

Vollmondschlitteln am Walenstadtberg

Walenstadtberg. – Das Team vom «Rugg-Beizli» organisiert morgen Samstag eine Vollmondschlittel- und Wandernacht auf Schrina. Das ganze Helferteam und die Familie Wildhaber freuen sich auf gemütliche Stunden mit ihren Gästen. (pd)

Märchen mit dem Herzen entdecken

Bad Ragaz. – Nächsten Montag, 28. Januar, findet der erste Erzähl- und Märchenabend im Jahre 2013 statt, und zwar um 19 Uhr in der Gemeindebibliothek Bad Ragaz. Jacqueline Schwitter, Bad Ragaz, und Elisabeth Mätzler, Sargans, erzählen Märchen in Mundart. «Man sieht nur mit dem Herzen gut. Das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar», sagte der «Kleine Prinz» in der gleichnamigen märchenhaften Geschichte von Antoine de Saint-Exupéry. Märchen können eigentlich fast nur mit dem Herzen gehört und entdeckt werden. Kinder können dies auf Anhieb, und auch viele Erwachsene entdecken so in den Märchen eine Fülle von innerlich aufbauenden und lösungsorientierten Lebensweisheiten. Um diese zu entdecken, lädt der Erzähl- und Märchenkreis Sarganserland herzlich zu diesem Erzählabend ein. (pd)

Auf Schneeschuhen durch die Nacht

Flumserberg. – In den Nächten um Vollmond werden am Flumserberg unvergessliche nächtliche Streifzüge durch die Berglandschaft angeboten. Nur der Mond leuchtet den Weg. Die nächste Vollmondtour ist eine auf Schneeschuhen; sie findet in der Nacht von morgen Samstag auf Sonntag statt (ab fünf Teilnehmenden). Weitere Durchführungsdaten sind der 24./25. Februar und der 26./27. März. Anmeldungen sind willkommen (081 733 2772, www.natur-agentur.ch). (pd)

Im Februar starten die Kinderskikurse

Bad Ragaz. – Demnächst beginnen wieder Kinderskikurse für Anfänger und Fortgeschrittene; es hat noch freie Plätze. Die Kurse finden am Mittwoch-/Samstagnachmittag sowie am Montag-/Freitagnachmittag statt. Die Kinder sind jeweils halbtags in der Obhut von ausgebildeten Skilehrerinnen und -lehrern. Der Montag-/Freitagnachmittagskurs beginnt am 11. Februar und der Mittwoch-/Samstagnachmittagskurs am 9. Februar. Die Kurse umfassen je zehn halbe Tage. Im Kinderland lernen die kleinen Anfänger das Skifahren auf spielerische Art. Anmeldungen nimmt Skischulleiter Toni Rupp entgegen (Telefon 079 445 4847, 081 302 1533, info@skischule-pizol.ch). (pd)

AUFLÖSUNG

«Wassermelone» gefällig? So heisst die Lösung des heutigen Bilderrätsels.

ANZEIGE

15. Januar: Infoabend Grundkurs Gestaltung

kunstschule
liechtenstein

Sommersemester 2013

Viele neue Kursangebote für Kinder, Jugendliche und Erwachsene: Jetzt online auf www.kunstschule.li

Kunstschule Liechtenstein, FL-9485 Mendeln, T +423 375 05 05, office@kunstschule.li

Vertrauen, Mut und das ganz persönliche «Rauschmittel»

In diesen Tagen suchen die Mitglieder des Vereins GRSA, einer Westschweizer Gruppe von blinden und sehbehinderten Skifahrern, das Abenteuer auf den Pisten des Skigebiets Flumserberg. Der «Sarganserländer» begleitete die Gruppe.

Von Michael Kohler

Flumserberg. – Christian steht mit beiden Beinen fest auf seinen Skiern, den Kopf in Richtung Westen gerichtet, um die letzten Sonnenstrahlen in seinem Gesicht zu spüren. Er sieht zufrieden aus. Mit dem Sonnenuntergang neigt sich ein perfekter Skitag in Flumserberg dem Ende entgegen. Nicht zu viele Leute, gute Pistenverhältnisse und keine einzige Wolke am Himmel. Noch einmal tief durchatmen, dann setzen Christian und seine Begleiterin zur letzten Abfahrt des Tages an. Sein Fahrstil lässt nicht erkennen, was seine Sonnenbrille verbirgt: Christian ist blind.

Seit Jahren ist das Skifahren eine grosse Leidenschaft des blinden Physiotherapeuten aus der Westschweiz. Was er dabei trotz Handicap erleben kann, lasse sich nicht leicht in Worte fassen. «Die Geschwindigkeit, mit der man über den Schnee gleiten kann, bedeutet für mich Ungebundenheit, die pure Freiheit. Es ist Adrenalin. Es ist berauschend. Wie ein persönliches Rauschmittel», schwärmt Christian. Dass er dabei nicht auf seine Augen vertrauen kann, stört den Westschweizer kaum. «Ich vertraue all meinen anderen Sinnen und meinem Guide voll und ganz und habe deshalb keine Angst», erklärt Christian.

Auch Angst vor Stürzen hat der Westschweizer nicht. Obwohl er schon mehrere Male den Halt unter den Skiern verlor und sich dabei auch schon verletzt, würden die Stürze einfach zum Skifahren gehören. So wie jeder Sport sein Risiko mit sich trage, ob blind oder nicht.

