

STADT & LANDmagazin

A large, multi-story stone castle with a red-tiled roof and yellow-and-black striped shutters, reflected in a body of water. The castle features a prominent tower with a conical roof and a chimney. The water is calm, creating a clear reflection of the building and the surrounding greenery.

8. Schweizer Schlössertag

ein wahres erlebnis • herbstzeit im garten • ausflugtipps & events

**10
JAHRE**
10% RABATT AUF
ALLE PRODUKTE



Gelenk-, Rheuma- oder Gichtbeschwerden?
Erkältungen, Kopfschmerzen oder Verspannungen?
Dank Tiefenwärme fördern die «Jenny & Weber»-
Infrarotkabinen das eigene Wohlbefinden.

”

Ich kann wieder normal laufen

Renate Schneider aus Münsingen (BE) hat die therapeutischen Infrarotkabinen von Jenny & Weber für sich entdeckt: Bereits nach der zweiten Anwendung sei das Stechen in ihrem Knie verschwunden.

Vor dem Kauf ihrer Infrarotkabine hat sich Renate Schneider aus Münsingen genau informiert und besuchte danach die BEA. Ihr Fazit: «Die Qualität und Beratung stimmten für mich von vornherein.» Auch habe sie andere Infrarotkabinen angeschaut und dabei primär Unterschiede bei den Strahlern festgestellt: «Die Tiefenwärme bei den «Jenny & Weber»-Infrarotkabinen war deutlich spürbar.» Deshalb sei es elementar, vor dem Kauf einer Infrarotkabine diese zu testen und die Wirkungsqualität der Strahler zu überprüfen.

Einfacher als klassische Sauna, besser für Gelenke und Kreislauf

Renate Schneider merkt während ihrer Recherche, dass ihr eine Infrarotkabine viel eher zusagt als eine klassische Sauna: «Die Tiefenwärme eignet sich für meine Gelenke viel besser.» Auch seien Infrarotkabinen einfacher zu handhaben als eine klassische Sauna: «Eine klassische Sauna lässt sich nicht ohne erheblichen Aufwand in einer Mietwohnung installieren.»

Eine Infrarotkabine braucht nur einen passenden Platz in der Wohnung sowie eine Steckdose und ist innert Minuten betriebsbereit. Eine klassische Sauna dagegen benötigt verschiedene Anschlüsse und mindestens eine halbe Stunde Vorlaufzeit.

Darüber hinaus belastet eine Infrarotkabine das Herz-Kreislaufsystem durch ihre tiefen Temperaturen weniger als eine klassische Sauna.

«Das Stechen im Knie ist weg»

Bereits nach der zweiten Anwendung sei das Stechen im Knie von Renate Schneider verschwunden: «Ich kann wieder normal laufen.» Allgemein hätten ihre Gelenkbeschwerden stark abgenommen, seit sie regelmässig Infrarotbehandlungen durchführt. Überdies habe sich bei Renate Schneider ein weiterer positiver Effekt ihrer Infrarotkabine eingestellt: «Wegen meines Bürojobs leide ich oft unter starken Nackenverspannungen. Eine Anwendung mit der Infrarotkabine reicht aus, um diese zu lösen.» Auch nutze sie nach einem anstrengenden Arbeitstag das Relax-Programm zum Herunterfahren: «Kaum habe ich die Anwendung hinter mir und begeben mich ins Bett, kann ich sofort ein- und durchschlafen, ohne über den vergangenen Tag herumstudieren zu müssen.»

Licht- und Aromatherapie für Wellness pur

Die Lichttherapie ist bei den «Jenny & Weber»-Infrarotkabinen als Zubehör immer inkludiert. «Das fägt no», berichtet Renate Schneider begeistert von der Lichttherapie.



JENNY&WEBER®

Hier Infrarotkabinen testen:

OHA Thun

01.-10.09.23

HESO Solothurn

22.09.-01.10.23

OLMA St. Gallen

12.-22.10.23

Und sonst Beratungstermin vereinbaren oder Katalog anfordern:

JEWE Handels GmbH
Aspstrasse 6 | 8472 Seuzach
www.jenny-weber.ch
info@jewe.ch | +41 52 213 33 44

«Je nach Bedarf und Wirkungswunsch stelle ich ein bestimmtes Licht ein. Dazu gibt es eine Anleitung, die beschreibt, für welche Wirkungsweise sich welches Licht eignet.» Weitere Zubehöre, die sie als hilfreich für ihr persönliches Wellnessprogramm empfindet, sind die Sitzauflage und Nackenstütze sowie die Aromatherapie: «Das fördert die Entspannung. Und auch die Aromatherapie habe ich mir geleistet. Das rundet mein Wellnessprogramm ab. Ich kann die «Jenny & Weber»-Infrarotkabinen also wärmstens empfehlen.»

«Noch nie so gesund geschwitzt»

Auch Remy Supersaxo aus Spiez (BE) ist von den «Jenny & Weber»-Infrarotkabinen begeistert: «Nach einer fachlich überzeugenden Beratung an der OHA in Thun haben wir unsere Infrarotkabine erhalten.» Der Erfolg sei überwältigend: «Ich habe noch nie so gesund geschwitzt, richtig von innen nach aussen. Ein Gefühl, als würden alle bösen Elemente aus mir herausfließen. Einfach genial – genauso, wie ich es mir gewünscht habe.»

