaktive Karte verfügbar ist. Ab Ende Oktober sind dort sogenannte Massnahmenblätter hinterlegt, in denen ausführliche Informationen zu jedem Projekt einsehbar sind – konkret, detailliert und transparent.

Die Erarbeitung des Masterplans hat gezeigt: Zu den dringendsten Projekten gehören eine Lösung für die Parkierung im Ortszentrum, für die zeitnah ein Parkraumkonzept erstellt werden soll, sowie die Verlegung des Bushofs an den Bahnhof, infolge derer der Kirchplatz umge-

staltet wird. Für die Abstimmung über den neuen Bushof im Frühjahr/Sommer 2020 wird die Gemeinde aufzeigen, was der Umbau des Bahnhofs bedeuten würde und wie der Kirchplatz neu genutzt werden könnte.

Gemeinsam zu einer soliden Basis

Die Zentrumsentwicklung betrifft alle, Bewohnerinnen und Bewohner ebenso wie Gäste des Orts. Der Projektgruppe war deshalb die Sicht der Bevölkerung äusserst wichtig. Im Rahmen von zwei Echoräumen brachten direkt Betroffene ihre Anliegen und Bedürfnisse ein und diskutierten den Entwurf des Masterplans mit den Experten. Auch öffentliche Orientierungsveranstaltungen sowie die eigens entworfene Webseite zur Zentrumsentwicklung bieten Plattformen, sich regelmässig über den Stand der Planung zu informieren und Stellung zu nehmen.

Als strategisches Instrument für die Gemeinde dient der Masterplan den zuständigen Behörden als Orientierungs- und Entscheidungshilfe bei Planungsfragen. Regelmässig wird der Gemeinderat Standortbestimmungen durchführen und die Prioritäten der im Masterplan enthaltenen Teilprojekte überprüfen. Die Gesamtverantwortung liegt bei der Leitung Bau und Planung.

Lassen Sie sich den Masterplan erklären

Am 29. Oktober stellt die Projektgruppe den fertigen Masterplan vor. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen, sich im Kursaal über die Gesamtplanung zu informieren und sich einen Überblick über die vielfältigen Einzelmassnahmen zu verschaffen.

Die Projektgruppe dankt allen, die sich an der Entwicklung des Master-

plans beteiligt haben, herzlich für ihr grosses Engagement und die konstruktiven Beiträge. Sie haben massgeblich zur Entwicklung dieses umfassenden Planwerks beigetragen. Nach Genehmigung durch den Gemeinderat, voraussichtlich am 22. Oktober, ist der Masterplan nicht nur Grundlage für die kommunale Richt- und Ortsplanung – er ist ausserdem entscheidend für eine potenzielle erneute Bewerbung um den Wakkerpreis.

Handänderungen August

Daniel Wachter, Heiden (Erwerb 11.4.1962, 29.7.1966) an Dimitri Vladimir Wachter, Heiden, Liegenschaft Nr. 1404, 798 m² Grundstücksfläche, Garagengebäude Nr. 1528, Wohnhaus mit Anbau Nr. 1175, Nordstrasse.

Max Alois Inauen, Heiden (Erwerb 15.12.1986, 6.7.1995) an CiLa Immobilien AG, Wittenbach SG, Stockwerkeigentum Nr. 5054, ^{750/1000} Miteigentum an Liegenschaft Nr. 244, Poststrasse, und Stockwerkeigentum Nr. 5055, ^{250/1000} Miteigentum an Liegenschaft Nr. 244, Poststrasse.

Erbengemeinschaft Mösli Hedwig (Erwerb 11.6.2018) an Christina Margrit Germann, St.Gallen, Liegenschaft Nr. 112, 309 m² Grundstücksfläche, Wohnhaus Nr. 770, Oberes Werd.

Elsbeth Spichtig, Heiden (Erwerb 29.4.1998, 9.12.1999) an Markus Spichtig und Anita Verena Spichtig, Heiden, zu je $\frac{1}{2}$ Miteigentum, Liegenschaft Nr. 366, 1047 m² Grundstücksfläche, Wohnhaus mit Gewerbe Nr. 716, Einstellhalle Nr. 717, Werdstrasse.

Geburten

- **Kiano Bollhalder**, geboren am 8. August, Sohn des Fabian und der Marion Bollhalder, geb. Breu
- **Francisco Teixeira Tavares**, geboren am 4. September, Sohn des Nuno Filipe Severino Tavares und der Ana Sofia Teixeira Filipe Tavares

Eheschliessung

- **Marco Paul** und **Nathalie Maria Mauchle**, geb. Mazzola

Todesfälle

- **Margaretha Wittwer Brunner**, geb. Wittwer, geb. 1940, gestorben am 29. August in Herisau
- **Herbert Johann Urben**, geb. 1938, gestorben am 11. September in Rehetobel
- **Josef Otto Graf**, geb. 1926, gestorben am 18. September in Heiden

Gratulation

zum 85. Geburtstag

- **Hans Keller**, Hasenbühlstrasse 15 (31. Oktober)

zum 80. Geburtstag

- **Ernst Weber**, Täschenstrasse 11 (6. Oktober)

Zivilstandsnachrichten

Geburtstage

Asylwesen bei uns im Kanton

Sobald eine Person in der Schweiz ein Asylgesuch stellt, beginnt das nationale Asylverfahren. Für die Prüfung der Gesuche ist ausschliesslich das Staatssekretariat für Migration zuständig. Seit dem 1. März 2019 ist das neue Asylverfahren in Kraft, was sich geändert?

Max Eugster, Asylkoordinator des Kantons, erklärt uns am **Donnerstag, 17. Oktober** um 19:00 Uhr im

Hotel Linde die kantonalen Abläufe und Zuständigkeiten und informiert über die verschiedenen Aufenthaltskategorien mit ihren spezifischen Auswirkungen auf das Wohnen und Arbeiten. Anschliessend können Sie gerne Fragen stellen. **Brigitt Mettler**



Die Jungbürgerfeier (Jg 2011) fand am Samstag, 14. September statt

Leiden Sie unter *Krampfadern – Kniearthrose – Abszess – Bluterguss – Bluthochdruck – Tinnitus – Schulter-/Nackenschmerzen – Ischias – Hexenschuss – Verstauchung – Bakerzyste – ... – ... – oder an etwas anderem?*

Die **Blutegel-Therapie**

lindert Schmerzen, fördert die Durchblutung, hemmt Entzündungen, stärkt das Immunsystem, entwässert und entgiftet.

