

Tablat-St. Gallen

Es braucht eine Transformation unseres Ernährungssystems

Text: Heks Brot für alle, Kampagnenheft 2025

Rund ein Drittel der Weltbevölkerung leidet unter Hunger oder Unterernährung. Mitschuld daran sind akute Krisen und Konflikte, hauptverantwortlich sind jedoch globale Ungleichheit, Armut und die Machtkonzentration von Agrarkonzernen, die primär auf Profit aus sind. Damit alle Menschen auf der Welt die Chance auf ein würdiges Leben haben und ihr Potenzial entfalten können, braucht es eine Systemveränderung bei der landwirtschaftlichen Produktion und der Verteilung von gesunden Nahrungsmitteln. Weltweit hungerten im Jahr 2023 rund 733 Millionen Menschen; 2,8 Milliarden – also jeder dritte Mensch auf dieser Welt – konnten sich keine gesunde Ernährung leisten. Mitverantwortlich dafür ist eine Kombination von Krisen: Mehr als die Hälfte der Hungernen lebt in Regionen mit bewaffneten Konflikten oder Kriegen, so dass sie ihre Felder nicht mehr bewirtschaften können. Hinzu kommen die Folgen der Klimaerwärmung, gestiegene Lebensmittelpreise und die Corona-Krise. Dass rund ein Drittel der Weltbevölkerung chronisch zu wenig Nahrung hat oder sich nur qualitativ minderwertig ernähren kann, ist eine Folge von globaler Ungleichheit, Armut, Diskriminierung und der zunehmenden Machtkonzentration von Agrarkonzernen. Denn eigentlich werden weltweit genügend Nah-

rungsmittel produziert, um alle Menschen dieser Erde ausreichend und gesund zu ernähren. Hunger ist also kein Produktions-, sondern ein Verteilproblem. Dieses hängt mit der globalen industriellen Landwirtschaft zusammen, die auf Profitmaximierung ausgerichtet ist.

Hunger frisst Zukunft

So sind viele Menschen im Globalen Süden zu häufig gezwungen, sich einseitig nur von Weizen, Reis, Mais oder hochverarbeitetem billigem Fast Food zu ernähren, mit dem die Nahrungsmittelkonzerne dank billiger Massenproduktion weit höhere Gewinne erzielen können als mit gesunden Frischprodukten. Dadurch fehlen diesen Menschen überlebenswichtige Nährstoffe mit verheerenden Folgen für ihre Gesundheit. Hunger zerstört damit nicht nur die Zukunft einzelner Menschen, sondern auch diejenige von ganzen Generationen in vielen Ländern des Globalen Südens. Wie also lässt sich diese Situation verbessern? Humanitäre Hilfe in akuten Hungersituationen ist sinnvoll und nötig, doch diese kurzfristige Unterstützung löst die Ursachen des chronischen Hungers nicht. Stattdessen braucht die Welt ein Umdenken, hin zu einem neuen Landwirtschafts- und Ernährungssystem – eines, das nicht vom Profit einzelner Konzerne angetrieben wird, sondern auf das Recht der Menschen auf genügend ausgewogene und kulturell angepasste Nahrung fokussiert und die lokale Wirtschaft und Bevölkerung stärkt.