Der positiven Wirkung der Infrarotkabine schliesst sich Matthias Kaelin aus Dübendorf (ZH) an: Der Facharzt FMH für Allgemeine Innere Medizin und Immunologe FAMH nutzt seine Infrarotkabine erfolgreich gegen seine Migränebeschwerden. Er kann die Infrarotwärmebehandlung mit gutem Gewissen empfehlen.

Bewertungen auf Google
unserer Infrarotkabinen



von 19 Google-Rezensionen

Wenn der Sommer zur Neige geht...

...dann gilt es Ernst für die Jüngeren unter uns – Schuleintritt oder zumindest Klassenwechsel. Für den einen ein kleiner Schritt, für den andern ein eher grosser. Einschulung, neue Schulstufe, eine Fremdsprache, neues Schulhaus und die korrekte Schreibform mit der Gender-Regel. Anhand dieser lässt sich ableiten, mit welchen Problemen wir zu kämpfen haben, kann es sein, dass diesen Leuten die wahren Sorgen und Probleme ausgegangen sind oder wollen sie sich einfach wichtig machen und wieder mal in der Presse sein, sind ja bald Wahlen.

Wussten Sie, dass es nebst dem Gender-Stern über 80 verschiedene Formen der Anrede gibt und das für eigentlich zweierlei Geschlechter? Alles soll nun geschlechterneutral sein, das Opernhaus sucht für den Chor «Bass*innen» und «Tenor*innen», Sie kaufen bei Hornbach «Bohrer*in» oder «Nagel*in»...mich würde noch der Gesichtsausdruck*in des Gegenüber interessieren. Konsequenterweise müssten alle Sachbegriffe geschlechtsneutral betitelt werden. Sicherlich wurde auch diese Problematik wieder nicht zu Ende gedacht. Nehmen wir das Beispiel Zeitungen und Zeitschriften. Journalisten werden meist pro Buchstaben oder Zeile bezahlt.

Gedruckt wird auf Papier und Papier wird mehrheitlich aus Holz hergestellt. So und jetzt die Milchbüchlirechnung – in allen Texten werden die 80 korrekten Bezeichnungen angewendet, was die Textlänge massiv verlängert, der Journalist ein zig-faches Honorar verlangt und schon das (damals) dünnste «Blättli» nun der «Encyclopedia Britannica» mit mehreren Bänden näher kommt und die Zustellung nur mittels Lastwagen und Hubstapler erfolgen kann. Oder passend für die Schule, wenn alle Bücher geschlechtsneutral umgeschrieben und neu gedruckt werden, die Kinder ihre Aufsätze nach den gleichen Vorgaben schreiben, so ist der Transport zur Schule nur noch mit dem Mutter-SUV möglich. Oder möchten Sie



Ihre Kinder mit 50kg Schulgepäck zu Fuss zur Schule schicken?

Und was lernen wir daraus Ihr lieben Gender*innen? Packt unsere wahren Probleme an und vor allem denkt die vermeintliche Lösung bis zum Schluss durch!

Ihr Marco Zimmermann

INHALT

LEBEN & GENIESSEN

Herbstzeit im Garten / 4

Durchsicht dank Pflege / 6



4



13

AUSFLIEGEN & KULTUR

Ausflugstipps und Events / 8-12

8. Schweizer Schössertag / 9




9

GESUNDHEIT

Wenn schwitzen zur Qual wird / 13

IMPRESSUM STADT&LANDmagazin

inpuncto Verlag GmbH, Merkurstrasse 3, 8820 Wädenswil, Telefon 055 214 15 16, www.stadtundland-magazin.ch,  [stadtundland_magazin](https://www.instagram.com/stadtundland_magazin)

Herausgeber inpuncto medien, Marco Zimmermann, Merkurstrasse 3, 8820 Wädenswil, Telefon 044 772 82 82

ISSN 2235-8749 – Auflage: 20'000 Exemplare mit über 65'000 Lesern – Verteilregion: 70 Gemeinden rund um den Zürichsee und im Linthgebiet – Erscheinungsweise: monatlich, 12x jährlich jeweils anfangs Monat

Anzeigen: Karin Broger & Angela Ardenghi, verkauf@stadtland-magazin.ch – Redaktion: Marco Zimmermann, redaktion@stadtland-magazin.ch –

Layout: Franziska Marty, insetate@stadtland-magazin.ch Fotos: Redaktion, dem Verlag zvg. sowie gemäss Copyright/Angabe am Bild – Titel: unsplash, joel brunner – Edit.: öog, djd, dieschweizerschlösser.ch Copyright: Alle Beiträge (Inserate wie Publiereportagen – inkl. Text, Bild, Grafiken und Layout), welche von uns erstellt und/oder modifiziert wurden, sind urheberrechtlich geschützt.

Die Weiterverwendung und die Weitergabe an Dritte, auch auszugsweise oder modifiziert, ist nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers/Verlages erlaubt. Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigung sowie die Einspeisung und Verarbeitung in Online-Dienste, Datenbanken, Printmedien, Publikationen jeglicher Art.

Herbstzeit für Pflanzen, Sträucher und Bäume



MIT DEN RICHTIGEN ZWIEBELN DAS BLÜTENMEER FÜRS FRÜHJAHR VORBEREITEN

Im Herbst ist es für Gartenbesitzerinnen und -besitzer an der Zeit, sich Gedanken über den Frühjahrslook ihrer Beete zu machen. Denn eine bunte Auswahl an Frühblühern möchte zwischen August und Dezember in die Erde, um ab Februar nach und nach zu blühenden Schönheiten zu erwachen. Doch worauf ist beim Pflanzen zu achten? Tipps zum optimalen Zeitpunkt, zu Lagerungsmöglichkeiten und der Pflanztiefe erfahren Sie hier.