Lassen Sie sich über die verschiedenen Anwendungsmöglichkeiten in meiner Praxis informieren! **Vereinbaren Sie gleich einen Termin für Ihr Vorgespräch oder kommen Sie an den nächsten Info-Abend am**

DO, 17. Oktober 2019, 19.30

Anmeldung: info@praxishoffmann.ch Tel: 071 888 87 86

Dauer: ca. 90 Min., Platzzahl ist beschränkt!! Eintritt Fr. 25.-

weitere Daten: 14.11.19, erst wieder 13.02.20, 12.03.20,... Mit Zusatzversicherung Krankenkassen anerkannt!!

Renata Hoffmann – Kronenwiese 1319 – 9427 Wolfhalden AR



Naturheilpraxis
Renata Hoffmann

Die starke Alternative

Wählen Sie am 20. Oktober

Jennifer Abderhalden
in den Nationalrat

FDP
Die Liberalen
Appenzell Aargauisch
Appenzell Aussersideren

BULLET JANE
- FÜNF RÖCKE FÜR EIN HALLELUJA -

Theaterverein **hoistock**

FREITAG 15. NOVEMBER **SAMSTAG 16. NOVEMBER**
20.00 UHR TURNHALLE NIDEREN, TROGEN

SPECIAL GUEST: **les papillons**

WWW.HOISTOCK.CH

RAIFFEISEN MIGROS die Mobilbar Appenzell Aussersideren KURZSCHUSS

Willi Jenni

Autospenglerei & Spritzwerk AG



**Abschleppdienst
Tag und Nacht**

Ebni 537
9035 Grub AR

T 071 891 15 84
M 079 437 47 26

info@willi-jenni.ch
www.willi-jenni.ch



Schnäpli-Markt:

Occasionen bereits ab Fr. 50.-

Velo Center Heiden
Inh. D. Kerber
Kohlplatz 2, 9410 Heiden
Tel. 071 891 22 19
www.velocenterheiden.ch
info@velocenterheiden.ch

**Ab SOFORT
grosser End-
Sommer-Sale!**

☞ schauen
☞ fühlen
☞ testen

10 bis 50% Rabatt
auf alle Velos und E-Bikes im Showroom

**Gratis
Velo-Abholung**
(bei Service-Auftrag –
im Umkreis von 10 km)
Velo-Service
Fr. 98.-

Öffnungszeiten Di – Fr 9 – 12 und 14 – 18 Uhr
Sa 9 – 13 Uhr

Neues über «heiden festival 2020»

Die Planung macht grosse Fortschritte! Die wichtigsten Engagements sind getätigt und das OK freut sich, dass das Programm im kommenden Jahr nochmals vielfältiger und hochkarätiger wird. Erstmals findet das Festival an Pfingsten statt und dauert drei volle Tage.

Ganz grundsätzlich wird am bewährten Format nur wenig geändert. Musikgeniesser wie Tänzer werden verwöhnt werden und selbst die Kinder kommen mit Andrew Bond in den Genuss eines Superstars.

Als Appetitmacher hier einige wenige Namen der bereits fest verpflichteten Bands: Richard Galliano, ein Weltstar aus Frankreich, «The

Naghash Ensemble» aus Armenien, Schweizer Grössen wie Pippo Pollina oder «La Triada» mit Corin Curschellas und aus der Region Goran Kovacevic mit dem Appenzeller Echo.

Das gratis Neujahrskonzert in der ev. Kirche bestreitet «Jütz», ein Ensemble, das je zur Hälfte aus der Schweiz und aus dem Tirol stammt, und dem es heisst, dass es die gesamtalpine Folklore kopfüber in den Rahmen einer ungenierten, alle Sinne beanspruchenden Klangkonferenz stellt.

Infos: www.heiden-festival.ch. Übrigens ist ab sofort der Vorverkauf für das Festival eröffnet. Frühbücher erhalten einen Rabatt. **Peter Widmer**

Schweizer Erzählnacht

Am **Samstag, 8. November** findet in der ganzen Schweiz wiederum die Erzählnacht statt. In diesem Jahr ist sie inspiriert vom 30-Jahr-Jubiläum der UN-Kinderrechtskonvention und lautet: «Wir haben auch Rechte!»

Ab 19:00 Uhr begrüßen wir im Kinosaal die Fachanwältin SAV für Familienrecht Franciska Hildebrand. Sie wird einen kurzen Überblick über die UN-Kinderrechtskonvention geben und von ihrer Arbeit als Kinderanwältin erzählen. Danach wird der Kinofilm «Astrid» über das Leben

der jungen Astrid Lindgren gezeigt. Astrid wird 18-jährig schwanger. Der Vater des Kindes ist aber bereits verheiratet und so fühlt sich die junge Astrid gezwungen, ihr Kind heimlich zur Welt zu bringen und bei einer Pflegemutter in Obhut zu geben. Erst Jahre später beginnt sie, ihre berühmten Kinderbücher zu schreiben. Niemals Gewalt! So lautete die Botschaft der Rede, die Astrid Lindgren vor rund 40 Jahren anlässlich des Friedenspreises des Deutschen Buchhandels hielt. **Miriam Hauschild**

O solo io – Martin O. im Kursaal

Martin O. wird am **Freitag, 15. November** um 20:00 Uhr von einem wohltemperierten E-Piano, einer fünfsaitigen Violine und natürlich auch von seinem treuen Kompagnon, dem originalen Loop-Symphonium, begleitet. Und er hat – hungrig auf neue musikalische Expeditionen – ein ganzes Orchester und diverse Bands unterschiedlichster Stilrichtungen verschluckt. Mit Schalk und Charme entführt er das Publikum auf eine faszinierend vielschichtige und vielfältige Reise: mit dem Zug an ein Meer der Klänge. Hinauf auf Berge aus unendlich vielen übereinander-geschichteten Tönen. Und von dort auf dem fliegenden Soundteppich zurück aufs heimische Sofa.

Tickets (Fr. 48/38) sind erhältlich bei der Tourist Information, an der Abendkasse oder unter www.ticketino.com. **tb**



Martin O.'s «O solo io» bietet fein- und hintersinnigen Humor mit überraschenden, spontanen Aktionen zum Spielort und mit dem Publikum

Tickets zu gewinnen

aufwind verlost 2x2 Tickets. Einfach eine E-Mail mit dem Betreff «Martin O. – *aufwind*» an wettbewerb@kurvereinheiden.ch senden und mit etwas Glück gewinnen. Einsendeschluss ist am 18. Oktober. Die Tickets sind an der Abendkasse im Kursaal (ab 19:30 Uhr) abzuholen.

Migros-Neubau wird auch ein Kraftwerk

Der Migros-Ladenneubau in Heiden ist auf Kurs. Das Bauwerk dient zugleich als Kraftwerk, wird doch die integrierte Photovoltaik-Anlage über den Eigenbedarf hinaus saubere Elektrizität produzieren.