Unsere Gottesdienste

	Grossacker	Stephanshorn	Halden	Heiligkreuz	Rotmonten	Wittenbach
Sa/So 1./2. März	So, 10 Uhr mit Abendmahl, Pfr. T. Rau anschl. Kirchenkaffee		So, 11 Uhr zur Fasnacht Pfrn. A. Weinhold	So, 10 Uhr, Abendmahl, Pfrn. B. Müller	So, 17 Uhr Pfr. H. Walt	So, 10 Uhr mit Segnung und Salbung zum Tag der Kranken, Pfr. B. Ammann
Sa/So 8./9. März		So, 10 Uhr Pfr. T. Rau	Fr, 14.30 Uhr zum Weltgebetstag, Team Sa, 18.30 Uhr Taizé - Gottesdienst So, 11 Uhr mit Soliessen und Singkreis Pfrn. A. Weinhold		Fr, 18 Uhr, ökumenisch kath. Kirche, ökum. Team zum Weltgebetstag, So, 10.30 Uhr Einführung ins Abendmahl 3. Klässler, B. Schawalder u. Pfr. H. Walt, anschl. Kirchenkaffee	So, 10 Uhr Pfr. B. Ammann
Sa/So 15./16. März	So, 10 Uhr, Kirche Heiligkreuz Tablater Begegnungs-GD zur Ökumenischen Kampagne mit Suppenz' mittag, Pfrn. B. Müller und Pfr. R. Maag			So, 11 Uhr Seelsorger U. Lieb		So, 10 Uhr, ökumenisch Kirchenzentrum St.Konrad zum Thema Judentum, Pfr. B. Ammann u. C. Leutenegger
Fr/Sa/So 21./22./23. März		So, 10 Uhr Pfr. T. Rau	Sa, 18.30 Uhr Taizé - Gottesdienst So, 11 Uhr Seelsorger U. Lieb		So, 10.30 Uhr, ökumenisch Pfr. H. Walt u. G. Hutter, mit Projekt- und Kinderchor anschl. Suppentag	Fr, 19 Uhr «Aufwind» Abend-GD, Diakon T. Frischknecht-Plohmann, mit Band
Sa/So 29./30. März	So, 17 Uhr mit Schweizer Jugendchor, Pfr. T. Rau	So, 9.30 Uhr kath. Kirche St.Maria Neudorf, ökum. Kampagne «Hunger frisst Zukunft»; Pfr. R. Maag und Seelsorgerin Y. Joos		So, 10.30 Uhr Einführung ins Abendmahl 3. Klässler, B. Schawalder u. Pfrn. B. Müller, anschl. Kirchenkaffee	So, 10.30 Uhr Pfr. H. Walt	So, 11 Uhr, ökumenisch zum Solidaritätstag, anschliessend Suppe Pfr. B. Ammann u. C. Leutenegger Musik: Gospelchor



Evangelisch-reformierte
Kirchgemeinde Tablat-St. Gallen

ADMINISTRATION

Falkensteinstrasse 40, 9000 St.Gallen
071 244 81 21, info@tablat.ch

PFARRPERSONEN

Grossacker

Thomas Rau, Falkensteinstrasse 40
9000 St.Gallen, 071 244 81 11
thomas.rau@tablat.ch

Halden

Andrea Weinhold
Rehetobelstrasse 89a, 9016 St.Gallen,
071 288 15 10, andrea.weinhold@tablat.ch

Heiligkreuz

Birke Müller, 9008 St.Gallen, 071 245 03 83
birke.mueller@tablat.ch

Rotmonten

Hansueli Walt, 9010 St.Gallen, 071 244 73 44,
hansueli.walt@tablat.ch

Stephanshorn

Renato Maag, 9016 St.Gallen, 071 288 12 88,
renato.maag@tablat.ch

Wittenbach

Bruno Ammann, 9300 Wittenbach, 071 298 40 10,
bruno.ammann@tablat.ch

Weitere Kontaktpersonen finden Sie unter: www.tablat.ch

Aktuell und Persönlich

GOTTESDIENSTE ZUR ÖKUMENISCHEN KAMPAGNE HEKS BROT FÜR ALLE/FASTENAKTION

Sonntag, 23. März, 10.30 Uhr

Evang. Kirche Rotmonten
Pfarrer Hansueli Walt und Gabriela Hutter
Anschliessend Suppentag

Sonntag, 30. März, 9.30 Uhr

kath. Kirche St. Maria Neudorf
Seelsorgerin Yvonne Joos und
Pfarrer Renato Maag, Anschl. Kirchenkaffee.
«Hunger frisst Zukunft». Wo Hunger herrscht,
will geteilt werden – das feiern wir auch im ge-
meinsamen Brotteilen und mit dem Sammeln
für das Haiti-Programm. Musikalisch mitgestal-
tet vom Projektchor unter der Leitung von Ma-
ja Bösch und dem Kinderchor unter der Lei-
tung von Silvia Seipp. Es erklingen mitreisende
Lieder wie «Wir kommen zusammen» und
«Gott, segne und behüte» und die wunderschö-
ne doppelchörige Motette «Denn er hat seinen
Engeln» von Felix Mendelssohn Bartholdy.

Diakonie

SUPPENTAGE 2025

jeweils ab 11.30 Uhr, resp. nach GD

9. März Kirche Halden, Soli-Essen

9. März Pfarreiheim St. Fiden, Pasta-Tag

14. März Kirchgemeindehaus Grossacker

21. März Pfarreiheim St. Fiden

23. März Evang. Kirche Rotmonten

28. März Kirchgemeindehaus Stephanshorn

4. April Begegnungszentrum Neudorf

Alle sind herzlich eingeladen, gemeinsam zu es-
sen. Kuchenspenden werden von den Teams
gerne entgegengenommen. Der Erlös geht zu-
gunsten «HEKS Brot für alle» / «Fastenaktion»

ÖKUMENISCHE BLÄTZWERKSTATT

Dienstag, 4. März, 14.15 bis 15.45 Uhr

Pfarreiheim St. Fiden

Montag, 17. März, 14.15 bis 15.45 Uhr

Kirche Grossacker

Wir treffen uns zum Stricken und Häkeln. Wir
arbeiten an Wolldecken und anderen Wollsa-
chen für Strassenkinder und Obdachlose. Wir
freuen uns auf Ihr Kommen.