OHNE FROST IST PFLANZEN BIS DEZEMBER MÖGLICH

Wenn Frühblüher ab Februar und März aus der Erde wachsen, zeigen sie uns das Ende des Winters an. Doch nicht nur uns beglücken die ersten Boten der wärmeren Jahreszeiten, auch Insekten freuen sich über die Nahrungsquellen. Damit Frühblüher wie Hyazinthen, Narzissen und Krokusse freudig erblühen, ist es nötig, ihre Zwiebeln bereits im Herbst in die Erde zu setzen. Der optimale Pflanzzeitpunkt beispielsweise für Tulpen und Schneeglöckchen ist von September bis November, Osterglocken können auch im Oktober noch ins Beet. Neben dem idealen Pflanzzeitpunkt können die meisten Frühblüher-Zwiebeln aber auch an allen frostfreien Tagen bis Dezember gepflanzt werden. Kann man die Zwiebeln nicht direkt nach dem Kauf einpflanzen, sollte man sie kühl und trocken lagern. Ausnahmen wie Lilien und Bärlauch halten jedoch nur wenige Tage ausserhalb der Erde. Sie können zur Überbrückung in Blumenkästen gesetzt werden.

EINE FAUSTREGEL FÜR DIE PFLANZTIEFE

Der beste Platz für Frühblüher wie Schneeglöckchen und Krokusse sind die Stellen im Garten, an denen der Schnee zuerst wegtaut und wo kleine sonnige Inseln entstehen. Auch in Pflanzgefässe oder Balkonkästen können die Blumenzwiebeln gepflanzt werden, sofern für diese bei stärkeren Minusgraden ein Schutz besteht und sich

strahlen
reflektieren
verzaubern

NATURBAN

verwegen. sanft.

www.naturban.ch

natUrban GmbH, Gestaltung naturnaher Räume und Gärten
Pirmin Rohrer, Uerzlikon ZH



keine Staunässe bilden kann. Wer im Garten Probleme mit Wühlmäusen hat, kann die Zwiebeln mithilfe von Pflanzschalen, die es zum Beispiel unter www.as-garten.de gibt, schützen. Bis auf wenige Ausnahmen werden Frühblüher in Gruppen gepflanzt. Wie weit deren Blumenzwiebeln jeweils in die Erde müssen, ist abhängig von der Grösse. Als allgemeine Faustregel gilt: doppelt bis dreimal so tief wie der Durchmesser der Zwiebel oder ein Tipp: Man kann auch ein wenig mit der Pflanztiefe spielen oder in Schichten pflanzen, wenn man bestimmte Blühkombinationen erreichen oder die Blütezeit durch immer wieder nachwachsende Blumen verlängern möchte. Wichtig ist zudem, die Zwiebeln in einem trockenen Herbst alle.

GEHÖLZE UND STRÄUCHER FIT FÜR DIE KOMMENDE GARTENSAISON

Wenn der Sommer sich dem Ende zuneigt, haben vorausschauende Hobbygärtner bereits die neue Gartensaison im Blick und bereiten ihre Bäume, Büsche und Sträucher vor. Denn mit den kühler werdenden Temperaturen ist der Zeitpunkt für einen Rückschnitt der heimischen Gehölze gekommen. So lässt sich in den Herbst- und Wintermonaten die Grundlage für gesundes Wachstum im nächsten Frühjahr schaffen.

KRÄFTIGE RÜCKSCHNITTE NICHT VOR OKTOBER

Wer seine Gehölze kräftig zurückschneiden will, muss sich mit Blick auf den Natur- und Tierschutz mindestens bis Anfang Oktober gedulden. Für Freizeitgärtner bietet der Rückschnitt in der kalten Jahreszeit aber Vorteile. Schliesslich haben dann Bäume, Büsche und viele Sträucher ihre Blätter verloren und erlauben so einen guten Überblick beim Schneiden. Noch ein Tipp vom Gartenexperten: «Mit einem Häcksler kann man die Gehölzreste zerkleinern und im Garten auf verschiedene Weise verwenden, ob für den eigenen Kompost, zur Befüllung eines Hochbeetes oder als Beetabdeckung. Damit schliesst sich der natürliche Kreislauf auf ideale Weise.



GARTENHELPER FÜR BEQUEMES UND LEISES ARBEITEN

Ob Bäume oder Sträucher – die passenden Gartenhelfer sorgen für saubere Schnitte und ein schnelles Vorankommen. Bei dünnen Zweigen genügt für den Rückschnitt meist eine übliche Garten- oder Astschere. Sind die Äste kräftiger, empfiehlt sich motorisierte Unterstützung. Für Arbeiten über dem Kopf sind wiederum Hochentaster nützliche Geräte. Mit ihnen kann der Gartenbesitzer mit festem Stand auf dem Boden selbst Äste oben im Baum erreichen.

•• text & fotos: djd

Wintergarten, Metall- & Glasbau



Sitzplatzverglasung mit Ganzglas-Schiebewänden
und Front-Dachbeschattung

Einfach schöner Wohnen!

Ihr Spezialist in der Region für:

- Integrierte Wohnraumbauten
- Individuelle Wintergärten
- Balkon- & Sitzplatzverglasungen
- Pergola & Glasüberdachungen

Rufen Sie uns an oder besuchen Sie unsere Ausstellung!
Wir beraten Sie gerne persönlich.