«Der Rauminhalt des eine Tiefgarage und ein Ladengeschoss aufweisenden Neubaus beträgt 16'200 m³», sagt Projekt- und Bauleiter Adrian Baumgartner vom planenden Architekturbüro Alex Buob AG, Heiden/Rorschacherberg. «Die Länge beträgt 74, die Breite 35 und die Höhe 9

Meter. Weitere Parkierungsmöglichkeiten entstehen am Platze des jetzigen Zeltladens.»

Für die Energie produzierende Photovoltaik-Anlage wird nebst dem Dach auch ein Teil der Fassaden verwendet. Die jetzt einsetzende Gestaltung des Ladeninnerns erfolgt in Holzelement-Bauweise. Die Eröffnung des neuen Einkaufszentrums ist in der zweiten Novemberhälfte vorgesehen. **Peter Eggenberger**

Sommer-Lager-Sale von Velos und E-Bikes

Ab sofort räumt das Velo Center Heiden im grossen Stil das Warenlager und schafft Platz für Neues. Bis zu 50 Prozent Rabatt gibt es beim grossen Sommer-Lager-Sale auf alle lagernden Velos und E-Bikes, zum Beispiel der Marken Flyer, Giant, Canyon, Merida, Cresta und Emotion (solange Vorrat). Bereits ab Fr. 50 können Occasionen erworben werden.

Schauen Sie einfach beim Velo Center Heiden vorbei. Daniel Kerber berät Sie gerne – damit Sie ein per-

fektes Velo oder E-Bike, Bekleidung oder Zubehör für sich finden.

Bereiten Sie Ihr Velo auf die dunklere Jahreszeit mit einem Service vor. Vereinbaren Sie einen Termin mit dem Velo-Spezialisten Daniel Kerber vor Ort oder unter 071 891 22 19. Gerne holt er Ihr Velo auch bei Ihnen zu Hause ab.

Die Öffnungszeiten: Dienstag bis Freitag von 09:00 bis 12:00 und 14:00 bis 18:00 Uhr und samstags von 09:00 bis 13:00 Uhr. **tb**

Carve Sport Kurt: Einladung zum Winterstart

Schon bald werden wieder die ersten Flocken vom Himmel fallen und die Natur wird sich unter einer feinen Schicht Schnee verstecken.

Genau dann drehen sich unsere Gedanken um die erste Skitour, die erste Abfahrt, einen tollen Schlitteltag oder die klirrende Kälte. Für diese Tage haben wir die richtigen Produkte. Am **Freitag, 4. bis Sonntag, 6. Oktober** starten wir in den Winter

mit Spezial-Angeboten, wie zum Beispiel 20 Prozent auf das gesamte Angebot oder 30 Prozent Rabatt auf den Skiservice. Öffnungszeiten sind Freitag von 09:00 bis 19:00 Uhr, Samstag, 08:00 bis 17:00 Uhr sowie Sonntag von 10:00 bis 17:00 Uhr. Das Carve-Sport-Team freut sich auf euch. **Kurt Graf**

Tierarztpraxis Im Bad: Wir ziehen um

Bald ist es soweit. **Ab Freitag, 4. Oktober** empfangen wir Sie in unseren neuen Praxisräumlichkeiten an der Badstrasse 8A im Gebäude des ehemaligen Frischmarkts Looser.

Während der Umzugsphase noch bis 3. Oktober sind wir für die Kleintiersprechstunde und den Medikamentenverkauf am bisherigen Standort erreichbar, können aber nicht alle Dienste in vollem Umfang anbieten.

Tag der offenen Tür: mehr dazu im nächsten *aufwind*. **Max Känzig**



Bröckelnde Fassade?
Eintönige Zimmerwände?
Langweilige
Farbkombinationen?

Dann wird es Zeit
für eine Veränderung!
Rufen Sie uns an.

R. STURZENEGGER
MALEREI · TAPETEN · ABRIEB
TEPPICHE · BELÄGE · PARKETT
SONNENBERGSTRASSE 1 · 9038 REHETOBEL · TEL. 071/877 10 23

Zu vermieten
per Sofort
**Tiefgaragenplatz
Seeallee**

(hinter UBS)
Fr. 130.-, inkl. NK
Auskunft erteilt EW Heiden AG
Tel. 071 898 89 40

EW H
Kompetenz vor Ort
www.ewheiden.ch

KREUZ GARAGE
E. BISCHOF AG



Niemand kennt Ihren Volkswagen
besser als wir!

Trogenerstrasse 1 | 9042 Speicher | 071 344 29 90
info@autobischof.ch | www.autobischof.ch

Take Away

Alle Speisen
über die Gasse sind
Fr. 3.00
günstiger

exkl. Vorspeisen und Desserts



Pizzeria Mineralbad
Unterrechstein 285 | 9038 Rehetobel | 071 891 34 16
Montag Ruhetag

Menu Salat
+
Pizza nach Wahl*
+
1 Getränk (alkoholfrei)
=
Fr. 19.50

gültig von Dienstag bis Freitag

* ausgenommen Pizzas mit Büffelmozzarella
und Calzone

Unser Mittagsangebot



RENÉ SAGER
IMMOBILIENVERMITTLUNG



Zu Verkaufen in Heiden (AR)

Gut erhaltenes, charmantes 5.5
Zimmer Appenzeller-Haus mit
wenig Umschwung

Verkaufspreis: CHF 540'000

Beratung und Verkauf: René Sager
Mobil: 078 696 40 12

Wenn nicht jetzt wann dann?

Herbstbunt
Erdigwarm
Goldgelb

Wir bringen Farbe
in ihr Leben



071 891 58 77
naturfarbenmalerei.ch

Wir suchen per sofort!

FAHRRADMECHANIKER/IN EFZ

100% Mehr Infos auf www.velos-herzog.ch
oder auf Facebook

VELOS
HERZOG AG

Salwiesenstrasse 6
9320 Arbon
Tel. 071 446 12 33
velos-herzog.ch



JETZT!!!
**Grosse Auswahl
an reduzierten
Elektro-Velos**

weibel-design.ch



Lucia Willi, Schneewalzer-Trudi und Werner Willi

Die Bierquelle behauptet sich erfolgreich

«Dä machts nöd lang!», war oft zu hören, als sich Werner Willi nach seiner Pensionierung gemeinsam mit seiner Gattin Lucia als Quereinsteiger für die Führung der Bierquelle entschied. Seit zwei Jahren aber ist das Restaurant auf Kurs und erfreut sich grosser Beliebtheit.

