



PP 9320 Arbon  
Telefon 071 440 18 30  
www.felix-arbon.ch  
felix@mediarbon.ch  
Auflage: 13 700  
24. Jahrgang

# felix.

**feger**  
WOHNEN NACH MASS

**Sie werden drauf stehen**

Tel. 071 446 25 46  
[feger-wohnen.ch](http://feger-wohnen.ch)

28. April 2023

## Der Motor unseres Lebens



Bild: Shutterstock

8

In der heutigen Gesundheitsbeilage dreht sich alles um ein unterschätztes Organ



3

Freitod auch im Altersheim?



7

Bestnoten für Kinderhaus



13

Klassik für Jung und Alt



16

HCA erhält neuen Sponsor

## Frühlingsgefühle

### Einkaufen

Setzlinge für den (neuen) Kräutergarten. Curry-Saucen fürs erste Barbecue. Aloe Vera-Produkte für den frischen Frühlings-Look.

### Geniessen

Türkische Ezogelin-Suppe vom Familienverein. Barista-Kaffee von der Kaffee & Genuss Garage. Wochenend-Feeling auf der Piazza.

### Verweilen

Beim Kinderschminken (Klein). Beim Brunnen mit «Tiefgang» (Gross).

### Jede Woche

**Bio-Gemüse. Frisches vom Beck. Feine Käsevariationen. Appenzeller Fleisch- und Joghurtspezialitäten. Floristik aus Arbon. Arbon Attraktiv.**

22. April bis 30. September  
jeweils samstags, 9-13 Uhr  
auf dem Storchenplatz



Heimat der Schweizer Pflanzen

Bei uns finden Sie 5000 Pflanzensorten

1. Mai geöffnet

Unsere Pflanzen stammen aus eigener Produktion.  
rothpflanzen.ch | Kesswil

rothpflanzen

## AKTUELL

### Arbon Tourismus hat jetzt einen neuen Namen

Der Verein Arbon Tourismus heisst ab sofort «Arbon Attraktiv». Dies haben die Mitglieder an der Hauptversammlung von letzter Woche beschlossen. Die Namensänderung war angesagt, nachdem Anfang dieses Jahres sämtliche touristischen Leistungen des Vereins an Thurgau Tourismus übergangen. Der Vereinszweck von «Arbon Attraktiv» wird künftig vor allem das Ausrichten von Anlässen umfassen, die einen Mehrwert für die Arboner Bevölkerung generieren. Einer dieser Anlässe ist die 1. Augustfeier, für welche der Verein eine Leistungsvereinbarung mit der Stadt hat. Weitere Anlässe sollen in Zukunft folgen. kim

### IG Pro Riva startet in den Abstimmungskampf

Am 18. Juni entscheidet das Arboner Stimmvolk an der Urne über den Gestaltungsplan Riva und damit zumindest teilweise über die Zukunft der Parzelle an bester Seelage. Anlässlich einer Kick-Off Veranstaltung beim «Metropol» in Arbon setzte die IG Pro Riva diesen Mittwoch mit ihren Mitgliedern den Startschuss für den Abstimmungskampf. Wie die IG in einer Medienmitteilung schreibt, will sie die Bevölkerung an diversen Standaktionen und mit weiteren Aktivitäten «über die vielen Vorteile und Chancen des «Riva»-Projekts informieren». Zum wiederholten Male äusserten sich die Befürworter dezidiert für die geplanten Hochhäuser. Das Alternativprojekt in Regelbauweise sei «nicht tragbar». kim

Aus dem Stadthaus

### Einwohnerdienste mit neuem Schalterbereich

Die Einwohnerdienste der Arboner Stadtverwaltung haben ihre Schalter mit IT-Geräten ausgerüstet und die Einrichtung ihrer Räumlichkeiten angepasst. Auf diese Weise liessen sich Prozesse optimieren, Doppelspurigkeiten minimieren und das papierlose Arbeiten fördern. Medienstelle Arbon

## «Immer mehr Häuser werden Freitod zulassen»

Kim Berenice Geser

**Selbstbestimmtes Sterben im Altersheim – ob dies möglich ist, entscheidet im Kanton Thurgau jede Institution selbst. In den Alters- und Pflegeeinrichtungen in Arbon und Horn besteht nicht überall die Möglichkeit dazu.**

Das Thema Freitod in Pflegezentren kam kürzlich im Grossen Rat aufs Politparkett. In einer Einfachen Anfrage wollte Bruno Lüscher (FDP) wissen, wie der Regierungsrat zu einem Obligatorium für assistierten Suizid in Pflegeheimen steht. Denn die Zahlen der Suizidbeihilfe im Kanton Thurgau haben sich markant verändert. 2010 waren es noch sieben Fälle, 2021 bereits 36 (wieviele davon in einem Alters- oder Pflegeheim stattfinden, wird statistisch nicht erfasst). Ein Bedürfnis scheint da zu sein. Dennoch sieht der Regierungsrat, eine obligatorische Weisung für Alters- und Pflegeeinrichtungen, assistierten Suizid in ihren Räumlichkeiten zuzulassen, nicht für erforderlich an. Das sieht auch Marlene Schadegg, Geschäftsführerin des Alters- und Pflegeheims Sonnhalden und Präsidentin des Vereins Curaviva Thurgau, so: «Ein solches Angebot ist nicht auf Knopfdruck umsetzbar.» In der «Sonnhalden» besteht die Möglichkeit, begleitete Sterbehilfe im Pflegeheim in Anspruch zu nehmen, erst seit diesem Jahr. Genutzt wurde es seit dem einmal. Dem Entscheid sei eine vertiefte Auseinandersetzung der ganzen Institution mit der Thematik vorausgegangen. Denn im Grundsatz pflege man eine lebensbejahende Haltung. «Doch wenn einem Selbstbestimmtheit auch im Alter wichtig ist, kommt man nicht umhin, den assistierten Suizid zuzulassen», konstatiert Schadegg. Sie geht deshalb davon aus, dass künftig immer mehr Häuser die begleitete Sterbehilfe ermöglichen werden. Diesen Prozess durch einen kantonalen Zwang zu beschleunigen, sieht sie indes nicht für angebracht.

**Religiöse Prägung spielt eine Rolle**  
Volker Vatter, Geschäftsleiter der Stiftung Seevida, geht mit Schadegg einig. «Es gibt Häuser, die sich aufgrund



von kulturellen oder religiösen Prägungen gegen ein solches Angebot auszusprechen.» Diese mittels Anordnungen dazu zu zwingen, gegen ihre eigenen Ideologien zu verstossen, erachtet er als schwierig. Zumal ältere Menschen, die einen Freitod in Betracht ziehen würden, im Vorfeld ja die Möglichkeiten hätten, eine Institution zu wählen, die einen solchen bei Bedarf zulässt. In der «Seevida» ist die begleitete Sterbehilfe bereits seit 2018 möglich. In Anspruch genommen haben sie bisher drei Personen. Durchgeführt wird diese – wie in den übrigen hier genannten Häusern auch – durch Institutionen wie «Exit». «Wir stellen für den begleiteten Tod unser Personal nicht zur Verfügung», so Vatter. Gleiches gilt für die «Senevita Giesserei», welche die Möglichkeit zur Sterbehilfe seit 2021 in ihren Heimen zulässt.

**Auswärts sterben**  
Das Alters- und Pflegeheim National lässt den assistierten Suizid in ihren Räumlichkeiten aufgrund der christlichen Ausrichtung nicht zu. Im Pflegeheim Bellevue darf «Exit» zu Vorbereitungsgesprächen in die Institution. Der Vollzug muss jedoch ausserhalb getätigt werden, wie Geschäftsleiterin Franziska Stübi auf Anfrage mitteilt. Im Seniorenzentrum Horn gilt dieselbe Regelung. «Als Heimleiter kann ich das Bedürfnis für ein solches Angebot nachvollziehen», sagt Kurt Schmid. Auch sie hätten Bewohnende, die «Exit»-Mitglieder seien. Er beobachtet jedoch, dass mit der Palliativpflege der Freitod kaum mehr Thema sei. «Für viele ist es vor allem die Angst vor den Schmerzen, die sie zu diesem Schritt bewegt.»

## Defacto

### Attraktives Arbon – in vielerlei Hinsicht!

Die zunehmenden Raubüberfälle fordern ein sofortiges Überdenken der aktuellen Planung der Einsätze von Patrouillen der Polizei sowie privater Sicherheitsdienste. Wie der Presse zu entnehmen ist, sind in den letzten Jahren über ein Drittel aller Raubüberfälle im Kanton Thurgau auf Tankstellenshops in Arbon verübt worden. Stand der Überfälle in Arbon und Umgebung seit Dezember 2022:

- Tankstelle Arbon: 17. Dezember 2022, 19.15 Uhr; 7. Februar, 22 Uhr; 6. März, 20.45 Uhr
- Volg Roggwil: 8. April, 5.15 Uhr
- Denner Arbon: 15. April, 8.45 Uhr
- Volg Steinach: 15. April, 11 Uhr
- Volg Egnach: 22. April, 6.30 Uhr

Patrouillen werden in Arbon lokal sehr begrenzt eingesetzt – vorwiegend an Schulen, öffentlichen Plätzen, der Seepromenade und in der Altstadt. Sicherheit ist im ganzen Städtchen gefragt. Aus meiner beruflichen Erfahrung im Sicherheitsdienst kann ich sagen: Patrouillen sind am effektivsten, wenn sie grossflächig an verschiedenen Plätzen und zu wechselnden Zeiten präsent sind. Dies kann auch einer örtlichen Verlagerung des Problems entgegenwirken und die intensiven Nachkontrollen reduzieren. An Sommerwochenenden wird regelmässig von 20 Uhr bis Tagesanbruch an der Seepromenade patrouilliert. Wäre es nicht ebenso wichtig, solche Ressourcen sporadisch bei den örtlichen Geschäften, Tankstellen und Shops um die Öffnungs- und Schliessungszeiten herum einzusetzen? Die psychische Belastung nach jedem Überfall ist riesig. Die Angst unserer Detailhandelsangestellten muss man ernst nehmen und als Stadt etwas dagegen unternehmen.

Andrea Holenstein, XMV



## Die Kundinnen und Kunden der Generalagentur Arbon-Rorschach erhalten dieses Jahr 1,4 Millionen.

Dank Genossenschaft beteiligen wir Sie an unserem Erfolg.

Generalagentur Arbon-Rorschach  
Roman Frei

Signalstrasse 21  
9401 Rorschach  
T 071 844 30 30  
rorschach@mobiliar.ch  
mobiliar.ch/arbon-rorschach

die Mobiliar

95563

**AUTO KELLER**  
ARBON

Möchten Sie  
Ihr Auto  
verkaufen?

St. Gallerstrasse 115, 9320 Arbon  
071 440 22 76 / info@auto-keller.ch  
www.auto-keller.ch

Bronze, Silber,  
jetzt noch Gold,  
50 Jahre schon  
ist das Glück uns hold.

28. April 2023

Geben, ohne zu verlangen.  
Nehmen, ohne zu besitzen.  
Halten, ohne zu fesseln.  
Teilen, ohne zu fragen.  
**Das ist Liebe.**

Dafür danke ich dir  
von ganzem Herzen und  
wünsche uns noch  
viele erfüllte Jahre.

