

JOURNAL

Die grösste Rebe am Winzerfest

THAL. Diese kann man im Pfarrhaus-Keller sehen, der durch die Vereine Volley Thal, Männerchor und gemischter Chor dekoriert und bedient wird. An den vier Abenden: Freitag, 30. August, Samstag, 31. August, sowie Freitag, 6. September und Samstag, 7. September, jeweils ab 19 Uhr. Die Rebe hat das Männerchormitglied Simon Weber, Bildhauer, gebaut.

Märchen über Frauen aus aller Welt

RHEINECK. Am Donnerstag, 26. September, um 20 Uhr im Gewölbekeller der Alten Krone (Ludothek) findet ein Anlass zum Thema Märchen statt. So verschieden wie die Kulturen, so vielfältig wie die Menschen sind die Märchen und Geschichten, die über das Wesen der Frauen erzählt werden. Aus dem Märchenschatz der Gebrüder Grimm, aus Asien und vom afrikanischen Kontinent erzählt Britt Schleuser Bestinliches und Erheitendes. Das Ludo- und das Bibliotheksteam laden zu diesem Abend ein. Reservationen unter 071 888 04 42 (Ludothek) oder unter E-Mail ludorheineck@bluewin.ch; Eintritt frei, Kollekte.

Veloplausch der Frauenvereine

ST.MARGRETHEN. Die Frauenvereine unternehmen eine Tour ins Ländle. Die Fahrt führt am Mittwoch, 4. September, ins «Rohr» bzw. zur «Schwedenschance». Verschiedene Imbisse werden angeboten. Besammlung ist um 18.30 Uhr beim Tennisplatz, ID nicht vergessen.

Stämpfli und die Schönheit

Die bekannte Politologin und Philosophin **Regula Stämpfli** spricht am Freitag, 13. September, in Heerbrugg über ihr neues Buch «Die Vermessung der Frau. Von Botox, Hormonen und anderem Irrsinn».

Botox, Diäten, Schönheitsoperationen: Regula Stämpfli, was bringt immer mehr Frauen dazu, sich für die Schönheit unters Messer zu legen?

Regula Stämpfli: Von herrschenden Bildern von gephotoshopten glatten und schlanken Uniformfrauen können sich Menschen nur ganz schlecht distanzieren. Sie hinterlassen Spuren in unserem Denken. Dabei sind Menschen sooo schön – einfach so! Sie merken es einfach oft immer zu spät.

Wieso hält sich aber diese Unzufriedenheit, wenn nützt all diese Verzweiflung?

Stämpfli: Wer unzufrieden ist mit sich selbst, versucht zunächst mal, sich selbst zu optimieren, statt die Verhältnisse zu verändern. Mit dem Schönheitswahn verhält es sich wie mit Watzlawicks Anleitung zum Unglücklichsein. Die Realität wird einem Wahnsinn angepasst – das hilft natürlich einer Konsumindustrie, die unerreichbare Ziele und Träume zu hohen Preisen verkaufen kann.

Und warum rasieren und operieren sich Frauen seit einigen Jahren im Intimbereich?

Stämpfli: Jede Zeit hat ihre Form. Rasieren, glatt passt in unsere ziemlich steril gewordene Welt, in der alles planbar sein muss. Das rasierete Geschlecht hat sich via Pornographie, Bilder und Medien zu-



Regula Stämpfli spricht in Balgach und plädiert für einen lustvollen Umgang mit dem eigenen Selbst. Bild: pd

dem als Schönheitsideal durchgesetzt.

Wird das so bleiben?

Stämpfli: Die rasierten Beine und Achseln haben sich eingebürgert, aber bei den Schamhaaren ist noch nicht das letzte Wort gesprochen. Die jungen Studierenden sind diesbezüglich viel lockerer. Sie experimentieren mit ihrem Körper und schmücken sich überall – nicht nur im Intimbereich (lacht). Gut möglich, dass hier die

Natur wieder vermehrt zum Zug kommen wird.

Vor 30 Jahren trugen kleine Mädchen die unterschiedlichsten Frisuren und kleideten sich in allen möglichen Farben. Inzwischen haben alle lange Haare, die meisten tragen rosa. Was ist passiert?

Stämpfli: Auch die Männer sehen in den TV-Sendungen vor 30 Jahren viel bunter aus! Ich bin erstaunt, wie gleich alle Menschen aussehen. Selbst ich passe mich ja

deln, unterscheiden. Wenn wir Erwachsene viel lachen, vieles schön finden, wenn wir keine Kategorien wie «schau, die ist dick!» brauchen, wenn wir uns in unseren Körpern wohl fühlen – dann hat keine Industrie auch nur den Hauch einer Chance, unsere Kinder zu formen. Doch da gerade der weibliche Körper, die Weichheit, die Verletzbarkeit auch in Medizin und Technik immer als Mangel, als Corpus delicti definiert wird, sind wir alle wie in einem Denkgefängnis eingesperrt und plagen unsere Körper und vor allem eben auch unsere Kinder.