Zu den Stärken der Bierquelle gehören die attraktiven Öffnungszeiten. Das Restaurant ist jeden Werktag ab 09:00 Uhr durchgehend geöffnet. Dem Zünistamm der

Handwerker folgen die Apérogäste, und am Nachmittag treffen sich Pensionierte zum Jass und Gedankenaustausch. Auch das Feierabendbier und das gemütliche Verweilen am Abend ist als alte Tradition neu belebt worden. Sonntags ab 14:00 Uhr wirtet mit Trudi Bellorti-Graber alias «Schneewalzer-Trudi» eine in der Region bekannte Gastgeberin, die nebst dem Service immer wieder zum Akkordeon greift und für Stimmung sorgt. **Peter Eggenberger**

Apéro-Time Im Glück

Ob After Work-Party, Geschäfts-Apéritif oder ein Treffen im Familien- oder Freundeskreis, geniessen Sie bei uns einen Apéro simpel, regional, rustikal oder den beliebten Apéro riche mit assortiertem Fingerfood.

Freuen Sie sich auf unsere speziellen Apéro-Getränke oder ein gutes Glas Wein bei uns im Glück

oder geniessen Sie unsern Catering-Service ab 20 Personen auch ausser Haus. Wir beraten Sie gerne.

Bitte beachten: Mit Eintritt der Winterzeit am 27. Oktober schliessen Café und Laden jeweils um 18:00 Uhr; ansonsten bleiben die Öffnungszeiten unverändert. **Jeannette Pufahl**

2020 neue Strompreise

Erfreulicherweise können bei Haushalt und Gewerbe, neu Basis, die Kosten für Netznutzung und Energiebezug gesenkt werden. Im Hochtarif (T1) von 22.14 auf 20.86 und im Niedertarif (T2) von 13.34 auf 13.16 Rp./kWh. Gleichzeitig mit dem SmartMeter-Ausbau werden die Sperrungen für Geschirrspülautomaten, Waschautomaten, Tumbler, usw. aufgehoben. Wünschen Sie eine vorzeitige Aufhebung der Sperrungen, so melden Sie dies uns bitte.

Eine Änderung hat es auch beim Wärmepumpentarif gegeben. Dieser wurde zu Gunsten des Flex-Tarifes aufgehoben. Anwendung findet der neue Flex nicht nur bei gesperrten Wärmepumpen, sondern auch bei anderen Verbraucher ab 3 kW, die

durch das Werk gesperrt werden. Mit der Steuerung profitieren diese Kunden von etwas tieferen Netznutzungskosten.

Wie in den vergangenen Jahren stammt unsere Energie für diese Produktgruppen aus 100 Prozent Schweizer Wasserkraft und wird unter dem Label AüB-Strom vermarktet.

Freuen dürfen sich auch Produzenten von Photovoltaikanlagen, die die Energie in unser Netz einspeisen. Nebst dem Energiepreis von 6 Rp./kWh (2019: 5.1 Rp./kWh) ist auch die Vergütung des Herkunftsnachweises (HKN) von 2.7 auf 4 Rp./kWh angestiegen. Detaillierte Preisblätter: www.ewheiden.ch. Infos: 071 898 89 40 oder info@ewheiden.ch.

Christoph Mettler

Mehr als nur Fondue

Das Fondue-Chalet in Heiden bedeutet mehr als nur Fondue. Denn wenn Tobias Funke die Caquelons in seinem Winterchalet auf den Herd stellt, heisst es nicht einfach nur heissen Käse, sondern cremiges, zartschmelzendes Fondue zu servieren. Auch die Sonntagszeitung betitelt das Chalet in Heiden als wahrscheinlich den besten Fondue-Spot der Schweiz. Schon im Sommer geht der Sternekoch gemeinsam mit dem Käselieferanten seines Vertrauens auf die Alp zum Käsen. Hier kauft er die grossen Mengen Käse ein, die er dann bis zur Winter-Saison reifen lässt. Neben dem Fondue-Klassiker Moité-Moité finden sich noch wei-



tere Mischungen wie Kräuter-, Pfeffer- und Tomaten- oder ein Trüffel-Fondue auf der Karte. «Alle Würzmischungen sind hausgemacht und ein gut gehütetes Betriebsgeheimnis», erklärt Tobias Funke. Von **Freitag, 1. November bis Sonntag, 26. Januar** steht das Holzchalet im Garten der Fernsicht. **Jennifer Baumgardt**

Gesundheit im Hotel Heiden

Wussten Sie eigentlich, dass das Hotel Heiden Ihnen ein grosses Angebot zum Thema Gesundheit anbietet? Das Team besteht aus dem Hausarzt Dr. Christian Lee, dem Physiotherapeuten Roman Schmid sowie der Medizinischen Praxisassistentin Claudia Rosenfelder. Sie können nebst Lymphdrainagen und verschiedenen wohltuenden Massagen auch Akupunktur und weitere

TCM-Behandlungen durch Reto Deuber, sowie craniosacrale Behandlungen durch Esther Goldinger im Hotel buchen und das Ganze mit einem Besuch im Well&See Spa oder bei unserer Kosmetikerin Maja Salanitri abrunden. Viele Leistungen können auch als Gutscheine online gebucht werden und eignen sich hervorragend als Geschenk. **Erich Dasen**



Die Adresse für Kräuterheilkunde

Am Tag der offenen Tür hatten alle Besucherinnen und Besucher die Möglichkeit einen Einblick hinter die Kulissen der Gesundes Wissen GmbH-Naturheilpraxis zu erhalten. Der persönliche Austausch mit mir (dem neuen Geschäftsführer Peter Hämmerle), Hanspeter Horsch und dem Drogerie-Team, stand im Fokus.

Verdauungsprobleme sind in meinem Praxisalltag als Naturheilpraktiker und Physiotherapeut omnipräsent. Es betrifft Menschen, die

unter langjährigem Medikamenteneinfluss stehen und in einen chronischen Mikronährstoffmangel geraten. Auch zu lang andauernde Stressbelastungen können die Darmflora nachhaltig schwächen. Weiter kommen Menschen zu mir, die schon vieles ausprobiert haben und umso frustrierter sind, weil nichts hilft. Dort ist ein gezieltes Therapiekonzept mit Darmsanierung umso wichtiger. **Peter Hämmerle**



Kurs- und Veranstaltungskalender

28. Oktober, 18-22 Uhr

„Ganz wild auf Wild“:

Kochkurs mit Fabian Devos. Feilen Sie an Ihrer Kochkunst - gemeinsam mit uns und weiteren kulinarisch passionierten KursteilnehmerInnen.

2. November, 10-12 Uhr

Beyer Beans Kaffee-Kurs:

Erleben Sie die Aromenvielfalt welche in dem täglichen Wachmacher stecken können.

12. November, 18-22 Uhr

„Pssst... Küchengeflüster“:

Ungestört Zeit verbringen als Paar! Sie kochen ein 3-Gänge-Menü und erhalten Inputs für Gespräche, die über den Tellerrand des Alltags gehen. Mit Renata Togni - Coach & Trainer.