28. April 1973

**Gesucht  
Mitarbeiter/in**  
**ca. 20-30%**  
für Reinigungsarbeiten,  
mit Führerschein.

Kontakt: Tel. 079 416 42 54  
Meyer Reinigungen GmbH

Aus dem Stadthaus

**Mitteilungen  
aus dem Stadtrat**

An seiner Sitzung vom 17. April hat der Arboner Stadtrat folgende Bewilligungen erteilt:

- der Fiducasa AG, Vaduz, für den Anbau einer Trafostation im UG mit Aussenzugang an der Seemoosholzstrasse, Arbon (Projektänderung)
- der Imhotep AG, Roggwil, für die Installation von Luft-/Wasser-Wärmepumpen und einer Abgasanlage sowie den Neubau eines Fahrradunterstands an der Hafenstrasse 6, Arbon (Projektergänzung)
- der Wohnbaugenossenschaft Pro Familia, Arbon, für den Abbruch von drei Gebäuden und den Neubau eines Mehrfamilienhauses mit Tiefgarage und Erdwärmesonden an der Schützenstrasse 17/19/21, Arbon

**Schwimm- und Strandbad startet in Saison**

Bald ist die Winterpause vorbei, die Badesaison 2023 steht vor der Tür. Ab Montag, 1. Mai, ist das Schwimmbad Arbon wieder geöffnet, und am Samstag, 13. Mai, beginnt die neue Saison auch im Strandbad. Die Bademeister Lars Köhler (Schwimmbad) und Samuel Spitz (Strandbad) samt ihren Teams sind bereit und freuen sich auf die bevorstehende Saison. Arbonerinnen und Arboner erhalten mit ihrem Saisonabo wieder Eintritt ins Schwimmbad Arbon wie auch ins Seebad Romanshorn, da beide Bäder nun wieder dasselbe Kassensystem verwenden. Im Arboner Schwimmbad ist nach wie vor ein Teil des Seezugangs aufgrund von Uferunter-spülungen gesperrt. Das Baden im See ist aber dennoch möglich. Der Handlauf in den See wurde erneuert.

Medienstelle Arbon

**Arboner Stadtrat setzt  
Förderprogramm in Kraft**



Die Stadt Arbon wurde Anfang des Jahres mit dem Label Energiestadt Gold ausgezeichnet. Der eingeschlagene Weg soll nun vertieft werden. kim

Aus dem Stadthaus

**Der Arboner Stadtrat ist bestrebt, sich weiterhin für Energieeffizienz und Klimaschutz stark zu machen. So hat er beschlossen, per 1. Mai ein umfassendes Förderprogramm in Kraft zu setzen.**

Für ihre Anstrengungen zur effizienten Energienutzung und für den Klimaschutz erhielt die Stadt Arbon kürzlich das Label Energiestadt Gold. Mit der Genehmigung des neuen Reglements Energie- und Umweltfonds hat das Stadtparlament am 21. März eine wichtige Grundlage gelegt, um diesen Weg weiter zu verfolgen.

**Dem Klimawandel entgegenwirken**  
Basierend auf dem neuen Reglement setzt der Stadtrat per 1. Mai nun ein umfangreiches Förderprogramm in Kraft. Dieses beinhaltet Massnahmen zur Verbesserung der Energieeffizienz (etwa durch Gebäudehüllenmodernisierungen, Fenstersanierungen oder Wärmenetzanschlüsse), Massnahmen zur Förderung von erneuerbaren Energien (zum Beispiel Solaranlagen oder Holzfeuerungen) sowie

Massnahmen, welche direkt oder indirekt dem Klimawandel entgegenwirken (beispielsweise den Einsatz von Lastenrädern, Fassaden- und Dachbegrünungen oder naturnahe Grünflächen). Die Fördermassnahmen und Beiträge können jederzeit vom Stadtrat angepasst werden.

**Alter Fonds wird aufgelöst**

Der im Jahr 2012 gebildete Fonds für energiepolitische Massnahmen wird per 1. Mai aufgelöst. Der Guthabensaldo des Fonds von knapp 174 000 Franken fliesst in den neuen Fonds Energie- und Umwelt. Über eine zusätzliche Einlage von rund 126 000 Franken wird der Anfangssaldo von 300 000 Franken erreicht. In den Folgejahren stehen aus dem Energie- und Umweltfonds jeweils mindestens 300 000 Franken für Fördermassnahmen zur Verfügung. Private und juristische Personen haben die Möglichkeit, Mittel in den Fonds einzubringen. Das neue Reglement Energie- und Umweltfonds, das aktuelle Förderprogramm sowie die Gesuchsformulare finden sich auf der städtischen Website unter [www.arbon.ch/euf](http://www.arbon.ch/euf).  
Medienstelle Arbon

Aus dem Stadthaus

**Stadtverwaltung  
am 1. Mai geschlossen**

Der 1. Mai – Tag der Arbeit – ist im Thurgau ein kantonaler Ruhetag. Daher bleiben an diesem Tag die Arboner Stadtverwaltung, der Werkhof und die Entsorgungsstelle geschlossen. In den Arboner Sammelzonen Nord, Süd und Zentrum entfällt die Kehrichtabfuhr vom Montag, 1. Mai. Die Abfuhr wird am Dienstag, 2. Mai, nachgeholt.

**Stadtworkshop Weiher plus zeigt Ergebnisse**

Am 15. Mai präsentieren die Projektteams des Stadtworkshops Weiher plus sowie Vertreterinnen und Vertreter der Stadt die Ergebnisse der bisherigen Bearbeitungsphase. Im Rahmen des Stadtworkshops Weiher plus fanden sich Anwohnende aus dem Gebiet rund um den Weiher – zwischen WerkZwei, Stacherholz und Brühlstrasse – zusammen, um zu erarbeiten, was sich in ihrem Quartier verändern soll. Der Stadtworkshop war mehrstufig aufgebaut und dauerte insgesamt acht Monate.

**Anmeldung erforderlich**

An der Ergebnispräsentation informieren die Involvierten über den Stand der verschiedenen Projekte sowie die künftig geplanten Schritte. Die öffentliche Veranstaltung mit anschliessendem Apéro findet am Montag, 15. Mai, ab 18 Uhr im Bildungszentrum an der Standstrasse 2 in Arbon statt. Für Familien mit kleinen Kindern steht eine Kinderbetreuung zur Verfügung. Aus organisatorischen Gründen wird um eine Anmeldung bis zum 8. Mai via [gesellschaft@arbon.ch](mailto:gesellschaft@arbon.ch) oder Telefon 071 447 14 91 gebeten. Alle Informationen zum Projekt sind unter [www.arbon.ch/weierplus](http://www.arbon.ch/weierplus) zu finden.

Medienstelle Arbon



**RAIFFEISEN**

**Raiffeisenbank  
Regio Arbon**

**Unterschiedliche Laufzeiten wählen**

Ein Mix verschiedener Laufzeiten bringt den Vorteil mit sich, dass sich eine allfällige, starke Veränderung der Zinsen nicht auf die gesamte Finanzierung auswirkt. Zudem wird auch die Sicherheitsprämie längerfristiger Laufzeiten ausgemittelt, was zu Kosteneinsparungen gegenüber reinen Langfrifthypotheken führen kann.

**Raiffeisen Wohneigentumsberatung**

Es gibt nicht per se eine richtige, falsche oder die beste Strategie. Die Strategie richtet sich nach dem persönlichen Sicherheitsbedürfnis, den finanziellen Verhältnissen, den eigenen Zukunftserwartungen sowie dem Interesse an der stetigen Beobachtung der Zinsentwicklung. Daher lohnt sich eine professionelle Beratung bei Ihrer lokalen Raiffeisenbank, welche alle wichtigen Punkte berücksichtigt und gemeinsam mit Ihnen die für Sie passende Strategie ausarbeitet.



**Nicole Ulmann**  
Teamleiterin Kreditberatung  
Raiffeisenbank Regio Arbon  
T 071 447 11 26

**Einladung zum digitalen Event  
am 8. Mai 2023**

**«Ihr Traum von Eigenheim – so wird er wahr»**

Sie träumen von den eigenen vier Wänden, wissen aber nicht, wie Sie das Vorhaben angehen sollen? Erfahren Sie am digitalen Event vom 8. Mai 2023, wie Sie einen Kaufpreis einschätzen können und wie ein Belehnungswert zustande kommt. Unsere Experten zeigen Ihnen zudem die unterschiedlichen Finanzierungsmöglichkeiten auf. Melden Sie sich jetzt für den digitalen Event an:

[raiffeisen.ch/digitaler-event-eigenheim](http://raiffeisen.ch/digitaler-event-eigenheim)

**Was tun bei steigenden Zinsen?**

Publireportage

**Steigende Inflation und Leitzinsen üben Druck auf die Hypothekarzinsen aus. Wer jetzt eine Hypothek abschliessen möchte oder eine auslaufende Hypothek erneuern muss, stellt sich die Frage: Wie kann ich mich gegen steigende Zinsen absichern?**

Diese Frage lässt sich nicht so einfach beantworten, sie hängt von der persönlichen Situation, den Lebensumständen, den Präferenzen sowie der Zukunftserwartung des Kreditnehmers ab. Zudem hat jedes Hypothekmodell seine Vor- und Nachteile. So ermöglichen Festhypotheken, bei welchen der heutige Zinssatz für eine bestimmte Laufzeit gesichert wird, eine bessere Budget- und Planungssicherheit sowie Schutz vor kurzfristigen Kursschwankungen. Wenn man hingegen nur mit einem moderaten, langsamen Zinsanstieg rechnet oder einen solchen gänzlich ausschliesst, stellen die zum Abschlusszeitpunkt deutlich günstigeren Geldmarkthypotheken eine attraktive Option dar. Alternativ bieten sich auch Mix-Strategien an, um sowohl die Kosten als auch das Zinsschwankungs-

risiko der verschiedenen Finanzierungsweisen in Grenzen zu halten. Folgende Tipps sollen Ihnen bei der Wahl der passenden Hypothek helfen.

**Zinsentwicklung beobachten**

Die Zinsen sind in den letzten Monaten in Bewegung geraten. Wer eine Geldmarkthypothek abgeschlossen hat oder kurz vor einer Verlängerung seiner Festhypothek steht, sollte sich unbedingt mit dem Zinsgeschehen auseinandersetzen. Richten Sie dafür den Zinsalarm von Raiffeisen unter [raiffeisen.ch/zinsalarm](http://raiffeisen.ch/zinsalarm) ein, der Sie jederzeit und kostenlos über die Veränderungen am Hypothekmarkt informiert.

**Terminhypothek abschliessen**

Gegen einen Zuschlag können Sie die Festhypothek als Terminhypothek nutzen und den Zinssatz Ihrer zukünftigen Hypothek im Voraus festlegen. Die Höhe des Aufschlags hängt davon ab, wie weit der Laufzeitstart der neuen Hypothek entfernt ist: Je kürzer, desto geringer der Aufschlag.

Ihr Partner für Fiat und Alfa Romeo in der Region



DER NEUE ALFA ROMEO TONALE HYBRID IST DA.

seit 1988

Delta Garage G, Campallia GmbH · 9403 Goldach · www.deltagarage.com · 079 697 57 32

Wir suchen Mechatroniker/Automobilfachmann

**manser24**  
HANDWERKER-SHOP

**NIE MEHR SELBER RASEN MÄHEN!**

**5 Jahre Garantie!\***

Husqvarna  
READY WHEN YOU ARE  
\*Option

**NEU: Auch als Allrad erhältlich!**

**Verkauf & Service bei Ihnen zu Hause!**

Pündtstrasse 1 | 9320 Arbon | Telefon 071 440 40 40  
info@manserag.com | www.manserag.com | www.manser24.ch

**Stadtworkshop junges Arbon**

Junge wirken mit!

Jugendraum, MTB-Anlage, Winterkino und Turnfabrik, an diesen Projekten arbeiten Jugendliche aus Arbon seit September. Erfahre, wie es weitergeht!