Das Thema Sex ist omnipräsent, gleichzeitig schwindet die Lust am Gegenteil. Ein Widerspruch?

Stämpfli: Nein. Die logische Konsequenz. Je mehr Sex zur Ware wird, umso eher geht das Begehren verloren und lässt viele, endlich einsame Menschen zurück. Menschen suchen Sex und erhoffen sich Liebe, wenn es eigentlich umgekehrt ist: Man sucht Liebe und entdeckt dabei auch den Sex. Wird indessen Liebe auf Sex reduziert, gehen alle Zwischenbereiche von Flirten, Erotik, Lächeln und Geheimnis flöten.

Interview: Jolanda Spirig

Freitag, 13. September, 19 Uhr, Restaurant Weinstube, Balgacherstrasse 225, Balgach. Der Anlass wird vom Frauenforum Rheintal organisiert und richtet sich an alle interessierten Frauen und Männer.

PUBLIREPORTAGE



Bald pensioniert - und finanziell abgesichert

Mitten im Erwerbsleben ist die Zukunft im Ruhestand für die wenigsten ein Thema. Dabei wäre es sinnvoll, sich schon frühzeitig besonders mit dessen finanzieller Seite zu befassen. Eine umfassende Pensionsplanung erlaubt es, der Pensionierung gelassen entgegenzusehen.

Heutzutage ist das Pensioniertensein für die meisten eine Lebensphase, in der sie aktiv sind und sich denjenigen Aktivitäten widmen, für die sie während des Erwerbslebens kaum Zeit hatten. Pensionierte sind heute unternehmungslustiger denn je. Die finanziellen Veränderungen, welche die Pensionierung mit sich bringen, sind auch deshalb tief greifender als viele meinen. Umso wichtiger ist es, sich schon frühzeitig mit der finanziellen Seite der Pensionierung zu befassen.

Die Raiffeisenbanken unterstützen

ihre Kunden mit einer umfassenden Pensionsplanung, welche deren persönliche Bedürfnisse und Ziele ins Zentrum stellt. Nach Abklärung der aktuellen Vermögenssituation werden die finanziellen Ziele für die Zukunft und erste Lösungsansätze festgelegt. Danach erstellt die Raiffeisenbank einen detaillierten Finanzplan. Der Kunde entscheidet dann, welche Massnahmen dieses Finanzplans er umsetzen möchte.

Die Raiffeisenbank wird später regelmässig zusammen mit dem Kunden

diese Massnahmen überprüfen und bei Bedarf anpassen. Der finanzielle Aufwand, der dem Kunden für die Pensionsplanung entsteht, ist ein Bruchteil der sich ergebenden Vorteile. Die Raiffeisenbank konzentriert sich auf die Finanzplanung des Kunden; diese ist nicht auf bestimmte Bank-Produkte ausgerichtet. Rund 95 Prozent der Kunden, die bei einer Raiffeisenbank eine Pensionsplanung in Auftrag geben, setzen diese auch wirklich um. Das ist ein Zeichen, dass die Beratung wirklich ihren Erwartungen entspricht.

Frühzeitig planen

Die Dienstleistung Pensionsplanung richtet sich vor allem an Personen, die vor ihrer ordentlichen oder frühzeitigen Pensionierung stehen. Es ist sinnvoll, sich schon früh mit den finanziellen Verhältnissen nach der Pensionierung zu befassen. Zeichnen sich nämlich finanzielle Lücken ab, so kann man allenfalls noch in den letzten Jahren des Erwerbslebens die nötigen Mittel in der privaten Vorsorge (3. Säule) ansparen.

Rente oder Kapital?

Rund fünf bis zehn Jahre vor der Pensionierung ist es in der Regel möglich abzuschätzen, welche finanziellen Mittel für den Ruhestand zur Verfügung stehen. Davon hängt die finanzielle Tragbarkeit einer frühzeitigen Pensionierung ab. Zu diesem Zeitpunkt stellt sich auch die Frage nach dem Bezug der Pensionskassen-Guthaben (Rente oder Kapital). Auch hier ist eine professionelle Beratung sinnvoll, bringt sie doch Sicherheit, Perspektiven und die Möglichkeit, von Steuervorteilen zu profitieren.

Tipp:

Melden Sie sich noch heute bei Ihrer Rheintaler Raiffeisenbank und holen Sie sich ganz unverbindlich und kostenlos die „Raiffeisen-Pensions-Box“ mit hilfreichen Tipps, Merkblättern, Steuereinsparmöglichkeiten und weiteren nützlichen Hilfsmitteln ab.

Raphael Allemann	Roman Frischknecht	Raphael Benz	René Sparger	Ronny Hug	Thomas Ramsperger	Michael Knöpfel
Oberes Rheintal 071 555 10 73	Kriessern 071 757 72 76	Marbach-Rebstein 071 775 81 86	Diepoldsau-Schmitter 071 737 88 36	Mittelrheintal 071 727 15 35	Berneck-Au 071 747 55 63	Unteres Rheintal 071 747 12 23