16. November, 10-12 Uhr

Beyer Beans Kaffee-Kurs:

Erleben Sie die Aromenvielfalt welche in dem täglichen Wachmacher stecken können.



BAUMANN
Der Küchenmacher

Ort:

Baumann AG Der Küchenmacher
St.Leonhardstrasse 78, 9000 St.Gallen

Information/Anmeldung:

www.kuechenbau.ch oder **071 222 61 11**

KURATLI

Immobilien-Treuhand



Urban Kuratli

Birkenstrasse 12
9100 Herisau
Telefon 071 351 18 90

Oberstofel
9127 St.Peterzell
Telefon 071 377 16 26

eidg. dipl. Immobilien-Treuhänder
Immobilien-Schätzer mit eidg. Fachausweis
Immobilien-Verwalter mit eidg. Fachausweis

Schätzungsexperte des Hauseigentümergeverbandes AR
SVIT-Mitglied (Schweizerischer Verband der Immobilienwirtschaft)

Immobilien-Verkäufe / Marktwertschätzungen
Verwaltungen / Abparzellierungen



**Wir verkaufen Ihre Liegenschaft
kompetent, effizient und zum
besten Preis**

ausserdem

Gesucht Immobilien oder Bauland für unsere Kunden

Aus der Region für die Region
Helena Zäch - 071 888 66 18 - Walzenhausen
oder info@immo-service-ost.ch



 **Spitalverbund
Appenzell Ausserrhoden**

Neue Leitende Ärztin

Departement Anästhesiologie

Dr. med. Aniko Nagy arbeitet seit August 2019 im Departement Anästhesiologie des SVAR und wird hauptsächlich im Spital Heiden tätig sein. Die Fachärztin FMH für Anästhesiologie war als Oberärztin im Spital Bülach und zuvor in mehreren anderen Deutschschweizer Kliniken in gleicher Funktion tätig. Dr. Nagy besitzt umfangreiche klinische Erfahrung, insbesondere verfügt sie auch über gute Kenntnisse in sämtlichen Verfahren der modernen Regionalanästhesie. Dr. Nagy und die Kaderärzte des Departements bieten zudem in den Spitälern eine Sprechstunde für Patienten mit chronischen Schmerzen an.



**SEIT MEHR ALS 10 JAHREN
IHRE HÖRBERATUNG IN HEIDEN**

acustix

**Das freundliche Team berät Sie stets kompetent in
allen Fragen rund um Hören und Verstehen.**



Unsere Leistungen:

- Unverbindliche Beratung in allen Fragen rund ums Gehör
- Austesten modernster Hörgeräte, abgestimmt auf Ihre Bedürfnisse
- Nacheinstellung, Reparaturen und Service an allen Hörgeräten
- Gehörschutz- und Zubehörberatung

acustix Heiden

Poststrasse 24
9410 Heiden
Telefon 071 888 83 83
heiden@acustix.ch



Zirkuszelt auf dem Mond?

Wir sind nach den Sommerferien mit viel Spass und Freude wieder gestartet und haben bereits so einiges erlebt. Besonders erfreut sind wir über die vielen neuen Gesichter, die seit den Sommerferien bei uns dabei sind. Selbstverständlich bist auch du immer herzlich willkommen.

Die Wölfe sind vom Zirkusdirektor in seinen Zirkus aufgenommen wor-

den und in die spannende Welt der Artisten eingetaucht. Die Pfader reisen passend zum Jubiläum der Mondlandung in der Zeit zurück und nehmen am Wettrennen um die erste Mondlandung teil. Mal schauen ob wir schneller sein können.

Und du darfst gerne dabei sein! Schau einfach mal auf www.pfadi-heiden.ch vorbei. **Calvin Rüegg**

Spielen fürs Gedächtnis

«Wer ein gutes Gedächtnis hat, weiss auch, wann es ihn im Stich gelassen hat», so Dr. Fritz Rinnhofer.

Ist Vergesslichkeit auch ein Thema für Sie? Haben Sie Lust gemeinsam, spielerisch, vielseitig und mit Spass Ihr Hirn in Schwung zu halten? Am **Montag, 21. Oktober** von 14:15 bis 16:30 Uhr startet im Betreuungszentrum (Gerbestrasse 3) ein entsprechendes Angebot der Pro Senectute, zu dem wir Sie herzlich einladen. Die nächsten Termine sind 4. und 18. November sowie 2. und

16. Dezember. In entspannter Atmosphäre pflegen und stärken wir spielend unsere Wahrnehmung, Konzentration und Merkfähigkeit.

Kosten: Fr. 5 pro Nachmittag (direkt vor Ort bezahlbar). Die Nachmittage können auch einzeln besucht werden. Um eine Anmeldung wird unter 071 353 50 30 gebeten.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Wir freuen uns auf geistreiche, spielerische und humorvolle Nachmittage. **Silvia Hablützel**

Frauen-Zmorge in der Stickerei

Gemütlich zusammen frühstücken, diskutieren und lachen. Die Häädler Frauen organisieren einen Frauen-Zmorge am **Samstag, 26. Oktober** um 09:00 Uhr in der Stickerei bei Brigitte Bänziger-Kern. Für Fr. 30 gibt es ein reichhaltiges Frühstück.

Nicht-Häädler-Frauen sind natürlich auch willkommen (Fr. 35). Anmeldungen nimmt Susann Metzger (071 891 33 20 oder info@haaedler-frauen.ch) gerne bis am 15. Oktober entgegen. **Susann Metzger**

En Guete

Mittagstisch 60+

Am **Dienstag, 29. Oktober** um 11:45 Uhr, findet im Gasthaus Bären der Mittagstisch 60+ für Seniorinnen, Senioren und Alleinstehende statt.

Interessierte werden gebeten, sich bis am Samstag, 26. Oktober bei Heidi Walser (071 890 05 05) anzu-

melden. Bei Bedarf werden Sie zu Hause abgeholt und anschliessend an das Mittagessen zurückgebracht. Aus organisatorischen Gründen bitten wir Sie, uns dies bei der Anmeldung mitzuteilen. **Susanne Rietdijk**

Unterhaltungsanlässe des Trachtenchors Heiden

Erinnern Sie sich an die Zeit vor 25 Jahren? Was geschah seither? Mit dem Leitmotiv «Di letschte 25 Jahr» versucht der Trachtenchor Heiden in seinem diesjährigen Unterhaltungsprogramm die vergangenen Jahre Revue passieren zu lassen.

Die Unterhaltungsanlässe finden am **Samstag, 2. November** ab 20:00 Uhr und am **Sonntag, 3. November** ab 13:00 Uhr statt. Doch nicht nur für das Ohr wird einiges geboten, auch das Auge kommt in den Genuss von Tänzen der Trachtentanzgruppe unter der Leitung von Ursula Kobler.