**Mittwoch, 3. Mai 2023**  
Von 17.30 bis 19.30 Uhr, mit Snacks  
Saurer Museum am See, Zum See 5

«Entscheide mit, wie 25'000 Franken auf die Projekte aufgeteilt werden sollen.»

Michael Hohermuth  
Stadttrat

**ERGEBNIS VOR STELLUNG**

Weitere Informationen zum Projekt:  
www.arbon.ch/jungesarbon



## Plangenehmigungsverfahren für Starkstromanlagen

### Öffentliche Planaufgabe

für:  
**S-0178155.1** Transformatorenstation Nr. 10 St. Gallerstrasse. Ersatz-/Neubau der TS St. Gallerstrasse auf Parzelle 4172 der Gemeinde Arbon. Koordinaten: 2749393/1263979

**L-0081431.2** 20 kV-Kabel zwischen den Transformatorenstationen 10 St. Gallerstrasse und 12 Brühlstrasse. Bestehendes MS-Kabel in die neue Transformatorenstation St. Gallerstrasse einschlaufen

**L-0113510.2** 20 kV-Kabel zwischen den Transformatorenstationen 10 St. Gallerstrasse und 12 Brühlstrasse. Bestehendes MS-Kabel in die neue Transformatorenstation St. Gallerstrasse einschlaufen

**L-0114163.2** 20 kV-Kabel zwischen den Transformatorenstationen 10 St. Gallerstrasse und 12 Brühlstrasse. Bestehendes MS-Kabel in die neue Transformatorenstation St. Gallerstrasse einschlaufen

Beim Eidgenössischen Starkstrominspektorat hat die Ingenieurteam IFE AG, Balgacherstrasse 26, 9445 Rebstein, im Namen der Arbon Energie AG, Salwiesenstrasse 1, 9320 Arbon, das oben erwähnte Plangenehmigungsgesuch eingereicht.

**Auflagefrist: 28. April bis 27. Mai 2023**  
**Auflageort: Abteilung Bau/Umwelt, Stadthaus, Hauptstrasse 12, 3. Stock**

Die öffentliche Auflage hat den Enteignungsbann nach den Artikeln 42–44 des Enteignungsgesetzes (EntG; SR 711) zur Folge. Wird durch die Enteignung in Miet- und Pachtverträge eingegriffen, die nicht im Grundbuch vorgemerkt sind, so haben die Vermieter und Verpächter ihren Mietern und Pächtern sofort nach Empfang der persönlichen Anzeige davon Mitteilung zu machen und den Enteigner über solche Miet- und Pachtverhältnisse in Kenntnis zu setzen (Art. 32 Abs. 1 EntG).

Wer nach den Vorschriften des Verwaltungsverfahrensgesetzes (VwVG; SR 172.021) Partei ist, kann während der Auflagefrist beim Eidgenössischen Starkstrominspektorat, Planvorlagen, Luppenstrasse 1, 8320 Fehraltorf, Einsprache erheben. Wer keine Einsprache erhebt, ist vom weiteren Verfahren ausgeschlossen.

Während derselben Auflagefrist kann, wer nach den Vorschriften des EntG Partei ist, sämtliche Begehren nach Artikel 33 EntG geltend machen. Diese sind im Wesentlichen:

- Einsprachen gegen die Enteignung;
- Begehren nach den Artikeln 7–10 EntG;
- Begehren um Sachleistung (Art. 18 EntG);
- Begehren um Ausdehnung der Enteignung (Art. 12 EntG);
- die geforderte Enteignungsschädigung.

Zur Anmeldung von Forderungen innerhalb der Einsprachefrist sind auch die Mieter und Pächter sowie die Dienstbarkeitsberechtigten und die Gläubiger aus vorgemerkten persönlichen Rechten verpflichtet. Pfandrechte und Grundlasten, die auf einem in Anspruch genommenen Grundstück haften, sind nicht anzumelden, Nutzungsrechte nur, soweit behauptet wird, aus dem Entzuge des Nutzungsgegenstandes entstehe Schaden.

Eidgenössisches Starkstrominspektorat, Planvorlagen, Luppenstrasse 1, 8320 Fehraltorf



## Spezielle Öffnungszeiten über die Feiertage

Am 1. Mai, über Auffahrt (inklusive Brückentag am Freitag) und über Pfingsten bleibt die Gemeindeverwaltung Horn geschlossen. Die Grünabfuhr am Donnerstag, 18. Mai, fällt ersatzlos aus. Die Kehrichtabfuhr wird am Dienstag, 30. Mai, nachgeholt. In Notfällen (insbesondere bei Todesfällen) ist der Pikettdienst unter der Nummer 058 346 2149 erreichbar. mit

**PRO FAMILIA**  
WOHNBAUGENOSSENSCHAFT

**2½-Zi-Wohnung im 2. OG**  
**Föhrenstrasse 7, 9320 Arbon**

SENIORENWOHNUNG: Lift, moderne Küche + Bad, Balkon, Parkett

MZ Fr. 580.00 + HNK akonto Fr. 170.00  
Vermietbar per 01. Juni 2023 o. n. V.

pero Verwaltungen/Immobilien  
Tel. 071 282 30 75 Rebecca Costa  
www.wbg-profamilia.ch

**Buechhorn**  
RESTAURANT

**Brunch am See**  
09:00 - 13:00 Uhr

Muttertags-Brunch  
14. Mai 2023

Pfingst-Brunch  
28. Mai 2023

Sonntags-Brunch  
11. Juni 2023

Sonntags-Brunch  
09. Juli 2023

1. August-Brunch  
1. August 2023

Reservation erforderlich:

www.strandbad-arbon.ch

## Das Kinderhaus Arbon punktet bei den Behörden

Laura Gansner

**Das Kinderhaus Arbon wurde von der offiziellen Aufsichtsbehörde auf den Prüfstand gestellt und erhielt Bestnoten. Luft nach oben hat die Betreuungseinrichtung dennoch, wie Geschäftsleiterin Manuela Baumann verrät.**



Sicheres Umfeld für die Kinder: Der Kanton Thurgau drückt dem Kinderhaus Arbon sein Gütesiegel auf. z.Vg.

Die Pflegekinder- und Heimaufsicht des Kantons Thurgau konnte sich im Rahmen ihres Aufsichtsbesuchs «ein positives Bild der Einrichtung machen», wie es im Abschlussbericht des Departements für Justiz und Sicherheit heisst. Basierend auf Gesprächen mit der Leitung, dem Personal und Eltern sowie der Besichtigung des Kinderhauses Arbon kommt die kantonale Aufsichtsbehörde zum Schluss, dass «für eine gute fachliche Betreuung gesorgt ist». Manuela Baumann, Geschäftsleiterin vom Kinderhaus Arbon, ist dementsprechend begeistert: «Wir blicken positiv in die Zukunft. Und bleiben doch bereit, Änderungen anzugehen.» Im Bericht werden nämlich auch drei Entwicklungsziele – die Einführung eines pädagogischen Konzepts, der Arbeitsschutz und die Überarbeitung der Homepage – festgehalten, welche noch in diesem Jahr umgesetzt werden sollen. Weitere Veränderungen stehen

auch aufgrund des Betreuungsgutschriften-Systems der Stadt an, welches voraussichtlich im Sommer 2024 eingeführt werden soll. «Diese kostendeckende Subventionierung ist eine Chance für uns», kommentiert Manuela Baumann. Wie sich damit die Attraktivität des Kinderhauses steigern werde, sei schwer zu sagen. Aber durch das neue System könne die Betreuungseinrichtung selbständiger agieren und jeden der angebotenen Plätze sichern. Zur Zeit bietet das Kinderhaus Arbon 54 Betreuungsplätze an, wobei die räumliche Kapazität vorhanden wäre, nach Bedarf aufzustocken.

## Leserbrief

### Die Schuld liegt nicht beim Stadtparlament

Aus dem «felix. die zeitung.» vom 21. April ist zu entnehmen, dass die Bevölkerung der Schulgemeinde Stachen mit der Vorgehensweise des Parlaments nicht einverstanden ist. Es wird immer wieder behauptet, das Parlament verhindere eine Schulhauserweiterung auf dem Arboner Stadtgebiet. Dem ist nicht so! Im Gegenteil, wir ersuchen um eine beste gemeinsame Lösung. Die Ausrede, man habe nicht genügend Zeit, ist aus meiner Sicht etwas billig, da sich die Schülerzahlen

nicht erst seit gestern nach oben entwickeln. Man hätte mit der Planung früher beginnen sollen, statt nun dem Stadtparlament die Schuld an der eigenen Fehlplanung zu geben. Politische Prozesse dauern nun halt leider etwas länger, das ist sicher mühsam aber auch bekannt. Versuchen wir doch nicht gegen einander, sondern miteinander die bestmögliche Lösung für die Schülerinnen und Schüler zu finden.

Reto Neuber, Arbon  
Stadtparlamentarier Die Mitte

## Leserbrief

### Parlaments-Verstand für Stachener Primar

Bekanntlich entscheidet in nächster Zeit das Arboner Stadtparlament über die Neubauten um das Stachener Primarschulhaus. Es geht darum, ob das vom Arboner Stadtrat befürwortete Baurecht auf dem Sportplatz an die Stachener Schulgemeinde gewährt werden soll. Es gibt Meinungen, die mit einer Verweigerung des Baurechtes die Schulgemeinde Stachen zu einem Zusammenschluss mit Arbon zwingen wollen. Die Stachener Schulbürgerschaft möchte einen Erweiterungsbau der Schulanlage und selbstständig bleiben. Ein dringend notwendiges Provisorium in Form von Pavillons für die nächsten fünf Jahre ist jetzt in Bau und ab dem neuen Schuljahr bezugsbereit. Die Verweigerung des Baurechtes würde zu einem Neubau auf dem Gelände des viel benutzten Spielplatzes und der angrenzenden Grünanlage führen, was langfristig vor allem auch für Arbon unsinnig und kurzsichtig wäre. Ein Neubau auf der Arboner Parzelle wäre planerisch gescheiter, ausbaufähig auch mit einer späteren Aufstockung und mit einer allenfalls notwendigen Sporthalle. Allfällige Einsparungen der Verwaltungskosten bei einer Zusammenlegung der Schulgemeinden sind gemäss Aussagen vom Amt für Volksschule nicht wesentlich. Ein neues Schulhaus wäre für die Jugend und die Eltern in Stachen, allenfalls auch im Brühlstrasse-Quartier wertvoll. Es gilt die Bedürfnisse der Kinder in den Vordergrund zu setzen. Ich habe den Eindruck, dass einige Parlamentarier wieder neue Gräben zwischen Stachen und Arbon aufreissen wollen. Das ist nicht zukunftsweisend. Als ehemaliger Schüler in Stachen, ehemaliges Schulbehördenmitglied, Steuerzahler von Arbon und Stachen bitte ich die Parlamentsmitglieder, einem Baurecht im Sinne der Stachener Schüler zuzustimmen.

Ernst Möhl, Stachen

# «Dickdarm-Krebs nimmt leider zu»

Kim Berenice Geser

Asim Rraci ist Facharzt für Gastroenterologie im Magen-Darm-Zentrum in Goldach. Im Interview spricht er über die beunruhigende Zunahme von Dickdarm-Krebs und sinnvolle Vorsorgemöglichkeiten.

Laktoseintoleranz, Glutenunverträglichkeit, etc. – es scheint, als ob immer mehr Menschen an Unverträglichkeiten leiden ...