Tel. 055 285 80 60, info@zubag.ch
Gewerbstr. 6, 8737 Gommiswald
www.zubag.ch / www.wintergarten-doktor.ch

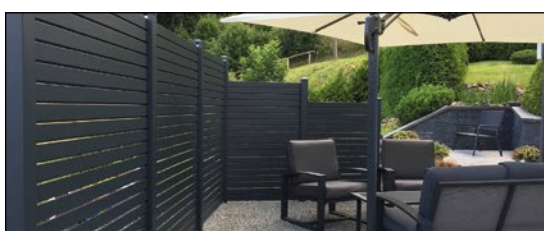
ROOS KOMPOST AG

„Ihr Grüngut wird bei uns nach neuesten ökologischen Grundsätzen zu hochwertigem Kompost verarbeitet.“



Öffnungszeiten:
Mo – Fr 07.00 – 12.00 Uhr / 13.00 – 17.30 Uhr
Sa 08.00 – 12.00 Uhr

Roos Kompost AG • Rislen • 8722 Kaltbrunn • Tel. 055 283 37 30
info@roos-kompost.ch • www.roos-kompost.ch





Zaunteam

Zäune | Tore | Geländer | Sichtschutz

Zaunteam Linth GmbH | Benknerstrasse 6 | 8730 Uznach | 055 293 40 70 | linth@zaunteam.ch

Tipps für die richtige Fensterpflege

Fenster sind heutzutage multifunktional: Sie lassen Licht herein und neugierige Blicke aussen vor; sie lüften auch im geschlossenen Zustand und halten Einbrecher fern. Um viele Jahre lang reibungslos zu funktionieren, sollten Gläser, Rahmen, Profile und Beschläge regelmässig gepflegt werden.

PFLEGELEICHTER KUNSTSTOFF

Schon bei der Auswahl der Fenster kommt man das erste Mal mit Pflegefragen in Berührung. Kunststofffenster gelten gegenüber Holzmodellen als pflegeleichter, denn sie müssen nicht regelmässig abgeschmirgelt oder nachgestrichen werden. Bei leichten Verschmutzungen im Alltag reicht es, etwas handelsübliches Spülmittel in heissem Wasser aufzulösen und damit die Fensterscheiben und -rahmen abzuwischen. Dafür eignet sich ein weicher Lappen, etwa aus Mikrofaser. Ein gut ausgewrungenes Fensterleder sorgt im zweiten Gang bei den Scheiben für glasklaren Durchblick.

HARTNÄCKIGE ABLAGERUNGEN LÖSEN

Durch Belastungen in der Luft, etwa Flugrost, Industriestaub oder Dieselschlamm, können im Laufe der Zeit hartnäckig anhaftende Ablagerungen an den Profilen entstehen. Es empfiehlt sich, diese von Zeit zu Zeit zu entfernen. Dabei sind Kunststoffreiniger hinsichtlich ihrer Inhaltsstoffe kritisch zu prüfen. Fensterprofile sind einzeln,

aber auch in Sets inklusive Beschlagöl, Dichtungspflegeleuch und Reinigungstuch beim entsprechenden Fensterfachbetrieb erhältlich.

DICHTUNGEN NACHFETTEN

Auch die Fensterdichtungen verdienen Aufmerksamkeit, denn ihnen kommt gerade im Sinne des Energiesparens eine wichtige Rolle zu: Undichte Fenster lassen viel kostbare Wärme verpuffen. Daher sollten die Dichtungen regelmässig mit einem Silikonpflegestift nachgefettet werden. Die Fensterbeschläge dürfen zudem einmal im Jahr mit harzfreien Ölen gepflegt werden, das verhindert ein Quietschen und beugt Ablagerungen durch Schmutz vor. Um eine dauerhafte Beeinträchtigung der Funktionen auszuschliessen, empfiehlt sich zudem die jährliche Wartung der Beschlagsteile auf festen Sitz, Gängigkeit und Bedienbarkeit durch einen Fensterfachbetrieb.

•• text & fotos: djd/rehau



Revolutionäres Premium-Fenstersystem

Biberbau AG und REHAU Window Solutions führen ARTEVO ab August 2023 offiziell in den Schweizer Markt ein.

„Mit ARTEVO haben wir ab sofort das beste Fenstersystem am Markt in unserem Sortiment. In Kombination mit automatisierter Glasverklebung und modernstem Design können wir schlanke Ansichten mit hervorragender Stabilität und Minergie P Zertifizierung swiss-made anbieten“, sagt Josef Stalder, Mitglied der Geschäftsleitung Biberbau AG.

Und Walter Blattmann, Geschäftsführer Biberbau AG ergänzt: „ARTEVO läutet

für uns einen echten Generationenwechsel ein. Wir bieten nachhaltige, ressourcenschonende Fensterlösungen aus einem faserverstärkten Hightech-Werkstoff an. Etwas absolut Neuartiges und Zukunftsweisendes.“

RAU-FIPRO X der Hightech-Werkstoff im Fensterbau.

Das neue Fenstersystem ARTEVO ist die konsequente Weiterentwicklung von GENEU RAU-FIPRO-X und das stabile Fundament für zusätzliche attraktive

Optionen. Das bewährte Material RAU-FIPRO X eröffnet weitestgehend ohne Stahlarmierungen neue Dimensionen bei den Flügel- und Fensterabmessungen und schmale Ansichten für mehr Licht. Klare Konturen und schmale, kantige Überschlänge sorgen für kubisches, modernes Profildesign und machen das System attraktiv für Architekten und Bauherren. Erhöhte Temperaturbeständigkeit durch den Faserverbundwerkstoff sind die Antwort auf steigende Klimabelastungen.