Nebst den Beiträgen des Chors und der Tanzgruppe umrahmen am Samstag das Ländlerquartett «Echo vom Rütiberg» und am Sonntag die Formation «Tüüfner Gruess» das Programm. Im zweiten Teil des Programms erwartet die Zuhörerinnen und Zuhörer das kurzweilige und humorvolle Theaterstück «D'Geischter vom Lindehof».

Reservationen: ab 21. Oktober, Hanni Bürki, Restaurant zum Wilden Mann, Oberegg, 071 891 18 43.

Roger Bischof

Skifahren für Kinder und Jugendliche

Im März 2019 gründete eine Gruppe Schneesportbegeisterte den Skiclub Bischofsberg in Heiden.

Für den Nachwuchs bieten wir eine Jugendorganisation (JO) an. Mit dieser wird Kindern und Jugendlichen eine Möglichkeit geboten, ihre Begeisterung am Skifahren zu fördern. In der Saison 2019/2020 werden verschiedene Trainingseinheiten durchgeführt. Ziel dieser Trainings ist in erster Linie die Erweiterung der persönlichen Fähigkeiten. Dies er-

höht die Sicherheit und den Fahrspass auf der Piste. Zum Programm gehören aber auch Themen wie, Materialpflege oder fahren an Rennstangen. Durch die Beständigkeit der Gruppe wird ebenso der Teamgeist gefördert. JO-Programm und weitere Infos: www.sc-bischofsberg.ch/JO.

Haben wir dein Interesse geweckt? Dann melde dich unter vorstand@sc-bischofsberg.ch. Dominic Koster gibt dir gerne weitere Auskunft zu unserem Angebot. **Carina Pfister**



Neue Saison für das Eisfeld Heiden

Durch die Unterstützung von Gemeinde und Kanton kann in eine neue Saison gestartet werden. Die Vorbereitungen für das Eisfeld Heiden 2019/20 laufen nun auf Hochtouren, denn neben der Planung sind wir auch in diesem Jahr wieder auf der Suche nach Sponsoren.

Neuerungen sind ebenfalls geplant. So wird das Eisfeld mit mehreren Events belebt und der Vorverkauf von Saison-Abos im Online-shop realisiert. Bis 15. Oktober sind

die Abonnements mit einem Rabatt von 10 Prozent online erhältlich. Auch die Kindereislaufkurse werden vorab online schon verfügbar sein. Mehr Informationen unter eisfeld-heiden.ch oder auf Instagram unter @eisfeldheiden.

Wir freuen uns, am **Freitag, 8. November** zu einer Eröffnungsfeier einzuladen und euch anschliessend von 9. November bis einschliesslich 26. Januar auf dem Dunant-Platz willkommen zu heissen. **Tobias Funke**



Dr. med. Beatrice Sulmoni

Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin FMH

Leistungen:

- Vorsorgeuntersuchungen von Geburt bis ins Jugendalter inkl. Hüft-Ultraschall und Impfberatungen
- Zusammenarbeit mit der Mütterberatung bei Erziehungsfragen, Essstörungen, Schlafproblemen etc.
- Spezialsprechstunden (ADHS- u. Ergotherapieabklärungen)
- Schuluntersuchungen
- Behandlung von akuten und chronischen Erkrankungen sowie Unfällen (Röntgen, Gips- und Wundversorgung)
- Abklärung allergischer Erkrankungen inkl. Desensibilisierungen
- Beratung und Hilfe bei Problemen in der Adoleszenz
- Diverse Laboruntersuchungen in der Praxis sowie extern
- Lungenfunktionstests



Sprechstunde:

Mittwoch 14:00 – 17:30 Uhr
Donnerstag 14:00 – 17:30 Uhr

Kontakt:

MeinArzt Grub
Dorf 340, 9035 Grub

Telefonische Beratung:

Unter der Nummer **079 687 54 18**
Mo-Fr: 08:00 – 20:00 Uhr

Tel.: 071 891 75 75

E-Mail: praxis@meinarzt-grub.ch

Elektroinstallationen und mehr ...



Beratung, Service,
Neu- und Umbauten
071 898 89 40

EWH

Kompetenz vor Ort

Elektro • Telematik • Energie • Shop

www.ewheiden.ch



**Hädler Jahrmarkt
11. Oktober 2019**

Bierquelle im Festzelt und Restaurant

Gulasch mit Spätzli / Bratwurst und Servelats vom Grill
Schnitzelbrot mit Schweinefleisch

Samba Tanzeilagen mit Brasilianischer Samba-Tänzerin
Unterhaltung mit Schneewalzer Trudi

Ab 18.00 Uhr Unterhaltung mit den Appenzeller Vorderländern.

Andrea Caroni

Unser Ständerat



Danke für Ihre Stimme

FDP
Die Liberalen
Appenzell Ausserrhoden



SVP
Appenzell Ausserrhoden



ÜBERPARTeilICHES KOMITEE
Andrea Caroni wieder in den Ständerat

GEWERBEVERBAND
APPENZELL AUSSERRHODEN

APPENZELLER INDUSTRIE
ÖFFNEN UND ERHALTEN

BAUERNVERBAND
APPENZELL AUSSERRHODEN

Prophetie Seminar



**An der Gegenwart & Zukunft interessiert?
Dann entdecke die biblische Prophetie!
Wir studieren gemeinsam das Buch Daniel.**

Wann Start 3. Oktober 2019
Wöchentlich Donnerstag 19¹⁵ Uhr
Es ist auch möglich später einzusteigen!

Wo Weidstrasse 27, 9410 Heiden
Kontakt Gerald Ströck; Tel 076 439 13 43

Kostenfrei



Clean-Up-Day

Unter dem Motto: gemeinsames Aufräumen für eine saubere Schweiz beteiligten wir uns von fit4job mit rund 60 Teilnehmerinnen und -teilnehmern sowie zehn Kursleitern am diesjährigen Clean-Up-Day.

Am Freitag, 13. September stiegen wir gemeinsam mit einer Filmvorführung ins Thema «Abfall in der Schweiz» ein und machten uns danach auf, um in und rund um Heiden Strassen, Bäche, Hecken, Pärke und Wälder von dem herumliegenden Abfällen zu befreien. Der Tag sollte Spass machen und die Teilnehmer für das Thema sensibilisieren. Aus diesem Grund gab es für die vier Gruppen verschiedene Aufgaben zu lösen in Form eines Wettbe-

werbes. So gaben dann auch alle ihr Bestes.

Ein solcher Arbeitstag an der frischen Luft macht natürlich auch hungrig. Zum Glück spielte das Wetter mit und somit wurde am Mittag im Waldpark gemeinsam gegrillt, um dann am Nachmittag frisch gestärkt weiter zu arbeiten.