**Asim Rraci:** Sie haben Recht, Nahrungsmittelunverträglichkeiten haben in unserer Gesellschaft in den letzten Jahren zugenommen. Laut Statistiken leidet jeder Fünfte in der Schweiz an Nahrungsmittelunverträglichkeiten. Wir sehen das täglich in unserer Praxis. Oft sind es Patienten die längere Zeit mit Beschwerden kämpfen müssen, bis die Diagnose festgestellt wird. Obwohl die Diagnostik bezüglich Laktoseintoleranz oder Glutenunverträglichkeit heutzutage ganz einfach und nicht invasiv ist.

**Wie wirkt sich eine solche Unverträglichkeit auf den Darm aus?**

Ist der Darm nicht fähig, bestimmte Nahrungsmittel zu verarbeiten oder überhaupt aufzunehmen, reagiert er darauf mit Beschwerden wie akutem Durchfall, Bauchschmerzen, Blähungen oder Erbrechen.

**Ab wann empfehlen Sie Betroffenen ärztlichen Rat einzuholen?**

Bei jedem chronischen Durchfall, sowie akutem oder chronischem Blut im Stuhl oder bei Bauchschmerzen sollte eine ärztliche Abklärung stattfinden.



Doktor Asim Rraci bei einer Besprechung im Magen-Darm-Zentrum in Goldach. z.Vg.

**Nebst den Lebensmittelunverträglichkeiten: Welche Darmkrankheiten haben in den letzten zehn Jahren zugenommen?**

Leider vor allem die bösartige Krankheit wie der Dickdarm-Krebs bei welcher die Rate stark zunimmt. Heute wird er weltweit als die zweit bis dritt häufigste bösartige Krankheit eingestuft. Obwohl durch die diagnostischen Massnahmen und der Entwicklung der Therapie bei Früherkennung des Dickdarm-Krebses die Überlebenschancen viel besser geworden sind. Aber auch die chronische entzündliche Darmkrankheit wie Morbus Crohn und Colitis ulcerosa haben zugenommen.

**Soziale Medien, ständige Erreichbarkeit, der gesellschaftliche Druck zur Selbstverwirklichung – die Stressfaktoren in unserem Alltag nehmen zu. Besteht ein Zusammenhang im**

**Wandel unseres Lebensstils und der Gesundheit unseres Darms?**

Wie bei allen unseren Organen zählen Stress und der Lebensstil zu den häufigsten Risikofaktoren. Auf jeden Fall trifft heutzutage der Dickdarmkrebs leider nicht selten auch junge Patienten unter 50 Jahren. Hier sieht man einen Zusammenhang zwischen unserem Lebensstil und der Zunahme des Darmkrebses. An dieser Stelle müssen wir Ärzte und auch Sie als Journalisten unserer Gesellschaft mehr über die Vorsorgemöglichkeiten sensibilisieren.

**Welche Vorsorgemöglichkeiten erachten Sie als sinnvoll?**

Die sicherste diagnostische Methode für die Darmvorsorge ist die Darmspiegelung. Heutzutage wird die Darmspiegelung unter Narkose durchgeführt, so dass der Patient kaum etwas von der Untersuchung

spürt. Und die Komplikationsrate ist gering, sogar unter einem Prozent.

Es werden heute aber auch vermehrt Stimmen laut, die sagen, die Darmspiegelung werde inflationär verordnet. Wann ist eine solche wirklich angebracht und wann nur Geldmacherei?

Es gibt klare Indikationen für die Darmspiegelung und ich glaube und hoffe, dass jeder Gastroenterologe nach der Empfehlung der Schweizerischen Gesellschaft arbeitet. Eine Darmspiegelung ist indiziert bei chronischem Durchfall, Blut im Stuhl, chronischer Verstopfung oder nur als Vorsorge für Darmkrebs. An dieser Stelle appelliere ich gerne an die Menschen, sich bei Beschwerden auf jeden Fall frühzeitig zu melden und am Darmkrebsvorsorge-Programm teilzunehmen. Jede Person ab 50 Jahren unabhängig von Beschwerden, sollte und kann eine Darmspiegelung bekommen. Bei Menschen, die eine familiäre Belastung bezüglich Darmkrebs haben, sollte die Vorsorge bereits mit 40 Jahren durchgeführt werden.

**Und welche präventiven Massnahmen können ergriffen werden?**

Natürlich empfehlen wir eine gesunde Ernährung mit viel Gemüse, Obst und Ballaststoffen. Wenig geeignet sind einfache Zucker aus Weissmehl sowie raffinierter Zucker, gekoppelte und geräucherte Wurst, Fleischwaren, Nahrungszusatzstoffe wie Emulgatoren und eine fettreiche und kohlenhydratreiche Ernährung.

# Wieder auf das Bauchgefühl hören

Laura Gansner

Schmetterlinge im Bauch oder einen Stein im Magen – metaphorische Redewendungen deuten an, was Therapeutin Angelika Hollenstein in ihrem Praxisalltag immer wieder erlebt: Was in unserer Psyche geschieht, betrifft nicht selten unseren Verdauungstrakt.

**Als Psychologische Beraterin ist Ihr Fachgebiet die Psyche. Ihre Ausbildung zur Diplomierten Körperzentrierten Psychologischen Beraterin verrät bereits, dass Sie aber auch den physischen Aspekt nicht ausser vor lassen. Wie kommt das in Ihren Sitzungen zum Tragen?**

**Angelika Hollenstein:** Das lässt sich am besten am Bild eines Würfels erklären. Dieser ist für sich zwar eine Einheit, jedoch mit verschiedenen Seiten. Kommt jemand zu mir in die Behandlung, dann möchte ich diese unterschiedlichen Facetten einer Person betrachten, auch die körperliche. Dazu gehört das Verdauungssystem, denn der Darm ist direkt mit unserem Hirn und unseren Emotionen verbunden. Sein Einfluss auf unser Wohlbefinden ist nach aktuellem Stand der Forschung unbestritten.

**Hat also einer Ihrer Klientinnen oder Klienten beispielsweise Verdauungsbeschwerden, dann ist das durchaus relevant für ihr therapeutisches Vorgehen?**

Auf jeden Fall. Körperliche Beschwerden und Empfindungen sollten jederzeit benannt werden



Vom Gehirn in den Darm: Unsere Psyche hat Einfluss auf unsere Darmgesundheit.

istock

dürfen. Sie können viel über Emotionen verraten, die den Personen vielleicht gar nicht bewusst sind. So liegt vielen Menschen zum Beispiel Wut oder unterdrückte Trauer oft schwer im Magen. Bei Kindern werden Bauchschmerzen schneller in Zusammenhang mit psychischen Herausforderungen gebracht. Doch Erwachsene haben oft verlernt, diese körperlichen Symptome zu hören geschweige denn, sie in einem therapeutischen Verhältnis einzubringen.

**Die Intuition ist uns auch als Bauchgefühl bekannt. Wie kann man mehr auf diese Körper-Geist-Verbindung hören lernen?**

Da gibt es unterschiedliche Ansätze wie Atemübungen oder Meditation. Damit unsere Intuition überhaupt zu Wort kommen kann, müssen wir

in einen Zustand der Entspannung kommen. Erst wenn wir dieser Raum geben, können wir die Signale unseres Körpers klar benennen und sie in einem nächsten Schritt einordnen, Schlüsse aus ihnen ziehen und einen liebevollen Umgang damit finden.

**Psychische Probleme können zu Verdauungsproblemen führen. Funktioniert diese Verbindung auch anders herum?**

Klar, Verdauungsbeschwerden können auch zu emotionalen Verstimmungen führen. Unser körperliches Wohlbefinden ist der Grundbaustein in der Bedürfnispyramide nach Maslow. Wenn es uns also körperlich nicht gut geht, ist es schwierig, auch noch auf unser psychisches Wohlbefinden zu achten. Dieser «Teufelskreislauf» kann aber durchbrochen werden, nicht nur durch psycho-therapeutische

Ansätze. Setzen wir bei der körperlichen Seite an, so können ausreichend Bewegung und ausgewogene Ernährung unseren psychischen Zustand verbessern.

## Zur Person

Angelika Hollenstein ist seit 2016 als psychologische Beraterin in Arbon und St.Gallen tätig. Eine ihrer zahlreichen Aus- und Weiterbildungen im therapeutischen Bereich ist jene zur Diplomierten



Körperzentrierten Psychologischen Beraterin am Institut für Körperzentrierte Psychologie (IKP).

**STEPHAN KUGLER**  
MED. MASSEUR eidg. FA

www.stephankugler.ch

EMR/ASCA anerkannt

Grabenstr. 4 • 9320 Arbon • Tel. 071 446 87 22 • therapie-kugler@bluewin.ch

**NATÜRLI**

alles für eine gesunde, ausgewogene und genussvolle Ernährung

9320 Arbon • Hauptstrasse 5  
www.natuerli-arbon.ch

**Physiotherapie Neuber**

Dipl. Physiotherapeuten Team

St. Gallerstrasse 18a  
9320 Arbon  
071 446 22 25

**Die Praxis für Osteopathie, Hypnose und IHHT**

- Kopfschmerzen - Schwindel
- Stoffwechselbeschwerden
- Ängste - Panik - Phobien
- Gelenksbeschwerden
- Gewichtsreduktion
- Immunschwäche
- Stress - Diabetes
- Schwindel - Tinnitus
- Craniosacrale Osteopathie

**Jan. Keuning**  
OSTEOPATHIE  
HYPNOSE

Friedenstrasse 8 | 9320 Arbon | 071 521 47 60  
kontakt@jankeuning.ch | www.jankeuning.ch

# Der Magen mag es meist einfach

Laura Gansner

Bei Bauchbeschwerden gibt es unzählige Hausmittelchen, die einem Linderung verschaffen können. Kurzfristig jedenfalls, wie Ernährungsberaterin Barbara Ricciardi verrät. Nachhaltig hilft etwas, das nicht nur für die Ernährung gilt: Zeit für sich beanspruchen.

## Verdaunungsmythen entlarvt

Pfefferminztee, Beine hochlagern, Bettflasche auf den Bauch – bewährte Hausmittel schaffen momentäre Entlastung für den Verdauungstrakt, so die ausgebildete Präventiv- und Sporternährungsberaterin Barbara Ricciardi aus Horn. Doch auf lange Sicht brauche es mehr, um sich nicht jeden Abend die Bauchkrämpfe mit diesen Trostpflastern aus dem Körper zu wärmen. Sprich: eine gesunde und ausgewogene Ernährung. Oft würde man bereits wissen, wie eine solche aussehe, ist sich Ricciardi sicher: «Was wir im «TipTopf» gelernt haben, reicht eigentlich aus.» Jedenfalls als Basis, denn zu den Regeln der Ernährungspyramide kommen die individuellen Lebensrealitäten hinzu. Und diese mischen die Karten für eine optimale Ernährung für die Darmgesundheit nochmals neu.

## Der Leistungsdruck grätscht rein

Einen Ernährungsplan könne man noch schnell einmal schreiben, wie Barbara Ricciardi erklärt. «Aber dann kommt der Mensch mit seinem eigenen Leben hinzu.» Sie spricht von einer «Lebensintensität»



Ernährungsberaterin Barbara Ricciardi ist sich sicher: Für eine gesunde Darmflora braucht es nicht viel Firlefanz, sondern viel mehr eine solide Basis an Makronährstoffen. z.V.g.

und meint damit die körperliche und mentale Belastung, die man durch den individuellen Lebensstil erfährt. Wie viel Raum bleibt einem dabei, auf die Bedürfnisse des Körpers zu hören? Nicht viel, beobachtet Ricciardi in ihrer Arbeit immer wieder: «Beim ständigen Leistungsdruck unserer Gesellschaft verliert man sich schnell.» Man verliert das Gespür, das eigene Bauchgefühl wahrzunehmen. Doch genau diese Intuition wäre wichtig für das Wohlbefinden – vom Kopf bis zum Darm.