Adelheid Dengler Schelling, 071 288 10 87,
dengler-schelling@bluewin.ch

WARENKORB

dienstags, jeweils 17.30 bis 18.30 Uhr

Kirchgemeindehaus Grossacker

Lebensmittelausgabe für Menschen mit klei-
nem Budget aus dem Tablater Gemeindegebiet.
Momentan können keine neuen Warenkorbbar-
ten vergeben werden, eine **Anmeldung für ei-
ne Karte ist jedoch möglich (Warteliste)**.

Sabine Wüthrich, 071 244 93 83

KOALA - ALLES FÜR'S BABY

mittwochs, 14.30 bis 16.30 Uhr

donnerstags, 9 bis 11 Uhr

Kirchgemeindehaus Grossacker, Eingang Turm
(ausserhalb Schulferien), **Voranmeldung nötig**
Kontakt Damaris Saxer Henne, 071 244 63 77

K-TREFF WITTENBACH

mittwochs, 15.45 bis 18 Uhr

Vogelherd, evang. Kirchenzentrum Wittenbach
Einkauf für CHF 1.–. Hier treffen sich Men-
schen mit kleinem Budget. **Abgabe der Lebens-
mittel ist nur mit Terminkarte möglich.**

Glaube, Musik und Bildung

LITERATURCAFÉ

Donnerstag, 13. März, 9.30 bis 11 Uhr

Evang. Kirche Rotmonten

Sibylle Engi liest und erzählt aus dem Buch:
Benedikt Meyer, «Nach Ohio - Auf den Spuren
der Wäscherin Stephanie Cordelier»
1891 wandert die erst 19-jährige Cordelier aus
der Region Basel in die USA aus. Aus ärmlichen
Verhältnissen stammend – die Mutter ernährt
als Wäscherin die Familie, der Vater ist Alkoholi-
ker – erhofft sie sich in der Neuen Welt ein
besseres Leben. In Ohio lernt sie in der aufstre-
benden Kleinstadt Defiance den amerikani-
schen Alltag kennen. Sie wird Dienstmädchen
bei einer Ärztesfamilie, beginnt, sich heimisch
zu fühlen, und ist stolz, ihrer Mutter regelmä-
ssig Geld schicken zu können. Dann wendet sich
das Schicksal gegen sie. Doch sie hat gelernt zu
kämpfen. 125 Jahre später beschliesst ihr in
Bern lebender Urenkel, ihrer Geschichte nach-
zugehen. Mit einem Containerschiff reist er
über den Atlantik und mit dem Fahrrad nach
Ohio, um vor Ort herauszufinden, was sie wirk-
lich erlebt hat. Sibylle Engi, 071 244 01 16

ISRAEL-PALÄSTINA

DEN KONFLIKT BESSER VERSTEHEN

Donnerstag, 13. März, 19.30 bis 21 Uhr

Kirche Vogelherd

Referat von Christian Rutishauser zum Konflikt
zwischen Israel und Palästina, im Rahmen der
ökumenischen Erwachsenenbildung.

Eintritt frei – Kollekte

FLÜGEL FESTIVAL ROTMONTEN

Sonntag, 16. März, 17 Uhr

Kirche Rotmonten

Schubert Liederabend «Sehnsucht»

Manuel Walser, Bariton und

Claire Pasquier, Flügel

GEDANKEN & MUSIK «SUCHEN»

Freitag, 21. März, 19 Uhr

Kirche Grossacker

Texte: Pfarrerin Andrea Weinhold

Musik: Lala Cádiz, Singer/Songwriter; Esther
Uhland, Klavier, Anschliessend kleiner Apéro.

KONZERT SCHWEIZER JUGENDCHOR

«EINE REISE IN DIE ROMANTIK»

Sonntag, 30. März, 18 Uhr

Kirche Grossacker

Der Chor probt in unserer Kirche, wirkt im Got-
tesdienst um 17 Uhr mit und gibt nach einer kur-
zen Pause ab 18 Uhr ein Konzert.

Robert Schumann, Johannes Brahms, Richard
Strauss: Der Schweizer Jugendchor taucht tief in
die a cappella Musik der Romantik ein.

