

## Erschöpfung mit TCM behandeln

**Bad Ragaz.** – «Der Lebensrhythmus der Menschen wird unaufhörlich schneller. Der Druck nimmt täglich zu und so auch der Stress. Wird ein gewisser Punkt überschritten, wird der Stress krankmachend, es kommt zur emotionalen Erschöpfung oder sogar zu einem Burnout. Rechtzeitig erkannt können emotionale Erschöpfung und psychosomatische Erkrankungen gezielt und erfolgreich mit traditioneller chinesischer Medizin (TCM) therapiert werden», heisst es in einer Medienmitteilung des Medizinischen Zentrums in Bad Ragaz. Das Ziel der Behandlung mit traditioneller chinesischer Medizin sei es, die innere Harmonie im Körper wieder herzustellen, indem ein unbehinderter Fluss von Qi (Lebensenergie) und Xue (Blut) durchgängige Meridiane ermöglicht werde. «Im komplementären Therapieangebot bietet TCM wertvolle Impulse zur Genesung. Die MediQi-Fachärzte für TCM sind EMR, ASCA und NVS anerkannt. Das heisst, ihre Leistungen werden mit einer Zusatzversicherung für Komplementärmedizin üblicherweise von den Krankenkassen anteilmässig übernommen», so die Medienmitteilung weiter. (pd)

Weitere Informationen und Auskünfte zu Behandlungsmöglichkeiten gibt es beim MediQi Bad Ragaz, im Medizinischen Zentrum, Bad Ragaz, telefonisch unter 081 300 46 60 oder via E-Mail an: dragaz@mediqi.ch.

# So ein Käse, aber nicht nur

**Der «Sagisteg» in Murg wurde aufgefrischt und lädt seit verganginem Freitag zu Fonduespezialitäten aller Art. Aber es muss nicht immer Käse sein, auch Vegetarier und Fischliebhaber finden ihr Fondue.**

Von Peter Jenni

**Murg.** – Es war der ehemalige Mister Schweiz, André Reithbuch, der am

Freitagabend die Gäste im neuen, voll ausgebauten «Sagisteg» mit heissen Marroni und Champagner begrüsst. In der winterlich heimeligen Atmosphäre entstand innert kürzester Zeit eine behaglich wohlige Stimmung. Wenn auch die unterschiedlichsten hausgemachten Fonduekreationen (von Käse über Fisch bis zu vegetarisch) im Fokus standen, die jazzigen Klänge der Chicago Swing Rats trugen das Ihre dazu bei, dass die Stimmung im beliebten Murger Restaurant von

einem Höhepunkt zum nächsten schwappte.

In einer kurzen Ansprache erläuterten Esther und Dieter von Ziegler das «Sagisteg»-Konzept: Am Freitag und Samstag offen und unter der Woche für Anlässe ab 20 Personen buchbar. Und egal ob «Sagisteg», «Sagibeiz» oder «Lofthotel»: Gesucht wird immer die Zusammenarbeit mit regionalen Anbietern, wie die Betreiber betonten. So waren am Freitag der Glarner Fonduegerätehersteller

Stöckli und die Scherenschnittkünstlerin Jolanda Brändle vor Ort. Dass die Fonduekreationen hausgemacht waren, versteht sich von selbst.

Zusammenarbeit aber nicht nur mit Anbietern, Zusammenarbeit wird auch im Betrieb gross geschrieben. Mit dem jungen Sam Wenger steht dem Team ein Vollblutgastronom vor, der diesen Teamgeist vorlebt und fördert. So war der Eröffnungsabend im «Sagisteg» ein Erlebnis der besonderen Art.



**Begrüsst die Gäste im «Sagisteg»:** Ex-Mister-Schweiz André Reithbuch.



**Modern und heimelig:** Der «Sagisteg» in Murg präsentiert sich als Lokal, das zum Geniessen und Verweilen einlädt.

Bilder Azibene AG



**Naturverbunden und trotzdem modern:** Mit seiner Sonderausstellung möchte das Blumen Ackermann-Team auf die besinnliche Zeit einstimmen.

Bild Ignaz Good

## Blumen Ackermann in Mels ist der Natur auf der Spur

**«Der Natur auf der Spur» – mit dieser Sonderausstellung zeigen die kreativen Floristinnen von Ackermann Blumen am kommenden Wochenende Schätze aus der Natur, um auf die Adventszeit einzustimmen.**

**Mels.** – Grosses Flair für Blumen und Schmuck und ein Hang zum Speziellen zeichnen die beiden Floristinnen Conny Lendi und Romana Fasolt vom Fachgeschäft Ackermann Blumen aus.