## Zurück zur Basis

Konkret heisst das, sich kleine und erreichbare Ziele zu setzen.

Beispiele seien hier schwer, bedenkt Ricciardi, denn es gehe immer darum, die individuelle Lebensrealität mit in die Rechnung einzubeziehen. Was aber auf jeden Fall gelte: die Ernährung auf Basis der drei Makronährstoffe Kohlenhydrate, Proteine und Fette aufzubauen. Man müsse nicht jeden Trend – wie eine Ernährung frei von Kohlenhydraten oder eine Paleo-Diät – mitmachen. Diese können die Darmflora eher aus dem Gleichgewicht bringen, als ihr zu nützen. Gerade die Sozialen Medien würden zwar dazu verleiten, dies und jenes auszuprobieren: «Aber nur weil bei jemand anderem Trick 77 funktioniert, gilt dasselbe

eben nicht zwingend für den eigenen Körper.» Ausserdem würden viele der Informationen im Internet nicht von Expertinnen und Experten stammen und deshalb mit Vorsicht zu geniessen sein. Deshalb empfiehlt Ricciardi: «Lieber das Handy aus der Hand legen und nach einem Fachbuch greifen.» Wenn Verdauungsbeschwerden auch mit einer ausgewogenen Ernährung nicht verschwinden, empfiehlt Ricciardi einen Besuch beim Arzt. «Aber eine Ernährungsumstellung ist oft schon genug für eine deutliche Besserung von Verdauungsbeschwerden», wie die Ernährungsberaterin bei ihrer eigenen Kundschaft beobachtet.

**massage chersche**

**Medizinische Massagen für Ihr Wohlbefinden** in Gossau und Horn

079 818 43 92 | [massagepraxis-fh.ch](http://massagepraxis-fh.ch) | Termin online buchen

Die Krankenkassen unterstützen unsere Massagen mit Beiträgen bis zu 80%.

Einfach besser **hören** und verstehen

PHONAK

Ich freue mich auf Sie, Colette Früh, Hörgeräteakustikerin

**Hörberatung Blumer der Hörprofi**

9320 Arbon Bahnhofstrasse 38  
Telefon 071 440 21 26  
arbon@hoerberatung-blumer.ch

Öffnungszeiten:  
Dienstag, Mittwoch und Freitag 9.00 – 12.00  
Donnerstag 9.00 – 12.00 und 14.00 – 17.00

## Unterstützung für die Darmflora holen

Wenn die Darmflora im Ungleichgewicht ist, kann dies zu einem Reizdarm führen. Probiotische Produkte sorgen für Erleichterung.

Der Reizdarm gehöre zu den häufigsten Erkrankungen des Magen-Darm-Trakts, weiss Drogistin Heidi Mock. Beschwerden wie wiederkehrende Bauchschmerzen, Völlegefühl, Durchfall oder Verstopfungen können dabei durch Stress verstärkt werden. «Der Darm ist das Organ unseres Körpers, das unser Wohlbefinden massgeblich beeinflusst», erklärt Mock. Linderung einer Reizdarm-Erkrankung könne durch den Einsatz von Probiotika – eine Zusammensetzung von Bakterien-Stämmen und Hefe – erfolgen. Die probiotischen Produkte beruhigen die gereizten Darm-Schleimhäute durch die enthaltene Huminsäure. Ausserdem nährt das L-Glutamin, eine Aminosäure, die Darm-Schleimhäute. «Das ist wichtig für das Immunsystem», betont Mock.

Heidi Mock, Drogistin HF & Fachberaterin für Darmgesundheit Mit aktuellen Gesundheitstipps für die ganze Familie.

**Reizdarm**

Der Darm beeinflusst unser Wohlbefinden massgeblich. Durchfall oder Verstopfung im Wechsel, oft Bauchschmerzen und Blähungen zeigen einen Reizdarm an. Um dies in den Griff zu kriegen, empfiehlt sich eine Darmsanierung: dies beinhaltet entgiften, reinigen und neues Ansiedeln von probiotischen Bakterien. Bringen Sie Ihre Verdauung in Schwung, wir zeigen, wie!

**swidro** drogerie rosengarten  
Migros-Center, Arbon  
Tel. 071 446 40 90  
[www.swidro-drogerie-rosengarten.ch](http://www.swidro-drogerie-rosengarten.ch)

# Zu Darmspezialisten werden

Laura Gansner

Die felix.-Gesundheitsbeilage ist ein kurzweiliger Einstieg in die Thematik rund um den menschlichen Verdauungstrakt. Wer tiefer eintauchen möchte, kann dies mit den Empfehlungen der interviewten Expertinnen und Experten tun.

## Klassiker der Darm-Literatur

Wer sich für die Grundlagen der Darmgesundheit interessiert, ist mit dem Bestseller «Darm mit Charme» von Giulia Enders gut versorgt. Die Wissenschaftlerin arbeitet aktuelle Forschungsergebnisse rund um das komplexe Organ auf und gibt der Leserschaft praktische Tipps für den Alltag mit an die Hand – von der besten Sitzposition auf dem Klo über die verträglichsten Lebensmittel für die Darmflora.

## Die Gehirn-Darm-Achse im Fokus

Der Gastroenterologe Emerand Mayer bietet in «Das zweite Gehirn» einen umfassenden Einblick in die aktuelle Forschung zum Zusammenhang von Gehirn und Darm. Bei dieser theoretischen Betrachtung bleibt der Wissenschaftler aber nicht stehen. Mayer zeigt, wie man lernt, die Signale des Körpers richtig zu deuten und verrät, welche Ernährung für die Darm-Gehirn-Gesundheit die vorteilhafteste ist.

## Das grosse Bakterien-Krabbeln

In «Superorgan Mikrobiom» beschäftigen sich Medizinerin Nicole Schaezler und Gastroenterologe Florian Beigel mit den Mikrobiomen

– den Billionen von Mikroorganismen und Bakterien im Darm. Laut aktuellen Forschungsergebnissen kann dieser Mikrokosmos der menschlichen Darmflora nicht nur die Gesundheit, sondern auch die Länge des Lebens ausschlaggebend beeinflussen.

## Vom Podcast bis zur Reportage

«Hoffnungsträger Mikrobiom – Gesunder Darm, gesunder Mensch?»: Die Puls-Reportage des SRF (Januar 2023) stellt die Auswirkungen eines gesunden Darms auf das körperliche und psychische Wohlbefinden auf den Prüfstand. «Happy Darm»: Im Podcast der Ernährungsberaterin Patricia Christl dreht sich alles um die Darmgesundheit – und die optimale Ernährung dafür. «Der Darm. Gesunder Bauch – gesunde Seele»: Das Magazin Geo Wissen Gesundheit (12/19) nähert sich in dieser Ausgabe aus verschiedenen Blickwinkeln dem Verdauungstrakt.

**EINLADUNG** zum kulinarischen **FRÜHLINGSFEST**

**5. Mai 2023**

14.00 - 20.00 Uhr  
Senevita Giesserei  
Innenhof  
Giessereistrasse 12  
9320 Arbon

**PROGRAMM**

14.00-20.00 Uhr  
Marktstände mit kulinarischen Highlights aus der Schweiz, aus Italien und Fingerfood aus Pakistan, Dessertvariationen  
-Reise um die Welt-, prickelnde Drinks

15.00-18.00 Uhr  
Kinderstand:  
Gesichtsbemalung, Popcorn, Zuckerwatte

15.30-16.00  
17.30-18.00 Uhr  
Auftritt MG Grace  
(Rock'n Roll, Gospel, Balladen)

15.00/17.00/  
19.00 Uhr  
Hausbesichtigung

**senevita** Giesserei

*Wir freuen uns auf Ihren Besuch!*

**Sonnhalden**

**Sonntagsbrunch** ...wieder mit Buffet à discretion

jeden letzten Sonntag im Monat 8.30-13.00h

**Nächstes Datum: Sonntag, 30. April**

Für CHF 32.00 pro Person  
Lachs-, Aufschnitt- und Käseplatte, Wraps, Rührei, Speck und Rösti, Fruchtsalat, Bircher muesli, Joghurt, Fladen und vieles mehr...

Prosecco, Fruchtsaft und zwei warme Getränke

Reservierungen gerne unter  
Tel. 071 447 24 35

Rebenstrasse 57, CH-9320 Arbon,  
[www.sonnhalden.ch](http://www.sonnhalden.ch)

# 5-Jahr-Jubiläum im Schloss

Laura Gansner

Diesen Frühling feiert die Aforia Immobilien AG ihren fünften Geburtstag. Vor rund zwei Jahren hat sich Gründer Adrian Frei im Schloss Horn eingemietet. Angefangen hat er jedoch ganz wo anders: an seinem eigenen Küchentisch.

Er habe schon mehrere «Eigenständigkeits-Versuche» hinter sich, schmunzelt Adrian Frei. So hat er unter anderem mit zwei Kollegen während seinem Bachelor-Studium in Betriebswirtschaft an der Universität St. Gallen das Start-up «Clean Ring» – Hersteller für WC-Schutzringe – gegründet, welches sie später verkaufen konnten. Nach seinem Studium absolvierte er dann ein Praktikum bei einem bekannten Immobilienmakler. «Dabei ist mir aufgefallen, dass sich viele Kunden eine überregionale Zusammenarbeit wünschen würden», erinnert sich Frei. Sprich: Kein Wechsel in der Kundenbetreuung, wenn man zwei Liegenschaften vermarkten wollte, die nicht in derselben Region lagen. Denn, das hat der Unternehmer schnell bemerkt: «Die Chemie zwischen Makler und Kunde muss



Das Aforia-Team vor dem Schloss Horn: Nico Gansner, Kevin Auer, Adrian Frei und Leandra Frei (v.l.). z.V.g.

stimmen.» Mit diesem Kundenbedürfnis im Hinterkopf hat Frei sich 2018 selbstständig gemacht. «Finanziell war das schwierig nach dem Studium», lacht er. Deshalb arbeitete er kurzerhand vom eigenen Küchentisch aus – zuerst alleine, dann gemeinsam mit seiner Schwester, welche die Buchhaltung übernahm. «Ab den ersten Aufträgen ging es bergauf.» So sehr, dass Frei nach drei Jahren ins Schloss Horn umziehen konnte. Unterdessen hat Frei drei Angestellte, im September kommt eine vierte Mitarbeiterin dazu. Bei der Auswahl seines Teams

ist Frei achtsam, schliesslich handle es sich bei der Immobilienvermarktung nicht selten um eine emotionale Angelegenheit. «Wenn jemand nach 50 Jahren aus dem Eigenheim auszieht, fliessen schon einmal Tränen auf dem Grundbuchamt.» Da brauche es das nötige Fingerspitzengefühl, kombiniert mit Fachwissen und der nötigen Vertrauensbasis einer guten Kundenbeziehung. Wie sein Team in Zukunft wachsen werde, weiss Frei noch nicht: «Ich habe zwar meine Vorstellung, aber die Hauptsache ist, dass ich flexibel bleiben kann.»