Die Gedichtvertonungen – u. a. mit Texten von
Rückert und Goethe – sind einerseits voller

Sehnsucht und Nostalgie, andererseits erzählen
sie aber auch Geschichten von Zuversicht oder
dem Aufbruch in die Natur. Ergänzt wird das
Programm durch Werke des Schweizer Kompo-
nisten Arthur Furer. Seine Kompositionen sind
auf jeden Fall eine Entdeckung wert. Wir freuen
uns sehr drei Werke für Frauenchor zu hören.

Kinder und Familien

JUNGSCHE WITTENBACH

Samstag 1./15./29. März, 13.30 bis 17 Uhr

Vogelherd, evang. Kirchenzentrum Wittenbach
Hast Du Freude an Action im Wald, lustigen
Spielen, spannenden Geschichten und
wertvoller Gemeinschaft? Dann komm in die
Jungschi Wittenbach! Wir treffen uns jeden 2.
Samstagnachmittag. Für Kinder der 1. bis 6.
Klasse. Wir freuen uns auf Dich.
Weitere Auskünfte bei Jonas Züst v/o Sid und
tschiggo.frischknecht@tablat.ch

CHRABELLGRUPPE UND KAFITREFF

Dienstag, 4./11./18./25. März, 9 bis 11 Uhr

ökumenisches Gemeindezentrum Halden

Wir plaudern und tauschen uns aus, singen
und spielen mit den Kleinsten, lassen sie her-
umkrabbeln und verbringen eine schöne Zeit
miteinander. Wir freuen uns über jedes neue
Gesicht. Susanne Baumgartner, 071 280 03 41

«FRÜHLINGSERWACHEN»

FÜR UNSERE JÜNGSTEN

Mittwoch, 5./12./19./26. März, 9.30 bis 11 Uhr

Kirche Grossacker

In Begleitung backen, singen, spielen und bas-
teln. Wir entdecken Spannendes in einer klei-
nen Geschichte. Schnuppern ist jederzeit mög-
lich. Antje Klein, antje.klein@tablat.ch

KINDERCHOR PROBE

Mittwoch, 5./12./19./26. März/2. April, 13 Uhr

Evang. Kirche Rotmonten

Hast Du Lust, regelmässig zu singen? In unse-
rem Kinderchor sind alle singfreudigen Kinder
der 2. bis 6. Klassen willkommen. Gemeinsames
Singen, Stimmbildung und Auftritte. Möchtest
Du mitmachen? silvia.seipp@tablat.ch

SPIELE RUND UM D'CHILE

Mittwoch, 5. März, 14 bis 16 Uhr

ökumenisches Gemeindezentrum Halden

Spiel&Spas, Begegnung, Zvieri, Kinder in Be-
gleitung Eltern/Bezugspersonen

Leitung: Susanne Baumgartner, 071 280 03 41

QUARTIER-ZMITTAG FÜR JUNG UND ALT

Freitag, 7. März/4. April, 12 bis 13.30 Uhr

Kirche Grossacker

Wir freuen uns auf das gemeinschaftliche Essen
und wünschen guten Appetit. Kinder kommen
bitte in Begleitung Erwachsener. Gemeinsame
Mittagspause mit Pasta und Salat für CHF 5.-
pro Person.

Ihre **Anmeldung** zum Essen hilft uns beim Pla-
nen. Melden Sie sich auch, wenn Sie unser
Team unterstützen möchten.

Wir suchen für folgende Bereiche:
Tischkultur, Entertainment und Kochkunst.
Antje Klein, antje.klein@tablat.ch

FILMZIT

Samstag, 15. März, 18 bis 20 Uhr
Kirche Grossacker
Antje Klein, antje.klein@tablat.ch

OSTER-BASTELNACHMITTAG

Mittwoch, 19. März, 14 bis 16.30 Uhr
Kirche Grossacker
Das Team hat einige tolle, frühlingshafte Bastelideen vorbereitet. Es gibt einen feinen Zvieri. Wir freuen uns auf euch. Beitrag für das Basteln sind CHF 10.- **Anmeldungen bis 4. März** gerne an: antje.klein@tablat.ch oder susanne.baumgartner@tablat.ch

CHILEMÜUSLI

Mittwoch, 19. März, 14.15 bis 16.30 Uhr
Vogelherd, evang. Kirchenzentrum Wittenbach
D Chilemüusli Sam und Julia suchen dringend Freunde. Freunde, die mit ihnen lachen, singen, tanzen, basteln, und Geschichten hören. Wer hat Lust ein Chilemüusli zu werden? Wir würden uns riesig freuen. Anmeldung über www.tablat.ch, Infos: Susy Zublasing, 079 673 22 23
Manuela Huber, 079 378 09 30

SPIEL & SPASS UM VIER - GEMEINSAM KIRCHE IM QUARTIER

Freitag, 21. März, 15.30 bis 20 Uhr
Evang. Kirche Rotmonten
Für Kinder ab vier Jahren bis zur 6. Klasse mit Spiel, Spass und Besinnung. 15.30 Uhr Eintreffen und Zvieri, ab 16 Uhr Programm «Frühling», ab 17.15 Uhr Besinnung für Gross und Klein, ab 17.30 Uhr gemütliches Beisammensein für Erwachsene mit und ohne Kinder.