Der Clean-Up-Day war ein voller Erfolg und eine super Abwechslung zu unserer täglichen Arbeit. Im Namen von allen Kursleitern von fit4job bedanken wir uns bei den Teilnehmern für ihren Beitrag beim Aufsammeln des Abfalls und der Gemeinde für ihre Unterstützung. **Ramona Weber**

Mutig, stark und selbstbewusst dank Kinderyoga

Der Yogatrend hat auch die Kleinsten erreicht. Kinderyoga ist spielerisch: Beim herabschauenden Hund darf gebellt, bei der Kobra gezischt und bei der Schildkröte geschmatzt werden. Mit viel Spass, Freude und Fantasie werden die unterschiedlichen Yogastellungen geübt. Diese Positionen fördern die Konzentration, das Mitgefühl für sich selbst und für einander, die Koordination, die Beweglichkeit und das Körperbewusstsein.

Einführungskurs im Singsaal Schulhaus Wies: **22. Oktober bis 19. November** (bei Interesse Weiterführung) jeweils dienstags von 16:30 bis 17:20 Uhr (4 bis 7 Jährige) und 17:30 bis 18:30 Uhr (8 bis 11 Jährige). Kosten: Fr. 50 für 5-mal. Kontakt: Momo Lang, 079 382 60 06, momo.lang@gmx.ch. Anmeldung bis am 18. Oktober, Anzahl Kinder ist begrenzt. **Momo Lang**

WEGA – Der Weg der Zuversicht

Anfang September eröffnete die «Emil & Maria Kern Stiftung» mit Sitz in Speicher ein soziales Unternehmen unter dem Namen WEGA – der Weg der Zuversicht.

WEGA begleitet Menschen in einer herausfordernden Lebenssituation, zum Beispiel nach einer Trennung oder Scheidung, als Alleinerziehende oder -erziehender, nach dem Tod eines nahestehenden Menschen, nach einer schweren Diagnose, nach einem Verlust der Arbeitsstelle oder in einem Burn-out.

Esther Petersen, Gabriella Laszinger und Emil Kern, die zusammen

ein breites Spektrum abdecken, begleiten Menschen in einer schwierigen Lage auf unbürokratische, vertrauliche und vor allem zeitnahe Art, damit sie einen nächsten Schritt wagen können.

Bis zu drei Gespräche sind für die Betroffenen unentgeltlich, da diese Kosten von der «Emil & Maria Kern Stiftung» übernommen werden. Die Praxisräume befinden sich an der Reutenenstrasse 6a in Speicher (vis-à-vis Spar).

Infos: www.wega-beratung.ch, 079 260 07 31 oder info@wega-beratung.ch. **Emil Kern**

Liebe Flohmärktlerinnen und -märktler

Nach reiflicher Überlegung und Abwägung habe ich mich entschlossen, den Flohmarkt erst im Frühling

wieder durchzuführen. Ich wünsche allen einen schönen Herbst.

Gabriela Beutler

Kinderflohmarkt

Kinder verkaufen an Kinder. Ein Erlebnis für alle Kinder! Räume dein Zimmer, den Keller und Estrich auf und verkaufe Spielsachen, Bücher, CDs, DVDs, usw. zu deinen Preisen an andere Kinder. Tische für den Verkauf stehen am **Mittwoch, 6. November** von 14:00 bis 16:00 Uhr im kath. Pfarreizentrum zur Verfügung.

Eine Kaffeestube lädt zum gemütlichen Zusammensein und Verweilen ein.

Die Gruppe Kinder und Familie der Hädler Frauen freut sich auf zahlreiche Anmeldungen.

Bitte bis 1. November an Regina Stutz, 079 585 82 02 oder mihi1@gmx.ch. **Regina Stutz**

Chronische Schmerzen – Sprechstunde im Spital

Rückenschmerzen sind sehr häufige Probleme und viele Betroffene glauben, dass ihre Bandscheiben die Beschwerden verursachen. Meist sind aber die kleinen Wirbelgelenke im Rücken oder die Rückenmuskulatur die Schmerzsache. Weil Schmerzen verschiedene Ursachen haben, bieten PD Dr. med. Stephan Blumenthal und Dr. med. Harald Kirchmair aus dem Departement Anästhesiologie im Spital Heiden individuell abgestimmte Behandlungen an. Die Ärzte legen grossen Wert auf

eine sorgfältige Anamnese: In einem ausführlichen Gespräch wird die Krankengeschichte erhoben und durch eine gründliche körperliche Untersuchung komplettiert. Vorhandene Röntgenbilder und Befunde werden beurteilt, sowie bei Bedarf weiterführende Untersuchungen veranlasst. Erst dann wird eine Diagnose gestellt und eine gezielte, individuelle Behandlung eingeleitet. Termine zur Schmerzsprechstunde bei Dr. Blumenthal oder Dr. Kirchmair können telefonisch unter 071 898 64 41 vereinbart werden. **Alain Kohler**

Herausgeber
Gemeinde Heiden
Kirchplatz
9410 Heiden
www.heiden.ch

Redaktion
Erika Stocker (E.St.)
Thomas Brosch (tb)
Karl Hochreutener (KH)
Ulli Müller (U.M.)
Gallus Pfister (PFI)

Text-Annahme
Erika Stocker
Paradies 4
9410 Heiden
Telefon 071 891 33 84
estocker@bluemail.ch

Inserate-Annahme
Hans-Peter Häderli
Kohlplatz 7
9410 Heiden
Telefon 071 891 60 46
haederli@smartwork.ch

Abo-Service
Thomas Brosch
Sonnhalde 6
9410 Heiden
Telefon 071 898 80 10
brosch@pph.ch