Die Freude an der Arbeit, am Schöpferischen und an der Natur, gepaart mit einem goldenen Händchen zur Moderne, prägen die Unikate, welche die beiden kreativen Damen

mit ihrem Chef Urs Ackermann für das kommende Wochenende zusammengetragen haben. Um eine solche aussergewöhnliche Adventsausstellung auch entsprechend präsentieren zu können, wurde eine alte Hütte, keinen Steinwurf vom Ackermann Blumenladen an der Grossfeldstrasse 66 (gegenüber vom Pizolcenter) entfernt, entsprechend auf Natur «gestylt.»

**Die Natur ins Haus geholt**

Im Inneren werden Unikate aufgestellt, unter dem Leitgedanken: «Herzlich, naturverbunden und trotzdem modern, zudem mit einem gewissen Etwas versehen.» Auf Streifzügen durch die Natur wurden während

Monaten Blickfänge und Eigenartiges gesammelt. Damit wurden einmalige Schmuckstücke, welche besonders in besinnlicher Zeit grossartig zur Geltung kommen, geschaffen.

Um die Natur, respektive deren Wildtiere, den Kunden näherzubringen, nahmen die Floristinnen Lendi und Fasolt den Schweissbrenner in Betrieb und schnitten aus Stahlblech Hirsch, Fuchs, Reh, Eule sowie andere Geschöpfe heraus. (dz)

Die Öffnungszeiten der Sonderausstellung «Der Natur auf der Spur» von Blumen Ackermann in Mels an diesem Wochenende sind folgendermassen: morgen Freitag von 17 bis 21 Uhr; übermorgen Samstag von 10 bis 19 Uhr und am Sonntag, 23. November, von 10 bis 16 Uhr.

## «Tödliches Dinner» gastiert im Berghotel Alpina

**Ein spannendes und unterhaltsames Dinner-Theater erwartet die Gäste des Berghotels Alpina auf Wangs-Pizol am 29. November: Neben einem schmackhaften Vier-Gang-Menü werden eine echte Agentenstory und viel Humor aufgetischt.**

**Wangs-Pizol.** – «Höchste Sicherheitsstufe herrscht am Samstag, 29. November 1974, am Pizol: Die wichtigsten Agenten und Spione dieser Welt sind zu einem geheimen Gipfeltreffen im Berghotel Alpina geladen. Bereits beim Empfang werden die Gäste von den Schauspielern willkommengeweissen. Dann geht es mit der Gondel an den streng geheimen Ort am Pizol, wo das Unglück schliesslich seinen Lauf nimmt: Denn während die westliche Agentengenossenschaft feiert, durchkreuzt ein gemeiner Mörder alle Pläne und bringt den Weltfrieden – wieder einmal – in Gefahr. Er muss gefasst werden! Dazu braucht es die Hil-

fe aller Anwesenden», so die Ankündigung in der Medienmitteilung.

**Ein unvergesslicher Abend**

«Ich habe das tödliche Dinner selbst als Gast miterlebt und war begeistert», erzählt «Alpina»-Chefin Alexandra Stähli. Das Publikum wird ins Geschehen miteingebunden und ist selbst Teil des Schauspiels, allerdings auf freiwilliger Basis. «Das macht unglaublich viel Spass, deshalb wollen wir diesen unvergesslichen Abend auch für unsere Gäste anbieten.» Der Dresscode lautet «Agenten und Bond-Girls im Stil der 70er-Jahre oder Abendkleidung». Ideal sei der Event auch für Gruppen – oder als Weihnachtsfeier, ergänzt Stähli. (pd)

Tödliches Dinner unter dem Titel «Das Gipfeltreffen 1974», am 29. November im Berghotel Alpina am Pizol. Empfang an der Talstation Wangs: 17.30 Uhr, Gondelauffahrt bis 18 Uhr, Beginn auf dem Berg 18.30 Uhr. Vorverkauf Tickets: 081 723 20 86; info@hotel-alpina.ch; www.hotel-alpina.ch, keine Abendkasse.



**Ein Mordfall wird während des Dinners aufgeklärt:** Das «Tödliche Dinner» verspricht Spannung, Humor und ein Vier-Gang-Menü.