CHF 49.-
incl. Miso
Suppe

寿司

NATÜRLICH · SUSHI

Sushi so viel Sie mögen!

Sushi à Discrétion

**Jeweils Dienstag bis Freitag
von 11.30 - 14 Uhr**

Seedammstrasse 3
8808 Pfäffikon SZ
T +41 55 417 17 17
info@seedamm-plaza.ch
www.seedamm-plaza.ch

**SEEDAMM
PLAZA**
JAHRE



Ich bin für Sie da.

Fabian Zimmermann
Versicherungs- und Vorsorgeberater
T 055 220 58 77, fabian.zimmermann@mobiliar.ch

Generalagentur Rapperswil-Glarus
Viktor Nikolic
mobiliar.ch

Zürcherstrasse 6
8640 Rapperswil
T 055 220 58 58
rapperswil@mobiliar.ch

die Mobiliar

1662421



ARTEVO - Das neue Schweizer Premium-Fenster
für höchste Ansprüche

biberbau

swissmade 

Jetzt Kontakt aufnehmen!
Tel. 055 418 45 45
info@biberbau.ch

Für Sie mit Energie

055 220 6 220
www.winter-gruppe.ch

ELEKTRO WINTER TELECOM

MehrWert

www.engelvoelkers.com/rapperswil
Tel. +41 43 210 92 20

Verkaufen Sie Ihre Immobilie
nicht unter ihrem Wert!



ENGEL & VÖLKERS

AUSSICHTSREICH!



MOUNTAINCARTS



MOUNTAIN CART PIZOL

ALPINE SCOOTER



ALPINE SCOOTER PIZOL

WASSERWALD



Wasserwald PIZOL

HEIDIPFAD



ABENDFAHRTEN



JEDEN SAMSTAG

BERG Z'MORGE



JEDEN SONNTAG

...und vieles mehr.

JETZT ENTDECKEN!

pizol

Bad Ragaz – Wangs

www.pizol.com

HEIDILAND

8. Schweizer Schlössertag

Im Zeichen der Tiere und Fabelwesen



Der Höhepunkt im Schweizer Schlösserjahr steht kurz bevor: 28 Schlösser in dreizehn Kantonen und drei Sprachregionen laden am Sonntag, 1. Oktober zum 8. Schweizer Schlössertag ein. Unter dem Motto «Tiere und Fabelwesen» können die Besuchenden vielfältige Attraktionen in den Schlössern erleben! Die 28 Mitgliedschlösser des Verbands DIE SCHWEIZER SCHLÖSSER gehören zu den Top Erlebnisorten der Schweiz. Am Schlössertag bietet jedes Schloss ein eigenes Programm mit tollen Animationen: Erzählungen, Führungen, Filme, Musik, Vorträge, kreative Ateliers, Theater und Spiele.

Tiere und ihre Geschichten sind Teil der Menschheitsgeschichte. Die Jahrhunderte alten Schlösser können einiges erzählen über Löwe, Adler, Bär, Fuchs, Falken, Pferde, Hunde, Mäuse, Fledermäuse und natürlich Drachen. Fabelwesen und Ungeheuer auf Wappen, Mauern, Glasfenstern und aus Legenden werden zu neuem Leben erweckt, echte tierische Bewohner in Schloss und Garten können entdeckt werden. Die Schlösser sind Kulturerbe und Hort von Biodiversität zugleich. Es hat für jeden Geschmack etwas zu entdecken im Osten, Westen, Norden und Süden des Schlösserlands Schweiz. Weitere Informationen zu den individuellen Programmen der 28 Schlösser unter www.dieschweizerschloesser.ch

DAS SCHLOSS SARGANS – DIE TRUTZIGE BURG

Schon im 13. Jahrhundert urkundlich erwähnt, gehört das Schloss Sargans seit 1899 der Ortsgemeinde Sargans. Die historische Burg beherbergt in ihrem Turm ein bedeutendes regionales Museum für Geschichte und Kultur. Im historischen Landgerichtssaal (im Volksmund auch Rittersaal genannt) finden seit Jahrhunderten Versammlungen und Feiern statt. Das Museum Sarganserland ist im Turm des Schlosses Sargans eingerichtet. Über die sechs Stockwerke verteilt, erfährt >>>



Sonntag,
1. Oktober
2023

EIN WAHRES ERLEBNIS
DIE SCHWEIZER SCHLÖSSER



TIERE & FABELWESEN

8. SCHWEIZER SCHLÖSSERTAG

Attraktionen in allen Schlössern
www.dieschweizerschloesser.ch

Schweiz Tourismus Mitglied 

APPELLELLER BIER 

Transportpartner 

man viel Spannendes zur Geschichte, zu den Sehenswürdigkeiten und zum Brauchtum des Sarganserlandes. Junge und junggebliebene Besucher folgen der neuen Kinderspur. Wer nämlich einer guten Spürnase hat, kann selbst Hand anlegen, einen Ritterhelm probieren, eine Fahne basteln oder sich mittelalterlich verkleiden. Graf Jörg und Gräfin Anna, die letzten adligen Burgherren des 15. Jahrhunderts, begleiten an 15 spannenden Posten das Entdecken, Ausprobieren, Lachen und Staunen.