## Eine zarte Geschichte über Vertrauen

Am Sonntag, den 30. April, zeigt das Chora Theater um 11 Uhr in der Musikschule in Arbon das Stück «Spring ins Glück», ein Figurentheater für alle ab vier Jahren. Es ist eine zarte Geschichte über das Vertrauen: Die Schnecke Cara ist so fasziniert vom schönen Raben Cola, dass sie ganz vergisst zu flüchten. Beide wagen das Unvorstellbare und vertrauen einander. Sie begegnen sich und sind bald füreinander da. Am Ende erfüllen sich die kühnsten Wünsche von beiden. Reservationen sind telefonisch unter 0715251661 oder per Mail [info@chora-theater.ch](mailto:info@chora-theater.ch) möglich. Weitere Informationen finden sich unter [www.chora-theater.ch](http://www.chora-theater.ch). pd

## Jetzt für die «Messe am See» in Arbon anmelden

Nach der erfolgreichen Durchführung der «Messe am See» in Romanshorn 2022 mit rund 17 000 Besucherinnen und Besuchern kommt die Oberthurgauer Gewerbmesse 2024 wieder nach Arbon. Das Datum steht bereits: 22. bis 24. März. Der Startschuss für Ausstellerinnen und Aussteller fällt am Montag, 1. Mai. Wer sich bis Ende Oktober für eine Teilnahme entscheidet, profitiert von einem Frühbucherrabatt. Informationen und Anmeldungen nimmt das OK unter [www.messeamsee.ch](http://www.messeamsee.ch) entgegen. pd

## Gitarrenkonzert im Landensbergsaal

Heute Freitag, 28. April, spielt Gitarrist Roland Mueller sein diesjähriges Konzert im Landensbergsaal in Arbon. Mueller begann seine Studien bei Jury Clormann in Winterthur und setzte diese fort bei Karl Scheit in Wien. Seine Konzertausbildung schloss er an der Musikakademie in Freiburg/Breisgau bei Sonja Prunnbauer ab. Das Konzert beginnt um 19.30 Uhr. Der Eintritt ist gratis, die Kollekte ist bestimmt für eine Herzensangelegenheit des Künstlers und ist vollumfänglich für die Rettung und medizinische Betreuung der Gallenbären bestimmt. pd

## Vorbereitungskurs zur Firmengründung

Die «Initiative Zukunft Arbon» ist neu Standortpartnerin des Instituts für Jungunternehmen (IFJ). Gemeinsam mit den Start-up-Experten des IFJ zeigt die «Initiative Zukunft Arbon» am Dienstag, 2. Mai, auf dem ZIK-Areal in Arbon, was es beim Weg in die Selbständigkeit zu beachten gilt. Zu hören gibt es zudem Inputs von Janine Brühwiler (Startnetzwerk Thurgau) und einen Erfahrungsbereich der Arboner Jungunternehmerin Lia Bieri (The Bloom). Der Kurs startet um 17.15 Uhr und schliesst um 20 Uhr mit einem kleinen Apéro. Für die Kursteilnahme ist eine Anmeldung unter [www.ifj.ch/arbon-gruenden](http://www.ifj.ch/arbon-gruenden) erforderlich. pd

## Schnuppern in der Musikschule Arbon

An der Musikschule Arbon finden am Samstag, 6. Mai, kostenlose Schnupperlektionen statt. Die Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen werden zu Themen wie Unterricht, Üben und Instrumentenmiete und -kauf beraten. Für Kinder und Jugendliche (bis 20 Jahre) ist die erste Lektion kostenlos. Zusätzliche Schnupperstunden kosten 15 Franken pro Lektion. Erwachsene bezahlen 25 Franken pro Lektion. Anmeldungen können per Mail an [info@musikschule-arbon.ch](mailto:info@musikschule-arbon.ch) geschickt werden. Der Anmeldeschluss ist Montag, 1. Mai. Weitere Infos sind online zu finden unter [www.musikschule-arbon.ch](http://www.musikschule-arbon.ch). pd

**Gesucht :**  
**Erntehelfer/in**  
 Für die Arbeiten in unseren Obstkulturen suchen wir ab Ende Mai 2023 bis ca. Ende Oktober 2023 Verstärkung. Kein auf-die-Leiter-steigen und keine schweren Lasten heben. Aber körperlich fit sein.  
 Zuverlässiges und exaktes Arbeiten.  
 Deutschkenntnisse erwünscht.  
 Familie Würth, Freidorf  
 Tel. 079 717 21 82

# «In Zürich wäre dieser Saal immer ausgebucht»

Kim Berenice Geser

Livia Berchtold hat mit ihrer Konzertreihe «Klassik im Schloss» ein Angebot mit Alleinstellungsmerkmal geschaffen. Ihr Ziel dabei: Jungen, aufstrebenden Künstlern eine Plattform zu geben und ein ebenso junges Publikum für die klassische Musik zu begeistern.



Livia Berchtold hat die Konzertreihe «Klassik im Schloss» gegründet. z.V.g.

Livia Berchtold brennt für ihre Sache. So viel ist schon nach den ersten Sätzen klar, wenn man mir ihr über ihre Musik und ihr Engagement spricht. Berchtold ist Musikerin aus Leidenschaft und will eben diese auch auf ihr Publikum übertragen. Hierzu startete die heute 31-Jährige 2021 den mutigen Versuch, ein neues Konzertformat zu lancieren: «Klassik im Schloss». Im Schloss Arbon will sie mit diesem Angebot junge Profimusikerinnen und -musiker fördern und «klassische Musik auf höchstem Niveau präsentieren». In der Ostschweiz sei es die einzige Kammermusik-Konzertreihe in dieser Form. Was Berchtold einigermassen erstaunt. Nicht zuletzt wegen des einmaligen Ambientes des Landensbergsaals. «Gäbe es einen solchen Saal in Zürich, wäre er jeden Abend ausgebucht», ist sich die Musikerin sicher. Die Akustik, der erstklassige Steinway-Flügel und die Historie des Saals begeistern sie bis heute. «Ich bin immer noch überzeugt davon, dass es keinen besseren Standort für die Konzertreihe gibt.»

Ein Festival für die Klassik  
 Elf Konzerte haben bisher im Landensbergsaal stattgefunden. Das Format gewinne von Mal zu Mal an Beliebtheit, berichtet Berchtold. Wenn gleich sie sich noch mehr, vor allem auch junges Publikum wünschen würde. Klassik sei längst nicht nur Musik für ältere Semester. Nebst der Förderung ist dies mit ein Grund, weshalb sie explizit auf eine Zusammenarbeit mit jungen Musikerinnen und Musikern setzt. Mit der Präsenz in den Sozialen Medien und einer humorvollen Moderation

der einzelnen Konzerte will Berchtold junge Menschen animieren, klassische Konzerte zu besuchen. Klassik für alle Altersgruppen erlebbar machen, ist das Ziel. Nach dem letzten «Klassik im Schloss»-Highlight dieser Saison (siehe Kasten) hat die in Arbon tätige Geigenlehrerin deshalb schon das nächste Format in petto: Am 12. und 13. August veranstaltet sie das «Klassik im Schloss Festival», das in Anlehnung an gängige Openair-Festivals ein Wochenende für Musikbegeisterte jeden Alters zu werden verspricht.

## Wie klingt eigentlich eine Stradivari Geige?

Wer das gerne wissen möchte, darf das Konzert von Stargeiger Alexander Sitkovetsky mit seiner Stradivari bei «Klassik im Schloss» nicht verpassen. Das Konzert findet am Sonntag, 30. April, um 17 Uhr statt. Zusammen mit Veranstalterin Livia Berchtold und anderen Musikerinnen und Musikern wird er das Klaviertrio von Arensky und das Oktett von Mendelssohn spielen. Der Eintritt ist frei, mit Kollekte zur Deckung der hohen Unkosten.

## Leserbrief

### Zur Schliessung der «Wunderbar»

Liebe Simone Siegmann und Team der «Wunderbar» – was ihr uns mit der «Wunderbar» gegeben habt, ist kaum in Worte zu fassen. Immer hattet ihr offen, immer gab es bei euch eine gesunde Verpflegung. Das konstante Angebot hat uns unzählige Male auch in kalten, regnerischen Zeiten gut versorgt. Die «Wunderbar» ist unser Wohlfühlort, auch wenn alle anderen geschlossen haben. Uns gefällt die Kunst und Historie in und um diesen Ort, der unkomplizierte Thekenservice, die Zuverlässigkeit und das immer aufgestellte, unaufgeregte Personal. Sogar über das «Summerdays» habt ihr immer die Ruhe bewahrt und das Festival mit eurem Service in unmittelbarer Nachbarschaft toll ergänzt. Die «Wunderbar» ist unser «Working Space», unsere Pause im Garten, unsere warme Stube, unser Meetingpoint, unser Hotel für Geschäftskolleginnen und Freundinnen. Ja, und dass du liebe Simone uns sogar über Covid, als mein frisch transplantiertes Partner viel zu früh aus dem Spital entlassen werden musste, das Hotel für sechs Wochen überlassen hast, das vergesse ich dir nie. Trotz deiner grossen Sorgen und finanziellen Risiken durch diese verrückte Zeit, hast du das für uns gemacht. Ich bedaure zutiefst, dass man auf deine Vorschläge für einen geordneten Übergang in eine neue wunderbare Ära nicht einging, ja, dass man mit dir nicht mehr geredet hat. Was Arbon damit verliert, ist unsäglich. Du hast nicht aus persönlichen Gründen gekämpft, sondern für das öffentliche Bedürfnis vieler Arbone-rinnen und Arbone-r. Die «Wunderbar», wie ihr sie professionell geführt habt, brachte Lebensqualität und viele Gäste in die Altstadt Arbon.

Heidi Heine, Arbon

# Würth Haus feiert 10-Jahr-Jubiläum

Zum 10-Jahr-Jubiläum zeigt das Forum Würth Rorschach diesen Sonntag eine Kurzdokumentation «Kunst sammeln mit Reinhold Würth» und lädt anschliessend zu Themenführungen ein.

Seit zehn Jahren ist die Sammlung Würth im Forum Würth Rorschach präsent. Aus diesem Anlass zeigt das Forum am Sonntag, 30. April, ein filmisches Porträt des leidenschaftlichen Kunstsammlers Reinhold Würth. Im Anschluss laden die Veranstalter zu Themenführungen durch die aktuellen Ausstellungen «Wasser, Wolken, Wind» und «Anne Hausner» ein und zeigen ausgewählte



Die private Kunstsammlung von Reinhold Würth umfasst rund 20 000 Werke. z.V.g.

Schwerpunkte der Sammlung. Der Jubiläumsanlass dauert von 10 bis 18 Uhr. Es finden während des ganzen Tages mehrere Filmvorführungen und Führungen statt. Der Eintritt

ist frei. Für die Themenführungen wird um eine Anmeldung bis heute Freitag, 28. April, gebeten unter [rorschach@forum.wuerth.ch](mailto:rorschach@forum.wuerth.ch). Infos unter [forum-wuerth.ch](http://forum-wuerth.ch). pd

# Totentafel

## Amtliche Todesanzeigen

Am 18. April 2023 ist gestorben in Münsterlingen: **Baumeister Johannes (Hans) Hermann**, geboren am 17. Juli 1935, von Deutschland, Witwer der Baumeister geb. Coletto Antonietta, wohnhaft gewesen in Arbon, Giessereistrasse 12. Die Abdankung hat bereits stattgefunden. Trauerhaus: Franz Baumeister, Al Zèc 6, 6535 Roveredo.

Am 21. April 2023 ist gestorben in Grabs: **Pachera geb. Fischer Rita**, geboren am 17. März 1949, von Amriswil und Untervaz, Ehefrau des Pachera Remo, wohnhaft gewesen in Arbon, Berglistrasse 2. Die Abdankung findet am Mittwoch, 3. Mai, um 14 Uhr in Arbon statt. Besammlung auf dem Friedhof. Trauerhaus: Herr Remo Pachera, Berglistrasse 2, 9320 Arbon.

## PRIVATER MARKT

**Medizinische Fusspflege – Podologie** Gefässmedizin Bodensee, Hamelstrasse 3, 9320 Arbon. Terminvereinbarung: 071 440 42 42 oder [info@gefaessmedizin-bodensee.ch](mailto:info@gefaessmedizin-bodensee.ch).