BUNTER OSTERPLAUSCH

Samstag, 29. März, 9 bis 12 Uhr
Kirchgemeindehaus Heiligkreuz, Bachsaal
Für Schulkinder der 1. bis 6. Klassen
Wir basteln, backen und erleben die Ostergeschichte. Unkostenbeitrag CHF 5.-
Mit Voranmeldung bis 14. März bei
Bettina Ledergerber / Bettina Schawalder Frei:
bettina.ledergerber@tablat.ch
bettina.schawalder@bluewin.ch

SCHÜLER-DISCO-ZÄME MEH ERLEBE

Samstag, 29. März, 16 bis 20.30 Uhr
Kirche Grossacker
Beim Kinderlieder-Techno bist du Teil der Lichtshow. Zudem kannst du deinen Lieblingssong auf einer Wunsch-Hitliste schreiben. Gewinne einen kleinen Preis bei Disco-Spielen. Wenn du magst, kannst du dir am Kiosk z.B. eine süsse Tüte für CHF 2.- kaufen. Eintritt frei.
Für Kinder der 3. bis 4. Klassen: 16 bis 18 Uhr
Für Kinder der 5. bis 6. Klassen: 18 bis 20.30 Uhr

VERSÖHNUNGSWEG

Mittwoch, 2. April, offen 13.30 bis 19 Uhr
Kirche Grossacker
Kinder ab der 4. Klasse sind eingeladen, zusammen mit einer Person ihres Vertrauens (Eltern-Teil, Pate, älteres Geschwister) den Versöhnungsweg zu besuchen, wo sie einmal ganz praktisch in ihren Alltag schauen und sich über Situationen des täglichen Lebens austauschen. Was fällt leicht? Wo bin ich herausgefordert? Wo gibt es oft Konflikte? Der Stationen-Weg dauert ungefähr 30 Minuten. Die Religionslehrpersonen der 4. bis 6. Klassen werden an diesem Anlass anwesend sein. **Anmeldung** bei Antje Klein, antje.klein@tablat.ch

Jugendliche und junge Erwachsene

KLEINGRUPPENABEND FÜR JUGENDLICHE

Montag, 3./17. März, 19 bis 20.30 Uhr
Vogelherd, evang. Kirchenzentrum Wittenbach
Wir treffen uns, um uns mit Lebens- und Glaubensthemen auseinanderzusetzen. Hier hat es Platz für Deine Gedanken und Fragen. Dich erwartet eine gute Gemeinschaft und die Möglichkeit Deinen Glauben zu entwickeln.
tschiggo.frischknecht@tablat.ch

FRIEDENSSTIFTER:IN

Donnerstag, 6./13./20./27. März, jeweils 16.30 bis 18.30 Uhr
Kirche Grossacker
Ökumenische Jugendgruppe ab der 5. Klasse
Kiosk und Freizeit; Projektzeit; gemeinsames Kochen und Essen; Abschlusszeit

KONF-ZEIT WITTENBACH

Dienstag, 11. März, 18.30 bis 20 Uhr
Vogelherd, evang. Kirchenzentrum Wittenbach
Samstag, 22. März, 9 bis 17 Uhr
Vogelherd, evang. Kirchenzentrum Wittenbach
Blocktag der Konf-Zeit zur Vorbereitung des Konfirmationsgottesdienstes. Pfarrer Bruno Ammann und Susanne Baumgartner

ERLEBNISPROGRAMM:

WERDE TEIL EINER GESCHICHTE
Donnerstag, 13. März, 18.30 bis 21 Uhr
Vogelherd, evang. Kirchenzentrum Wittenbach
Beim Impro-Theater biblische Geschichte hautnah erleben. Plötzlich bist du ein Jünger, Phariseer oder König und gestaltest die Geschichte mit. Ein anregender, unterhaltsamer Abend.
tschiggo.frischknecht@tablat.ch