SCHLOSS LENZBURG, DAS RITTER- UND DRACHENSCHLOSS

Das auf einem Felsen über der gleichnamigen Stadt gelegene Schloss ist eine der schönsten Höhenburgen der Schweiz. Die heutige Schloßanlage entstand in einer rund 900-jährigen Bauzeit. Sie wandelte sich von der Grafenresidenz zum Amtssitz Berner Landvögte bis hin zum privaten Heim reicher amerikanischer Familien. Die Lebenswelt der Ritter war geprägt von Herrschaftsstrukturen, höfischer Kultur, der christlichen Religion und Konflikten.



Schloss Lenzburg

Welches Kind träumt nicht davon, selbst einmal Prinzessin oder Ritter zu sein? Im Kindermuseum können Kinder basteln, sich verkleiden und den einen oder anderen geheimen Winkel entdecken. In der Drachenforschungsstation erfahren sie mehr über die Charaktereigenschaften von Drachen. Wer traut sich, dem legendären Drachenkind Fauchi persönlich entgegenzutreten?

•• text: marco zimmermann, fotos: dieschweizerschlösser.ch

Jetzt das Reiseangebot von Veloerlebnis entdecken und passende Reise buchen!

Bührer AG Hirzel | Veloerlebnis | Zugerstrasse 3 | CH-8816 Hirzel | Tel. 044 729 92 41

- * Begleitung durch zwei erfahrene Radleiter
- * Umsteigen in den Car möglich
- * gratis Parkplatz auf unserem Betriebsareal
- * über 20-jährige Erfahrung im Organisieren und Durchführen von Veloreisen

GMÜR FÜR SIE ...

Manuel Gmür
Geschäftsführer/Inhaber
Rapperswil-Jona

- Fahr- und Taxidienste
- Flughafentransfer (Pauschalpreise)
- Schülertransporte
- Einkaufsfahrten oder Shoppingtouren
- Fachgerechte Entsorgungen
- Diverse Haushaltsarbeiten (z.B. Waschen, Bügeln, Putzen, ...)

Mobile 079 284 27 36 · info@taxitransporte.ch · www.taxitransporte.ch

FÜR JUNG & ALT ...



**Ihr kompetenter
Subaru und Kia-Partner
in der Region.**



Garage Forster AG
Neuhaus

Wäldlistrasse 2
8732 Neuhaus
T 055 292 17 77
www.garage-forster.ch

Musical-Welterfolg Disney THE LION KING

Erstmals in Zürich vom 23. November 2023 bis 10. März 2024 im Theater 11

Disneys Musical-Welterfolg THE LION KING spielt ab November 2023 erstmals in Zürich: Die englischsprachige Originalproduktion mit einer über 50-köpfigen Cast wird im Theater 11 das Publikum verzaubern. Die Geschichte von THE LION KING erwacht mit spektakulären Masken, Puppen und Kostümen zum Leben und ist das erfolgreichste Musical aller Zeiten. Die eindrucksvolle Show voller Zauber und Faszination begeisterte seit der Uraufführung vor 25 Jahren über 110 Millionen Menschen in mehr als 100 Städten in 20 Ländern rund um den Erdball. Hunderte Masken und Puppen, eine gigantische Lichtanlage, beeindruckende



Bühnenbilder und über 700 kunstvoll von Hand genähte Kostüme zeigen die Grössenordnung der beeindruckenden Produktion.

Die Handlung dreht sich um den Löwenjungen Simba, dessen Ungeduld, endlich erwachsen zu werden, zu waghalsigen Mutproben anspornt. Es ist die Geschichte des Löwenkönigs Simba auf seinem fesselnden, abenteuerlichen Weg vom naiven Löwenjungen zum stolzen König der Löwen. Die faszinierende Inszenierung lässt die farbenfrohe Welt der Tiere der Serengeti auf ganz eigene Weise lebendig werden.

www.thelionking.ch



toys

5. bis 30. September 2023

Besuchen Sie die verspielte Lounge im Erdgeschoss.

<p>Zaubershow mit Globi Samstag, 9. Sept. 14, 15 und 16 Uhr</p>	<p>Heldenshooting und Verteilaktion Samstag, 16. Sept. Shooting, 14 bis 17.30 Uhr Verteilaktion, 10 bis 17 Uhr (solange Vorrat)</p>	<p>Detektivspiel für Kinder Samstag, 23. Sept. 14 bis 17.30 Uhr</p>	<p>Spielwarenflohmarkt Samstag, 30. Sept. 10 bis 16 Uhr</p>
--	--	--	--



Die Sonne finden und Preise im Gesamtwert von **10000 Franken** gewinnen!

Vorschau:
Schachturnier für Schüler:innen
Sa, 7. Okt., 11 bis 16 Uhr

45

JAHRE
SONNENHOF

38 Geschäfte | 400 Parkplätze
center-sonnenhof.ch

Herbstzauber im Fürstentum Liechtenstein

Die bunten Wälder, die klare Luft und die reiche Vielfalt an Aktivitäten machen den Herbst zur idealen Zeit, um das Fürstentum Liechtenstein zu erkunden. Das Land vereint alles, was das Herz begehrt: Eine eindrucksvolle Gebirgswelt, lebendige Kultur, abenteuerliche Familienaktivitäten und eine hervorragende Gastronomie.