**Besenreiserbehandlung** Gefässmedizin Bodensee, Hamelstrasse 3, 9320 Arbon. Terminvereinbarung: 071 440 42 42 oder [info@gefaessmedizin-bodensee.ch](mailto:info@gefaessmedizin-bodensee.ch).

**Privatsammler kauft** Münzen / Bank-Noten / Ansichtskarten, Götti Tel. 079 205 29 59.

**Michi's PC-Hilfe.** Bei allen Anliegen: PC, Laptop, Tablet, Smartphone auch Schulung für Senioren, schnell unkompliziert, **079 520 00 08**

Keine Lust oder keine Zeit zum bügeln? **Sandra's Bügelservice** übernimmt das für Sie. Telefon 078 680 77 15. Mit Abhol- und Bringservice.

## LIEGENSCHAFTEN

**Zu vermieten** in Arbon, Postgasse, **4½ Zimmer Wohnung**, 2. OG ohne Lift ab 1. August 2023 o. NV. Dachterrasse zur Mitbenutzung. MZ CHF 1070.-, NK CHF 290.-. Tel. 071 446 30 45.

**Zu vermieten** in Arbon, Landquartstrasse 48, per sofort oder nach Vereinbarung: **3 Zi.-Wohnung** im 3. OG (kein Lift). MZ CHF 890.-, NK CHF 250.-, Garage CHF 100.-, Parkplatz CHF 50.-, Kontakt: +41 79 612 30 91.

**Zu verkaufen** in Arbon, **4½ Zi.-Whg.** (174 m² NWF), Minergie, Terrasse (31 m²), 2 Garagenplätze, sonnige, ruhige Lage, 5 Min. zum See, CHF 1350 000.-, M: 079 122 14 74.

**Zu vermieten Einstellplatz in Tiefgarage** Bahnhofstrasse 10, Arbon, per 1. Juli 2023. Miete CHF 120.-/Mt. Kontakt: 071 446 17 19.

Zu vermieten per sofort, schöne **3½-Zimmer-Dachwohnung** (94m²) am See, **Seestrasse 64, Horn**. Mietzins CHF 1200.- inkl. NK. Tel. 071 841 82 57.

**Arbon, Alemannenstrasse 10.** Zu vermieten ab sofort o.n.V. neu gestr. **2½-Zimmer-Wohnung** im 3. OG mit neuer Küche. MZ CHF 750.- plus CHF 145.- NK. Tel. 079 780 09 21.

**Horn.** Zu vermieten offener **Schopfunterstand 5.4 x 3.5 m** sowie **Parkplatz unter Scheunenvordach 9 x 4 m**. Anfragen Tel. 079 353 59 33.

## TREFFPUNKT

**Ausstellung Frühlingsfrische: Samstag 29. April 2023, 10.00-18.00, Sonntag 30. April 2023, 11.00-17.00, im Eventraum Eigenmannshof Berg SG.** Aussteller präsentieren ihre Produkte, Wettbewerb, Glitzertattoos am Sonntag, Verpflegung vor Ort möglich, Hofladen geöffnet.

**Zeit-Oase / Oase der Zeit** Der Begegnungsort im Schloss Arbon mit Klang, Yoga, Kinesiologie und verschiedene Workshops. Termine & Info unter [www.zeit-oase.ch](http://www.zeit-oase.ch) / 077 412 78 53.

## FAHRZEUGMARKT

**Kaufe Autos, Jeeps, Lieferwagen, Busse, Wohnmobile und LKW.** Gute Barzahlung. Telefon 079 777 97 79 (Mo-So).

Freitag ist felix.-Tag

**FLEISCHMANN IMMOBILIEN**



**5½-Zi-Haus in Steinebrunn**  
In ruhigem, ländlichem Wohnquartier. Baujahr 1981, Renovationsbedarf vorhanden. NWF 132 m², mit kleiner 1-Zi-Einliegerwohnung im UG sowie integrierter Doppelgarage. Massive Bauweise, grosse Parzelle, Umbaupotential vorhanden. Landanteil 870 m². Verkaufspreis 920'000.-.

**Fleischmann Immobilien AG**  
Telefon 071 446 50 50 [c.bollinger@fleischmann.ch](mailto:c.bollinger@fleischmann.ch) [www.fleischmann.ch](http://www.fleischmann.ch)



## Auflage Baugesuche

### Bauherrschaft

Malergeschäft Farbecht, Poststrasse 16, 9402 Mörschwil. Bauvorhaben: Neuanstrich Fassade, Ersatz Blechdach Vorbau Süd und Fensterbänke, Parzelle 1358, Hauptstrasse 15, 9320 Arbon

### Bauherrschaft

Politische Gemeinde Arbon, Hauptstrasse 12, 9320 Arbon. Bauvorhaben: Fassadenanstrich, Parzelle 3094, Rathausgasse 1, 9320 Arbon

### Bauherrschaft

ZIK Immo AG, Weitegasse 6, 9320 Arbon. Bauvorhaben: Erstellung Entsorgungsort und Treppenabgang UG / Antrag Ausnahmebewilligung Unterschreitung Strassenabstand, Parzelle 2660 und 4000, Schlossgasse 4 und Weitegasse 6, 9320 Arbon

### Auflagefrist

28. April – 17. Mai 2023

### Planaufgabe

Abteilung Bau/Umwelt, Stadthaus, Hauptstrasse 12, 3. Stock

### Einsprachen

sind innerhalb der Auflagefrist schriftlich und begründet an die Politische Gemeinde Arbon zu richten.



## Gesuch um regelmässige Freinächte § 34a Gastgewerbesgesetz Thurgau

Restaurant: Club Once by Trischli Badgasse 13 9320 Arbon

Patentinhaber: Juan Manuel Roz Brühlhaldenstrasse 6 9320 Arbon

Auflagefrist: 28. April bis 17. Mai 2023

Gesuchsaufgabe: Abteilung Einwohner/Sicherheit, Stadthaus, Parterre, Hauptstrasse 12, 9320 Arbon

Einsprache: Während der Auflagefrist kann jede Person, die ein schutzwürdiges Interesse nachweist, schriftlich und begründet beim Stadtrat Arbon Einsprache erheben.



**WORKSHOP DAY SA | 6.5.23**

Du interessierst dich für Tanz und weisst nicht, welcher Tanzstil zu dir passt? Du hast Lust auf einen abwechslungsreichen coolen Tanznachmittag? **Ab 13.30 Uhr in der Tanzwerkstatt der Musikschule.**

Hip Hop, Modern Dance, Kids Dance, Ballett, und vieles mehr. Infos und Online-Anmeldung: [musikschule-arbon.ch/workshop-day](http://musikschule-arbon.ch/workshop-day)

**TANZWERKSTATT ARBON**

# VERANSTALTUNGEN

## Arbon

### Freitag, 28. April

- ab 15 Uhr: Eröffnung «Omvida, Hauptstrasse 4.
- 14.30-16.30 Uhr: Vergissmeinnicht-Café «Posthofkafi», Ecke Turmgasse/Metzgergasse.
- 16-18 Uhr: Altstadt Flohmarkt (direkt hinter dem Stadthaus).
- 19 Uhr: Meise-Stamm, Natur- und Vogelschutzverein Meise Arbon, Restaurant Planet One.
- 19.30 Uhr: Gitarrenkonzert Roland Mueller, Landenbergsaal.
- 21 Uhr: Flower Power Party, Presswerk.

### Samstag, 29. April

- 9-13 Uhr: «Frühlingsgefühle» am Arboner Wochenmarkt, Storchengasse.
- 10-12 Uhr: Altstadt Flohmarkt (direkt hinter dem Stadthaus).
- 10-16 Uhr: Erlebnistag, kyburn Joya Center im Hamel.
- 17 Uhr: Rundgang und Erzählung über David Bürkler, Galerie Adrian Bleisch.
- 20 Uhr: Konzert Seven, Presswerk.

### Sonntag, 30. April

- 8.30-13 Uhr: Sonntagsbrunch, Sonnhalden.
- 11 Uhr: Chora Theater «Spring ins Glück», Dietschweilersaal.
- 17 Uhr: Klassik im Schloss, Landenbergsaal.

### Montag, 1. Mai

- 8.30-19 Uhr: Saisonöffnung Schwimmbad Arbon.
- 19 Uhr: Stammtisch SVP Arbon, Restaurant Strandbad Buchhorn.

### Dienstag, 2. Mai

- 14-16 Uhr: Café International, Hamelplatz. Verein Café International.
- 14-17 Uhr: Tanznachmittag für Junggebliebene mit Live Musik, Eintritt frei, Café Weiher.
- 17.15-20 Uhr: Kurs für Gründerinnen und Gründer, ZIK-Areal, zum See 1. Anmeldung unter [www.ifj.ch/arbon-gruenden](http://www.ifj.ch/arbon-gruenden) erforderlich.

### Mittwoch, 3. Mai

- 15-18 Uhr: Spielnachmittag (nur bei schlechtem Wetter), Stadtbibliothek.
- 17-17.45 Uhr: Kleine Konzertbühne, Restaurant Presswerk.
- 17.30-19.30 Uhr: Ergebnisvorstellung Stadtworkshop junges Arbon, Saurer Museum.

### Donnerstag, 4. Mai

- 5-fache Punkte bei jedem Einkauf auf Kundenkarte, Swidro Drogerie Rosengarten.
- 9.30-11 Uhr: Strick-Kafi, Filati, Restaurant Michelas Ilge.

### Freitag, 5. Mai

- 14-20 Uhr: Frühlingsfest, Senevita Giesserei.

- 16-18 Uhr: Altstadt Flohmarkt (direkt hinter dem Stadthaus).

## Berg

### Samstag, 29. April

- 10-18 Uhr: Ausstellung «Frühlingsfrische», Eventraum beim Eigenmannshof, Frankrüti 78.

### Sonntag, 30. April

- 11-17 Uhr: Ausstellung «Frühlingsfrische», Eventraum beim Eigenmannshof, Frankrüti 78.

## Steinach

### Sonntag, 30. April

- 15-20 Uhr: Chnuserliplausch mit Gesangseinlage vom Männerchor Steinach um 16 und 17.30 Uhr, Gemeindegemeinschaft Steinach.

## Region

### Sonntag, 30. April

- 10-18 Uhr: 10-Jahr-Jubiläumsfeier, Würth Haus Rorschach. Anmeldung bis heute Freitag, 28. April, via [rorschach@forum.wuerth.ch](mailto:rorschach@forum.wuerth.ch).

### Montag, 1. Mai

- Roth Pflanzen trotz Tag der Arbeit geöffnet, Kesswil.

## «Kafi Zischtig» lädt zum Verweilen ein

Im «Kafi Zischtig» sind alle willkommen, die feinen Kaffee oder Tee in geselliger Runde zu schätzen wissen. Das Angebot wurde von der evangelischen Kirchgemeinde Arbon und der katholischen Pfarrei Arbon ins Leben gerufen und findet zwei Mal im Monat statt: Am ersten und am dritten Dienstag, jeweils von 9 bis 11 Uhr in der Cafeteria der Musikschule Rondo an der Grabenstrasse 8. Erstmals findet das Angebot am Dienstag, 2. Mai, statt. Die Getränke sind gratis; Spenden zur Deckung der Unkosten sind willkommen. Wer bei dem Angebot mithelfen möchte, kann sich auf [kath-arbon.ch/kafizischtig](http://kath-arbon.ch/kafizischtig) eintragen.