JUGENDTREFFHALDEN

Freitag, 7./21. März, 18 bis 20.30 Uhr
Gemeindezentrum Halden

Erwachsene

GESELLSCHAFTSSPIEL-NACHMITTAG

Dienstag, 4./18. März, 14 bis 16 Uhr
Vogelherd, evang. Kirchenzentrum Wittenbach
Während der Winterzeit bringen wir Abwechslung in die dunkle Jahreszeit. Bei gemeinsamen Gesellschaftsspielen vergeht die Zeit wie im Flug und macht gute Laune. Sei es bei einem Jass, einem Rummikub oder - darf es auch ein neues Spiel sein? Alle sind willkommen, ohne Anmeldung. monica.thoma@tablat.ch

QUARTIER-STAMM

donnerstags, 9.30 bis 11.30 Uhr
6. März, Restaurant Stephanshorn, Lindenstr. 169
13. März, Cafeteria Lindenhof, Lindenstr. 72
20. März, Bäckerei Schwyter, Lindenstr. 69
27. März, Notkerianum Foyer, Rorschacher Str. 258
3. April, Cafeteria Halden, Oberhaldenstr. 23
Gelegenheit, neue und vertraute Menschen und Orte im Quartier kennenzulernen. Ohne Anmeldung. Alle bezahlen selbst.
Pro Senectute, Sandra Stark, 071 227 60 08

NÄHCAFE «ETWAS» RAUM FÜR IDEEN

Donnerstag, 6. März/3. April, 14 bis 17 Uhr
Vogelherd, evang. Kirchenzentrum Wittenbach
Gemeinsames Nähen und Stricken mit Unterstützung von Fachpersonen, und gemütliches Beisammensein bei Kaffee und Kuchen.

«SPIELTREFF STEPHANSHORN»

Donnerstag, 6./20. März, 14.30 Uhr
Kirchgemeindehaus Stephanshorn
Spielfreudige jeden Alters treffen sich zum gemütlichen Zusammensein und zu Karten-, Würfel- und Brettspielen.

ÖKUMENISCHER WITWENTREFF

Montag, 10. März, 11.45 Uhr
Mittagessen im Restaurant des Pflegeheims Heiligkreuz. Buslinie 6 ab Maktplatz, alle 10 Min.
Anmeldung bitte bis 7. März bei
Martha Tiefenauer, 071 244 77 48 oder Edith Guntli, 071 245 06 84

HALDEN-QUILTER

Montag, 10. März, 14 bis 17 Uhr
ökum. Gemeindezentrum Halden
Die Haldenquilterinnen treffen sich einmal monatlich.

ZEIT IM KLANG

Donnerstag, 13. März, 18.15 bis 19 Uhr
Kirche Heiligkreuz
Unruhige Gedanken, Hektik, Ängste und Sorgen für eine Zeitlang verabschieden. Zur Ruhe kommen. Entspannen. Aufgehoben sein. Zu sich selbst finden. Neue Energie tanken. Dies und mehr möchte Ihnen «Zeit im Klang» anbieten und ermöglichen. Matten, Decken & Kissen vorhanden. Zur Teilnahme sind keine Vorkenntnisse nötig. Leitung: Verena Gerber, Klangpraktikerin nach Peter Hess.

«KAMERA AB!» FILMABEND

Freitag, 14. März, 18.30 Uhr
Kirchgemeindesaal Heiligkreuz
«The Old Oak» ist das letzte noch offene Pub in einem ehemaligen Bergarbeiterdorf im Nordosten Englands. Der schief hängende Buchstabe «K» im goldenen Schriftzug an der Fassade zeugt davon, wie schlecht es um die Kneipe und das Dorf steht. Pub-Besitzer TJ Ballantyne kommt mit den wenigen Stammgästen kaum über die Runden. Diese verstehen nicht, weshalb sich der Wirt mit einer Sozialarbeiterin um die syrischen Flüchtlinge kümmert, die mit dem Bus eingetroffen sind. Ballantyne freundet sich mit der jungen Syrerin Yara an, die leidenschaftlich gern fotografiert und eine Idee hat: Das seit Jahren ungenutzte Hinterzimmer des Pubs wäre ein idealer Ort, um miteinander zu essen und Einheimische und Migrant:innen an einen Tisch zu bringen. Doch nicht allen gefällt diese Idee. Im Anschluss sind alle zu einem Apéro mit Austausch über den Film eingeladen. Unkostenbeitrag: CHF 5.

SPIELCAFÉ

Montag, 17. März, 14 bis 16 Uhr
Evang. Kirche Rotmonten
Wir laden spielfreudige Erwachsene herzlich zu Karten-, Würfel- und Brettspielen und zum gemütlichen Zusammensein bei Kaffee und Tee ein. Bitte bringen Sie ihr Lieblingsspiel mit. Wir freuen uns auf Sie.