Ein Eldorado für Outdoor-Fans

Rekordverdächtige 400 km Wanderwege durchziehen die 160 Quadratkilometer Liechtensteins. In der bis zu 2600 Meter hohen Bergwelt warten Alpen, Berghütten und herrliche Gipfelerlebnisse auf die Besucher. Am besten lernt man Liechtenstein auf dem 75 Kilometer langen Liechtenstein-Weg kennen. Gerade im Herbst ist der Liechtenstein-Weg eine Traumtour. Der Weg führt durch idyllische Weinberge, Naturschutzgebiete, malerische Dörfer und ist gespickt mit Sehenswürdigkeiten und kulinarischen Höhepunkten. Der Liechtenstein-Weg ist eine Erlebniswelt, die idealerweise in 4 bis 5 Etappen zu Fuss oder 2 bis 3 Etappen mit dem E-Bike entdeckt wird. Abwechslung pur finden Radfahrer auf den idyllischen Radwanderwegen in Liechtenstein. Leichte Strecken für Genuss-Radfahrer finden sich ebenso wie anspruchsvolle Routen für trainierte Tourenfahrer.

Ein Paradies für Familien

Das idyllische Bergdorf Malbun liegt auf 1'600 m ü. M. und ist mit seiner traumhaften Alpenlandschaft die perfekte Familiendestination. Der mit dem Gütesiegel «Family Destination» ausgezeichnete Ferienort ist mit seinen Angeboten ganz auf die Bedürfnisse von Familien ausgerichtet. Tierische Erlebnisse wie eine Wanderung mit Lamas oder einem Steinadler lassen die Kinderherzen höher schlagen. Für Action sorgt ein Ausflug auf den Schaukelpfad. Für leidenschaftliche Rätselrater trumpft Malbun mit einem besonderen Highlight auf: Das magische Malbun Portal. Auf dem neuen Foxtrail Furisto wird das Städtchen Vaduz zur spannenden Spielwiese und einem Abenteuer für die ganze Familie.

Ein Geheimtipp für Kunst- und Kultur-Liebhaber

Im Hauptort Vaduz begeben sich Kulturfans und Kunstfreunde auf Entdeckungsreise. Neben ausgezeichneter Gastronomie gibt es in Vaduz zahlreiche Museen und Sehenswürdigkeiten zu erkunden. Die Fussgängerzone lädt zum gemütlichen Flanieren ein. Besonders lohnend ist ein Abstecher in das Fürstenkino, die Liechtensteinische Schatzkammer, das Kunstmuseum Liechtenstein mit Hilti Art Foundation, die Fürstliche Hofkellerei oder eine Rundfahrt mit dem Citytrain. Eine erstaunlich grosse Zahl von Winzern widmet sich im klimatisch begünstigten Rheintal dem Rebensaft, für den allein sich schon eine Reise lohnt.

Mehr Informationen unter www.tourismus.li/herbst

ANGEBOT FÜRSTLICHE HERBSTFERIEN

1 Nacht im 3-Sterne Hotel bereits
ab CHF 83.— pro Person: tourismus.li/herbstferien



LIECHTENSTEIN

Information & Buchung
Liechtenstein Marketing
info@liechtenstein.li
Tel. +423 239 63 63
www.tourismus.li



Hyperhidrose – wenn Schwitzen zur Qual wird



Schweissperlen auf der Stirn und durchnässte Kleidung – damit ist es für die meisten mit dem derzeit kühleren Wetter wieder vorbei ist. Dies gilt nicht für Menschen, die an Hyperhidrose leiden. Für sie bedeutet das oft ständige, übermässige Schwitzen eine Qual und eine massive Einschränkung der Lebensqualität.

Bei Menschen mit Hyperhidrose geht die Flüssigkeitsabgabe durch Schweiß über das notwendige Mass hinaus. «Anzeichen dafür ist ein übermässiger Flüssigkeitsverlust, auch bei kühleren Temperaturen, wenn wir uns körperlich nicht anstrengen und wenn wir keiner Stresssituation ausgesetzt sind», erklärt Dr. Sonja Pedevilla.

Die Hauptursache der Hyperhidrose dürfte eine Fehlfunktion des vegetativen Nervensystems sein, das die Schweißdrüsen zu einer vermehrten Schweißabsonderung anregt. In vielen Fällen ist auch eine familiäre Häufung beobachtbar, aber auch Alkohol und eine ungesunde Lebensweise können sich negativ auswirken. In jedem Fall sollten die Symptome ärztlich abgeklärt werden, weil sich auch nicht bekannte Grunderkrankungen dahinter verbergen können.

Abhilfe schaffen können vom handelsüblichen Deo mit schweiss-hemmender Wirkung oder pflanzlichen Präparaten über Injektionen mit Botulinumtoxin bis hin zu Behandlungen der Haut mittels Gleichstromapplikationen.

Etwa ein bis zwei Prozent der Bevölkerung leidet an einer Sonderform der Hyperhidrose mit exzessivem Schwitzen auch in Ruhe und Entspannung. Ihnen kann durch chirurgische Eingriffe gut geholfen werden. Durch einen minimal-invasiven Eingriff im Brustkorb kann ein bestimmter vegetativer Nerv unterbunden werden. Für PatientInnen mit massivem Handschwitzen stellt sich sofort das Ergebnis mit trockenen Handflächen ein. Ähnlich gibt es auch operative Massnahmen bei massivem Fusschwitzen.

•• text & foto: öög/freepik

trennpunkt.ch **Neue Wege gehen.**

Scheidung/Trennung ohne Anwalt? Das geht!
Wir beraten und unterstützen Sie!

Wir helfen Ihnen dabei, konstruktiv und lösungsorientiert einen Beziehungsschlussstrich zu ziehen. Damit Sie wieder optimistisch durchstarten können.