Druck
Walz-Druck GmbH
Dorf 83
9428 Walzenhausen

Impressum

23. Jahrgang
Erscheinung
10 mal jährlich,
Doppelnummer:
Dez./Jan., Juli/Aug.

Veranstaltungen

| | | |
|------------------|---|-------------|
| ganzer Monat | Hotel Heiden Ausstellung «Schöne Aussichten». Astrid Baenziger | |
| | Hirslanden Klinik Am Rosenberg Ausstellung «Struktur-Aufbrechen-Einbinden. Verena Studer | |
| bis Sonntag, 13. | Henry-Dunant-Museum Sonderausstellung «Starke Frauen um Henry Dunant». Henry-Dunant-Museum | |
| Donnerstag, 3. | Postplatz Wanderung Eischen. Senioren-Wandergruppe | 08:40–16:30 |
| | Kirchgemeindehaus Schatzsuche (Speed-Dating). Pro Senectute AR | 14:00–16:00 |
| Samstag, 5. | Kirchplatz Bauernmarkt. Bauernmarktverein | 08:30–12:00 |
| | Dunant-Platz und Wiese Jubiläumsviehschau Heiden. VZG Heiden | 09:30–16:30 |
| Sonntag, 6. | Museum Sonntags um 5 – Zurück in die Vergangenheit. Museum Heiden | 17:00 |
| Montag, 7. | Parkplatz für Anlässe beim Sportplatz Sefar Kurzwanderung durch die Thaler Reben. Senioren-Wandergruppe | 12:45–17:00 |
| Mittwoch, 9. | Bahnhof Unentgeltliche Dorfführung. Kurverein | 13:30–14:30 |
| | Spital Heiden Vortrag «Hormone nach der Menopause – Freund oder Feind?». Spital Heiden | 19:30–20:30 |
| Freitag, 11. | Rosentalstrasse/Kohlplatz Jahrmarkt. Gemeinde Heiden | 09:00–18:00 |
| Samstag, 12. | Kirchplatz Bauernmarkt. Bauernmarktverein | 08:30–12:00 |
| Donnerstag, 17. | Postplatz Wanderung über die sprechende Brücke. Senioren-Wandergruppe | 12:30–18:35 |
| | Hotel Linde Asylwesen in Appenzell Ausserrhoden. SDV | 19:00–21:00 |
| Freitag, 18. | FEG Heiden Samsung Smartphone und Tablet. Pro Senectute AR | 14:00–16:00 |
| Samstag, 19. | Kirchplatz Bauernmarkt. Bauernmarktverein | 08:30–12:00 |
| | Hotel Linde Konzert: Nicole Durrer Quartett. Kulturgruppe Lindenblüten | 20:00–22:00 |
| Donnerstag, 24. | ev. Kirchgemeindehaus Ökumenischer Nachmittag für Ältere. ev. und kath. Kirchgemeinden | 14:30–16:30 |
| Freitag, 25. | Kursaal Innere Ruhe mit The Work. alsam gsundappenzellerland | 14:00 |
| | kath. Pfarreizentrum Hädler Spatzenhöck. Chrabelgruppe | 15:00–17:00 |
| Samstag, 26. | Kirchplatz Bauernmarkt. Bauernmarktverein | 08:30–12:00 |
| | Haus zur Stickerei Frauen-Zmorge in der Stickerei. Haus zur Stickerei | 09:00 |
| Dienstag, 29. | Gasthaus Bären Mittagstisch 60+. Hädler Frauen | 11:45–14:00 |
| | kath. Pfarreizentrum Meditatives Kreistanden mit Ruth Stöckli. Hädler Frauen | 20:00–21:30 |
| Mittwoch, 30. | Henry-Dunant-Museum Gedenkfeier mit Fackelmarsch und Läuten der Friedensglocke. Henry-Dunant-Verein | 18:30 |
| Donnerstag, 31. | Postplatz Wanderung Ruinenweg Kradolf. Senioren-Wandergruppe | 09:15–16:35 |

Veranstaltungskalender-Daten für November bis **Dienstag, 22. Oktober, 16:00 Uhr**
unter www.heiden.ch -> Aktuelles -> Anlässe -> Anlass hinzufügen eingeben.

Kino

| | | |
|-----------------|---|---|
| Donnerstag, 3. | 19:30 Der erste Schrei | 6/4 J., D |
| Freitag, 4. | 20:15 Once Upon a Time in Hollywood | 16/14 J., D |
| Samstag, 5. | 17:15 Der Klavierspieler vom Gare du Nord | 8/6 J., D |
| | 20:15 Parasite | 14/12 J., OV/d |
| Sonntag, 6. | 15:00 Shaun das Schaf – Ufo-Alarm | 6/4 J., D |
| | 19:30 Golden Age | 16/14 J., E/d |
| Dienstag, 8. | 19:30 Parasite | 14/12 J., OV/d |
| Donnerstag, 10. | Anmeldung 079 678 09 81 18:00 Sprachcafé: Italienisch | |
| | 19:30 L'ospite | 12/10 J., Ital/d |
| Freitag, 11. | 20:15 Downton Abbey | 6/4 J., E/d |
| Samstag, 12. | 17:15 The Biggest Little Farm | 6/4 J., D |
| | 20:15 Official Secrets | 12/10 J., D |
| Sonntag, 13. | 15:00 Aladin und der Zauberteppich | 6/4 J., D |
| | 19:30 Parasite | 14/12 J., OV/d |
| Dienstag, 15. | 19:30 Der Klavierspieler vom Gare du Nord | 8/6 J., D |
| Donnerstag, 17. | 19:30 Downton Abbey | 6/4 J., E/d |
| Freitag, 18. | Anmeldung 079 678 09 81 18:30 Sprachcafé: Englisch | |
| | 20:15 Official Secrets | 12/10 J., E/d |
| Samstag, 19. | 17:15 Golden Age | 16/14 J., E/d |
| | 20:15 Der Distelfink | 12/10 J., D |
| Sonntag, 20. | 15:00 Shaun das Schaf – Ufo-Alarm | 6/4 J., D |
| | 19:30 SubJayega | 12/10 J., D |
| Dienstag, 22. | 19:30 Filmhit | |
| Mittwoch, 23. | 20:15 Cinéclub: The Rider | 16/16 J., E/d/f |
| Donnerstag, 24. | 19:30 Gut gegen Nordwind | 12/10 J., D |
| Freitag, 25. | 20:15 Kinoteens: Drei Schritte zu dir | 12/10 J., D |
| Samstag, 26. | 17:15 Cirque de Pic | 6/4 J., dialekt mit Regisseur Thomas Ott und Clown Pic |
| | 20:15 Downton Abbey | 6/4 J., E/d |
| Sonntag, 27. | 10:00 KlassiKino: Les Misérables | 12/10 J., D |
| | 15:00 Mein Lotta-Leben | 6/4 J., D |
| | 19:30 Ask Dr. Ruth | 16/14 J., E/d |
| Dienstag, 29. | 19:30 Official Secrets | 12/10 J., D |
| Donnerstag, 31. | 19:30 Der Distelfink | 12/10 J., D |



H. SHALA
Maler & Bodenleger
Tel. 071 870 06 16
Nat. 078 686 18 30
Langmoosstrasse 14
9410 Heiden
info@malerei-shala.ch
www.malerei-shala.ch



letzte 2 Einheiten

Kombination von:

- Wohnen
- Atelier
- Gewerbe
- Dienstleistung

Kaufpreis ab 115'000.- Fr.

Bezug Ende 2019
www.cornelia-wohnen.ch



ARCHPLAN AG ARCHITEKTEN Wallstrasse 5 9000 St.Gallen

T 071 226 10 80 www.archplan.ch