ERZÄHLCAFÉ IM STEPHANSHORN

Freitag, 21. März, 14.30 bis 16 Uhr

Kirche Stephanshorn

Meine Umzugsgeschichten – Bleiben oder zü-
geln? Diese Frage wird wohl auch Ihnen schon
begegnet sein. Während die einen ihren Wohn-
sitz viele Male wechseln, haben andere erst
ganz selten Umzugskartons in den Händen ge-
halten. Wir spüren den eigenen Umzugsge-
schichten nach und entdecken Gemeinsames,
Überraschendes, Heiteres,... Moderation: Re-
nato Maag und Sandra Stark. Alle sind herzlich
willkommen. **Anmeldung bis 1 Woche im Vor-
aus.** Auch spontan Teilnehmende sind willkom-
men. Fahrdienst bei Bedarf. Kontakt: Sandra
Stark (Pro Senectute) 071 227 60 08

OFFENER BIBELGESPRÄCHSKREIS

Dienstag, 25. März, 14.30 Uhr

Vogelherd, evang. Kirchenzentrum Wittenbach
Wir diskutieren einen bestimmten Bibeltext
und setzen ihn in Bezug zu unserem gelebten
Alltag. Pfarrer Bruno Ammann

FRAUE ZMORGE: COCO CHANEL

Mittwoch, 26. März, 8.30 Uhr

Gemeindezentrum Halden

Wir tauchen ein in das Leben der Mode-Ikone
und erzählen einander: Was bedeuten Kleider
für mich? In welchen Kleidern fühle ich mich
wohl und schön? Habe ich ein Lieblingsklei-
dungsstück? **Anmeldung bis 24. März** an
Christine Huber, 071 224 07 10,
pfarramt.halden@kathsg.ch

TREFFPUNKT 4

Mittwoch, 26. März, 16 bis 17.30 Uhr

Evang. Kirche Rotmonten

Wir diskutieren über theologische Themen, Le-
bens- und Zeitfragen. Jede und jeder kann The-
men und Vorschläge einbringen.
Pfarrer Hansueli Walt

CELLO TIME FÜR ERWACHSENE

Mittwoch, 26. März, 19 Uhr

Kirche Rotmonten

Gemeinsames Musizieren in einem Cello-En-
semble. Unkosten pro Abend CHF 10
Leitung: Maria Flüge

TIME OUT - PARTY-ELL

Samstag, 29. März, 19 Uhr

Kirche Halden

Disco, Disco, Disco. Es ist wieder mal Zeit, das
Tanzbein zu schwingen. Alle sind eingeladen,
die Freude am Tanzen haben. Wer Erfahrung
als DJ hat, darf sich gerne bei uns melden.
Auch Musikwünsche dürfen uns vorgängig zu-
gestellt werden. Organisation: Andrea Wein-
hold, Kitty Roukema and Friends.

KAFI-TREFFPUNKT

montags, 14 bis 17 Uhr

Vogelherd, evang. Kirchenzentrum Wittenbach
Geniessen Sie in der Diakoniebeiz Kaffee/Tee
und Kuchen und kommen Sie ins Gespräch.
Annemarie und Bernhard Bölli freuen sich auf
Ihren Besuch.

DORFBRUNNEN

dienstags, 14 bis 16.30 Uhr

ökumenisches Gemeindezentrum Halden
Basteln, Stricken, Häkeln, Austauschen und
Kaffee trinken. Wir stricken unter anderem
auch für die Menschen in Kasachstan. Neuinte-
ressierte sind herzlich willkommen.
Auskunft: Silvia Lambeau, 071 288 54 53

NÄHCAFÉ HALDEN

donnerstags, 14 bis 17 Uhr

ökumenisches Gemeindezentrum Halden
Wer: Flüchtlinge, Migrant*innen, Quartierbewohner
und alle an Handarbeiten Interessierte mit oder
ohne Vorkenntnisse. Das Café ist offen auch für
alle, die nur einmal hereinschauen möchten. Das
Näh-Café-Team freut sich, Sie kennenzulernen.

Senioren

SUNTIGS-SUPPÄTOPF

Sonntag, 30. März, 12.30 Uhr

SUNTIGSKAFI

Sonntag, 9./23. März, 14 bis 16 Uhr

Kirchgemeindehaus Grossacker
Für Seniorinnen und Senioren. Kontakt für
Fahrdienst: Pro Senectute, 071 227 60 08.