Nutzen Sie zur Orientierung einen der kostenlosen Info-Abende mit Fragestunde, die nächsten am **7.9. und 27.11.2023 von 19 bis 21 Uhr**. Die Platzzahl ist begrenzt, bitte melden Sie sich an! Details unter www.trennpunkt.ch

info@trennpunkt.ch | Untere Bahnhofstrasse 26, 8640 Rapperswil

**Für Private,
Gewerbe und Industrie**

Flachwäsche Mietwäsche Leibwäsche Berufsbekleidung

Wäscherei Linth
Churzhaslen 3 · Eschenbach
www.waescherei-linth.ch

Folge uns auf Instagram
[waescherei_linth](https://www.instagram.com/waescherei_linth)

ELISABETH VILLAR
CONNECTED

HEILSITZUNGEN • COACHING • MENTORING
PRIVATLEKTIONEN HEILUNG & SELBSTHEILUNG

T 079 174 76 13 • info@elisabethvillar.com
www.elisabethvillar.com

NEU in Rapperswil

Umfassend beraten – in jeder Lebenssituation

Beim Thema Vorsorge denken die meisten von uns an die Pension. Doch das Thema ist vielschichtiger – denn neben der Altersvorsorge es geht auch um die Betrachtung verschiedener Lebensphasen und die Auswirkungen auf unsere Finanzen.

Jeder Mensch hat seine individuellen Bedürfnisse und Lebensziele – ebenso gibt es unvorhergesehen Ereignisse, die uns jederzeit und unerwartet treffen können. Umso wichtiger ist es, sich frühzeitig Gedanken um die Finanzen zu machen. Dies umso mehr, als wir uns wirtschaftlich in turbulenten Zeiten befinden.

Die Ausrichtung unserer Finanzplanung sollte jedoch nicht nur kurz- oder mittelfristig ausgerichtet sein. Oftmals wird nur auf ein einzelnes Ziel hin geplant oder wir sparen auf die Erfüllung eines Wunsches – ohne einen Gesamtüberblick. Dadurch werden wesentliche Themenbereiche ausgeklammert oder gehen vergessen, weil wir uns auf andere Dinge fokussieren. Gerade auch, wenn sich die Ziele in unserem Leben ändern: mit einer gut durchdachten Finanzplanung kann auch auf solche Veränderungen gut und rasch reagiert werden.

Lebensereignisse und Auswirkungen auf Finanzen

Bei einer umfassenden Beratung nimmt der Finanzplaner verschiedene Lebenssituationen genauer unter die Lupe und kann so mit dem Kunden die massgeblichen Themen vertiefen. Gemeinsam wird die Ausgangslage analysiert, mögliche Schwachstellen aufgedeckt und konkrete Handlungsempfehlungen abgeleitet. Zu den zentralen Fragen in so einem Beratungsgespräch gehören: Welche Ziele möchte ich erreichen und welche Wünsche erfüllen? Habe ich in allen relevanten Bereichen die richtigen Vorkehrungen getroffen? Bin ich für die Zukunft gut vorbereitet?

Langfristig möchten wir die Absicherung unsere Familie gewährleisten sowie längerfristig einen Vermögensaufbau anstreben und einmalige oder wiederkehrende Ausgaben finanzieren. Bei jedem weitreichenden Lebensereignis sollte die Finanzplanung überprüft und gegebenenfalls angepasst werden: bei Familiengründung, Erwerb von Immobilien oder auch bei Veränderungen im Berufsleben. Stehen Sie vor einem Karrierewechsel, möchten Sie auf Teilzeit reduzieren oder planen Sie gar den Schritt in die Selbstständigkeit? Der Finanzplaner kann auch in dieser Hinsicht aufzeigen, wie sich ein verändertes Einkommen auf das Budget als auch auf die Vorsorgesituation auswirkt.

Rechtliche Fragen: heute schon an morgen denken

Auch wenn niemand gerne daran denkt, ist es trotzdem wichtig, sich mit Krankheit, Unfall und Tod zu befassen, denn nur in den seltensten Fällen entsprechen die gesetzlichen Regeln den individuellen Bedürfnissen. Eine durchdachte Gesamtplanung umfasst sämtliche Risiken und stimmt die nötigen Dokumente aufeinander ab. Gerade in einer sehr emotionalen Situation gibt das den Betroffenen selbst wie auch den Angehörigen Sicherheit.

Beratung auf den Punkt gebracht

Kein Finanzplan gleicht dem anderen – denn er ist so individuell wie das Leben jedes einzelnen von uns. Ganz gleich, was Sie bewegt und was Ihre Ziele sind: die Expertinnen und Experten der Bank Linth stehen Ihnen beratend zur Seite und kümmern sich gemeinsam mit Ihnen um Ihre Vorsorgesituation und Ihre Möglichkeiten. Haben Sie Fragen zu einem bestimmten Thema oder möchten Sie mehr über unsere Beratungspakete erfahren? Nehmen Sie Kontakt mit uns auf und vereinbaren Sie Ihren persönliche Beratungstermin.



Bank Linth LLB AG

Geschäftsstelle Rapperswil

Untere Bahnhofstrasse 11, Postfach, 8640 Rapperswil

Telefon 0844 11 44 11

Öffnungszeiten:

Montag – Freitag 8.30 – 12.00 Uhr und 13.30 – 17.00 Uhr

 Bank Linth

Zuhören können viele.
Die Kunst besteht darin,
zu verstehen.



BUGEL

Ihr Partner für den Bau

bugel.ch

041 510 26 40

Ihr Profi für Baumaterialien und Werkzeug