## SVP-Stammtisch im Strandbad Buchhorn

Die SVP Arbon trifft sich neu am ersten Montag des Monats in einem Restaurant der Gemeinde Arbon zum Stammtischgespräch. Erstmals darf am Montag, 1. Mai, ab 19 Uhr im Restaurant Strandbad Buchhorn diskutiert werden.

# Kirchgang

## Arbon

### Evangelische Kirchgemeinde

- Sonntag, 30. April 17.30 Uhr: Jugendgruppe (10-14 Jahre) mit J. Gerber, Kirchenkeller. 19 Uhr: Feierabend-Gottesdienst «Mit Jazz in den Mai» Clarinet Connection mit Stücken von G. Gershwin, J. Gerber, auch live auf Youtube.

- Montag, 1. Mai 19.30 Uhr: Sitzen in Stille mit F. Stumpf, UZ-Kirche.
- Dienstag, 2. Mai 9 Uhr: «Kafi Zischtig – Ort der Begegnung» Cafeteria der Musikschule Rondo, Grabenstrasse 8.
- Mittwoch, 3. Mai 14 Uhr: Probe Kinderchor mit Pfrn. S. Gäumann und S. Menges, UZ-Kirche. 19.30 Uhr: Chorprobe mit S. Menges, UZ-Kirche.
- Donnerstag, 4. Mai 17.45 und 19 Uhr: Yoga mit J. Jäger, KG-Haus.
- Freitag, 5. Mai 17.30 Uhr: Theater-Workshop (10-16 Jahre) mit J. Gerber, Kirchenkeller.

## Steinach

### Katholische Kirchgemeinde

- Samstag, 29. April 18 Uhr: Eucharistiefeier.
- Sonntag, 30. April 10 Uhr: Festgottesdienst zur Erstkommunion, anschl. Apéro mit der Musikgesellschaft Steinach.

### Evangelische Kirchgemeinde

- Freitag, 28. April 10 Uhr: Ökumenische Andacht im Gartenhof mit Pfrn. K. Meier-Schwob.
- Sonntag, 30. April 10.15 Uhr: Familienkirche mit Pfrn. S. Rheindorf und M. Chollet.

### Katholische Kirchgemeinde

- Samstag, 29. April 17.45 Uhr: Eucharistiefeier mit J. Devasia.
- Donnerstag, 4. Mai 9.15 Uhr: Eucharistiefeier mit Pater der Unteren Waid.
- Freitag, 5. Mai 18 Uhr: Eucharistiefeier, anschl. Gebet «12 Stunden mit Gott», Galluskapelle.

### Evangelische Freikirche Chrischona

- Sonntag, 30. April 10 Uhr: Gottesdienst mit L. Lippuner, Kinder- und Jugendprogramm von 1-16 Jahren, Livestream: [chrischona-arbon.ch](http://chrischona-arbon.ch).

### Christliches Zentrum Posthof

- Sonntag, 30. April Kein Gottesdienst, weitere Infos auf [www.czp.ch](http://www.czp.ch).

### Christliche Gemeinde Arbon

- Sonntag, 30. April 9.30-10.30 Uhr: Anbetung/

Abendmahl, anschl. kurze Pause. 11-11.45 Uhr: Predigt.

### Christliche Gemeinde Maranatha

- Sonntag, 30. April 10 Uhr: Hitchabrut, [www.gemeinde-maranatha.ch](http://www.gemeinde-maranatha.ch).

## Roggwil

### Evangelische Kirchgemeinde

- Freitag, 28. April 17.45 Uhr: Jugendgottesdienst Joy in der Kirche.
- Sonntag, 30. April 10 Uhr: Gottesdienst mit Pfr. M. Maywald, Taufe von Noemi und Sophia Huser (Roggwil) sowie Livia Baumann (St. Pelagiberg).
- Mittwoch, 3. Mai 12 Uhr: Mittagstisch im Kirchgemeindehaus, Anmeldungen bis 28. April mittags an H. Heeb, Tel. 071 455 13 56. 19.30 Uhr: Singgruppe Joyful Singers in der Kirche.

## Steinach

### Katholische Kirchgemeinde

- Samstag, 29. April 18 Uhr: Eucharistiefeier.
- Sonntag, 30. April 10 Uhr: Festgottesdienst zur Erstkommunion, anschl. Apéro mit der Musikgesellschaft Steinach.

### Evangelische Kirchgemeinde

- Freitag, 28. April 10 Uhr: Ökumenische Andacht im Gartenhof mit Pfrn. K. Meier-Schwob.
- Sonntag, 30. April 10.15 Uhr: Familienkirche mit Pfrn. S. Rheindorf und M. Chollet.

## Horn

### Evangelische Kirchgemeinde

- Sonntag, 30. April 10 Uhr: Konfirmationsgottesdienst mit Pfr. T. Elekes, Pfrn. K. Kaspers-Elekes und Team, anschl. Apéro.

### Katholische Kirchgemeinde

- Samstag, 29. April 17.45 Uhr: Eucharistiefeier mit J. Devasia.
- Donnerstag, 4. Mai 9.15 Uhr: Eucharistiefeier mit Pater der Unteren Waid.

## Berg

### Katholische Kirchgemeinde

- Sonntag, 30. April 10 Uhr: Festgottesdienst zur Erstkommunion begleitet von der Musikgesellschaft Berg.

## Ärztendienst im Notfall

Im Notfall können die Bewohner der Region Arbon ihren Hausarzt anrufen. Bei Unklarheiten gelten für die Region Arbon, Roggwil und Horn Telefon 0900 575 420 und für die Region Steinach Telefon 0900 144 144. (Fr. 2.80/Min.) red.

## Wechsel in der Leitung der Tanzwerkstatt

Nach acht Jahren als Leiterin der Tanzabteilung der Musikschule Arbon und über dreissig Jahren Tanz- und Bewegungsarbeit gibt Zuzana Vanecek die künstlerische Leitung der Tanzwerkstatt ab. Sie wird sich künftig auf die administrativen Aufgaben und die praktische Arbeit im Bereich Gesundheit und Bewegung konzentrieren. An ihrer Stelle übernimmt ab August 2023 Elena Graf als neue künstlerische Leiterin das tänzerische Konzept der Musikschule. Elena Graf tanzte von Kindesbeinen an in der Tanzwerkstatt Arbon, war langjähriges Showgruppen-Mitglied bevor sie in Zürich ihre Tanzausbildung an der ZTTS abschloss. Danach folgten viele Tätigkeiten, Weiterbildungen und Engagements im In- und Ausland als Tänzerin und Tanzpädagogin. Graf ist festes Mitglied im Tanzwerkstatt-Team und unterrichtet mehrere Klassen. pd



Heidi Mock,  
Drogistin HF &  
Tierheilpraktikerin  
Mit aktuellen Gesundheitstipps für die ganze Familie.

### Euphrasia

Jeden Monat eine Pflanze: Euphrasia (Augentrost) ist eine spagyrische Pflanzenessenz mit besonderer Wirkung auf die Schleimhäute von Augen und Nase. Die Essenz hilft bei Bindehautentzündung, Lidrandentzündung, tränenden Augen, ständigem Schleim vor den Augen und entzündlich tränenden Augen mit laufender Nase bei Heuschnupfen. Kommen Sie vorbei, gerne beraten wir Sie!

**Nicht vergessen: am Donnerstag, 4. Mai erhalten Sie 5-fach Punkte bei Ihrem Einkauf auf Ihre Kundenkarte!**

  
drogerie rosengarten  
Migros-Center, Arbon  
Tel. 071 446 40 90  
www.swidro-drogerie-rosengarten.ch

## HC Arbon erhält einen prominenten Sponsor



Für sieben Jahre gemeinsam unterwegs: Die Unternehmer Claudio Minder (l.) und Karl Müller (oben) mit Marc Strässle und Andy Angehrn (r.) vom HC Arbon. z.V.g.

### Das Roggwiler Schuhunternehmen kybun Joya steigt beim HC Arbon als neuer Vereinssponsor ein. Und das auf mehrere Jahre.

An Sponsoringanfragen mangelt es den Verantwortlichen von «kybun Joya» nicht. Aber man sei zurückhalten, wenn es um neue Partnerschaften gehe, wird Claudio Minder, Mitgründer und Co-CEO der kybun Joya AG, in einer aktuellen Medienmitteilung zur Vertragsunterzeichnung mit dem HC Arbon zitiert. Dass es trotzdem zu einer Zusammenarbeit mit dem HC Arbon kommt, begründet Karl Müller: «Der HC Arbon ist ein Aushängeschild in der Region und hat dank vorbildlicher Nachwuchsarbeit einen ausgezeichneten Ruf. Wir unterstützen solche lokalen Vereine aus Überzeugung, sie investieren in die Sportförderung und teilen unsere Vision, sich aktiv zu bewegen.»

### Gesundheitsförderung mit Schuh

Andy Angehrn, Präsident des HC Arbon, ist die Freude über den neuen Partner anzusehen: «Mit «kybun Joya» haben wir einen namhaften Partner im Boot, welcher uns auch in den Bemühungen für eine optimale gesundheitliche Betreuung der Spielerinnen und Spieler

unterstützt.» Angehrn führt aus, dass der HCA seit dieser Saison ein umfangreiches medizinisches Betreuungskonzept für die Leistungsspielerinnen und -spieler eingeführt habe und dabei auch eng mit den «kybun Joya»-Partnern «Vitalwerk» und «Medfit» zusammenarbeite. Nun werde in diese gesundheitsfördernden Massnahmen neu auch die Schuhe und Produkte von «kybun Joya» integriert.

### Aus Sporthalle wird kybun-Halle

Das «kybun Joya»-Sponsoring soll nachhaltig wirken und wurde für sieben Jahre vereinbart, wie der Verein diese Woche mitteilt. Zusätzlich zur Präsenz auf den Spielteues wird die Partnerschaft auch in der Arboner Sporthalle jeweils temporär sichtbar werden. «Nach Rücksprache mit der Sekundarschulgemeinde dürfen wir die Halle für die Heimspiele des HCA beim Schweizerischen Handballverband als kybun-Halle anmelden», verrät Marc Strässle, neuer Sponsoringverantwortlicher des HC Arbon. Damit transportiere man nicht nur den Namen des neuen Sponsors, sondern vermeide künftig auch Verwechslungen mit der Sporthalle Stacherholz, was bisher immer wieder zu Missverständnissen führte. red

**felix.**



Manuela Baumann,  
Raffaella Riedener und das  
gesamte Kinderhaus-Team

Das Kinderhaus Arbon brilliert bei der Prüfung des kantonalen Amtes für Pflegekinder und Heimaufsicht. Die Prüfenden finden nur lobende Worte für die familienergänzende Betreuungseinrichtung. Die Arbeit, welche die Geschäftsleiterin Manuela Baumann, die pädagogische Leitung Raffaella Riedener und ihr gesamtes Team ganz offiziell auf höchstem Niveau ausführen, wollen wir mit diesem «felix. der Woche» zusätzlich unterstreichen.

## PRESSWERK

KULTURZENTRUM



**28.04. FLOWER POWER PARTY**  
EVENTHALLE

**29.04. SEVEN KONZERT**

**30.04. CHORA THEATER**  
FIGURENTHEATER  
IM DIETSCHWEILERSAAL

**03.05. KLEINE KONZERTBÜHNE**  
RESTAURANT

**11.05. SIMON ENZLER SHOW**

**17.05. KLEINE KONZERTBÜHNE**  
RESTAURANT

**25.05. SING&GIN**  
RESTAURANT

**06.06. PODIUMSKONZERT**  
BEGABTENFÖRDERUNG MUSIK  
IM DIETSCHWEILERSAAL

**12.06. ANASTACIA**  
KONZERT

PRESSWERK-ARBON.CH