SENIORENNACHMITTAG

BILDER VON UELI BÄCHTOLD

Dienstag, 11. März, 14.30 Uhr

Vogelherd, evang. Kirchenzentrum Wittenbach
Zur rechten Zeit am richtigen Ort Ostschweizer
Augenblicke für die Ewigkeit mit Bildern vom
Alpstein zum Bodensee mit Ueli Bächtold, Dia-
kon und Fotograf. Meine Zeit verbringe ich oft
in der Natur. Es bereitet mir grosse Freude, Fo-
tografien von Landschaften und Tieren so zu
gestalten, dass der strahlende Himmel, die
scheuen Eisvögel, die neugierigen Steinböcke
in den Bergen, der stille See, der leuchtende
Tempelwald zur Geltung kommen, denn sie alle
sind Spiegelbilder göttlicher Ästhetik und Güte.

ÖKUMENISCHER SENIORENNACHMITTAG

Donnerstag, 13. März, 14.30 Uhr

Pfarreiheim St.Fiden

Willkommen an Bord - Eine Seefahrt, die ist lus-
tig, eine Seefahrt, die ist schön! Fahren Sie mit?
Das Seniorentheater St. Gallen nimmt uns mit
seiner 25. Produktion mit auf die «MS Allegra»
und verspricht mit dem Lustspiel «Willkommen
an Bord» anregende Gesellschaft, positives
Wetter und dramatische Wendungen... Nach
der Aufführung lassen wir den Nachmittag mit
gemütlichem Beisammensein bei Kaffee und
Kuchen ausklingen. Eintritt (inkl. Zvieri):
CHF 10.- Informationen: Yvonne Joos

MITTAGSTISCH

Dienstag, 18. März, 11.30 Uhr

Evang. Pflegeheim Heiligkreuz
Jeden 3. Dienstag im Monat ein 4-Gang Menü in
der Cafeteria des Pflegeheims und immer mit
kulturellen Inputs.
Anmeldung bis Montagmittag an info@heilig-
kreuz.ch oder unter 071 243 32 26.

MITTAGSTREFF

GEMEINSAM STATT EINSAM

Jeden **ersten Dienstag** im Monat treffen wir uns
im Restaurant Stephanshorn.
Miteinander essen und austauschen.
Jedermann ist herzlich willkommen.
Anmeldung an: Margot Zweili, 071 244 81 26
oder Edith Guntli, 071 245 06 84

Andachten und Besinnung

Andachten

ALTERSHEIM ROTMONTEN (ökumenisch)

Mittwoch, 5./19. März, 2. April, 15 Uhr

V. Ammann, Pfr. H. Walt

BETAGTENHEIM HALDEN

Freitag, 7./21. März, 4. April, 16.30 Uhr

Pfarrer*in Andrea Weinhold

PFLEGEHEIM HEILIGKREUZ

Mittwoch, 5./19. März, 2. April, 10.15 Uhr

Pfrn. B. Müller

ALTERSZENTRUM WIBORADA

BERNHARDZELL

Mittwoch, 12. März, 2. April, 10 Uhr

Pfr. B. Ammann

KAPPELHOF WITTENBACH

Freitag, 7./21. März, 4. April, 16.30 Uhr

Pfr. B. Ammann

OBVITA - WOHNEN IM SENIORENALTER

Freitag, 7./21. März, 4. April, 10.15 Uhr

Pfrn. B. Müller

ALTERSHEIM LINDENHOF

wöchentlich (ökumenisch), freitags, 16 Uhr

ALTERS- UND PFLEGEHEIM NOTKERIANUM

Freitag, 14./28. März, 4. April, 9.30 Uhr

Pfr. R. Maag

Besinnung

OFFENER MEDITATIONSABEND

Donnerstag, 6. März, 3. April, 18.30 Uhr

Montag, 24. März, 18.30 Uhr

Kirche Halden

Margrit Wenk-Schlegel, 071 288 65 88

ÖKUMENISCHES TAIZÉ-GEbet

Mittwoch, 12. März, 18.30 bis 19 Uhr

kath. Kirche Rotmonten

Wir treffen uns einmal im Monat, in der Regel
am 2. Mittwoch im Monat, zu einem Abendge-
bet mit einfachen Liedern aus Taizé, Texten aus
der Schrift und Stille. Regina Wilms begleitet
die Lieder.

STILLE AM MITTAG

jeden Freitag, 12.15 bis 13.15 Uhr

Kirche Halden

Meditation in Stille, Gehmeditation, Impulse
aus der christlichen Tradition der Mystik. Je-
den 1. Freitag im Monat um 12.45 Uhr geführte
Lichtheilmeditation.