Blindes Vertrauen

Kommunikation, Geduld und Vertrauen sind die Zutaten für eine gefahrenfreie Abfahrt. Christian und seine Begleiterin bilden ein Tandem, bestehend aus Handicapiertem und Guide. Der Guide fährt vor, der Sehbehinderte folgt nach. Mit bestimmten Befehlen weist der Guide seinem Schützling Weg, Richtung und Tempo. Die Kommunikation erfolgt dabei meist über Funk, oft hilft auch ein Skistock als Verbindungsstück zwischen den beiden.



Geniessen ihre Tage auf den Pisten des Skigebiets Flumserberg: Die Mitglieder des Vereins GRSA.

Bilder Michael Kohler

Christians Tandem ist eines von vielen, die seit Montag auf den Pisten des Skigebiets anzutreffen sind. Markiert mit gelben und roten Skijacken, sind sie alle Teil des Vereins GRSA, Groupe romain du skieurs aveugles et malvoyants (Westschweizer Gruppe aus blinden und sehbehinderten Skifahrern). Über 60 Personen, rund 30 Sehbehinderte und Blinde sowie 30 Betreuer und Guides, haben sich für eine Woche im Hotel Edy Bruggmann niedergelassen und geniessen sieben intensive Skitage am Flumserberg.

Angenehme Verantwortung

Nicht nur für die Blinden und Sehbehinderten ist die Skiwoche eine wertvolle Erfahrung. Auch die Begleiter und speziell die Guides profitieren von den sieben Tagen. Es sei eine Herausforderung, aber nicht eine der unangenehmen Art, erklärt Hans Kilchoer, Guide und Co-Organisator der Skiwoche. Die Ausbildung eines Guides erstreckte sich über zwei Jahre, in denen ein jeder Guide wertvolle Erfahrungen machen könne. Die Betreuer sind also ausreichend geschult. Ausserdem sei der Besuch eines Skigebiets abwechslungsreich, weil ein Guide in der Skiwoche niemals dieselbe sehbehinderte Person betreue. «Nicht jede Person hat das gleiche Handicap. Das geht vom gänzlich Blinden bis zu

einer schwachen Sehbehinderung», sagt Kilchoer. So sei auch das Können auf den Skiern unterschiedlich.

Violaine Willi ist die Tandem-Partnerin von Kilchoer und Mitorganisatorin der Ferienwoche in Flumserberg. Sie unterstreicht die Aussage ihres Führers: «Sehbehindert ist nicht gleich sehbehindert. Und sehbehindert ist auch nicht gleich behindert», so die Westschweizerin, die seit 1970 bei der GRSA mitwirkt. Entgegen vieler Vorurteile sei es nicht so, dass die GRSA nur die Piste blockiere. «Viele von uns wollen schnell fahren, wollen rasen. Genau weil sie dieses Gefühl der Freiheit in der Geschwindigkeit finden», erklärt Willi mit einem charmanten Akzent, «eigentlich genau wie alle anderen Skisportler».

Die drei G's

Nebst dem Drang, die Geschwindigkeit und das Gleiten zu spüren, steht bei den Teilnehmern des wöchigen Lagers vor allem eins im Vordergrund: Die Geselligkeit. «Viele Teilnehmer haben in den letzten Jahren ein breites Bekanntnetz und einen engen Freundeskreis mit Vereinsmitgliedern gestrickt», erklärt Organisatorin Willi. Die Kameradschaft wird also genauso gepflegt wie der traditionelle Skisport auf der Piste. «Ab 17 Uhr stellen wir die Skier beiseite und gönnen uns

beim Après-Ski ein wenig Erholung. Den Abend klingen wir dann meistens im Hotel Edy Bruggmann aus», berichtet Violaine Willi.

Raser sind kein Thema

Dass die Rücksicht anderer Pistenbenutzer auf die Tandems in den letzten Jahren nachgelassen hätte, können die Organisatoren der GRSA nicht bestätigen. Die Anzahl der Pistenraser sei zwar signifikant gestiegen, für diesen Umstand seien die Guides aber ausgebildet worden. Ausserdem signalisieren diverse Plakate bei Gondel und Lift die Anwesenheit von Sehbehinderten auf der Piste. Vorsichtsmassnahmen seien insofern bereits präventiv getroffen worden.

Heute gab es keine Zwischenfälle. Umso erleichterter ist Christian bei der Ankunft an der «Hinnä-Stall»-Bar. Er lässt sich die Skier von den Füessen lösen, freut sich, mit seinen Kollegen einen Kaffee zu trinken. Gegen Abend sei die Bar überschwemmt von der GRSA. Was jetzt kommt, ist auch für Christian ein gelungener Ausklang des Tages. Er muss sich keine Gedanken machen, kann den Abend geniessen. An seine Praxis braucht er dabei nicht zu denken, schliesslich bleiben ja noch vier Tage, bis sich die GRSA wieder auf den Weg in die Westschweiz macht.



Kommunizieren über Funk: Der Guide Hans Kilchoer und die sehbehinderte Skifahrerin Violaine Willi bilden zusammen ein Tandem.

44 Jahre für den Blindensport

Der Verein GRSA – Groupe romain du skieurs aveugles et malvoyants – ist eine Westschweizer Gruppe, die sich für den Wintersport für Blinde und Sehbehinderte einsetzt. «Un jour, un amoureux de la montagne et du ski perdit la vue. Un autre amoureux des cimes et du sport lui proposa de lui prêter ses yeux...». So beginnt laut Homepage der GRSA die Geschichte des Vereins. Übersetzt: «Eines Tages verlor jemand, der die Berge liebte, das Augenlicht. Eines anderen Tages bot ihm jemand, der die Berggipfel und den Sport liebt, an, ihm seine Augen auszuleihen». Die Idee mit dem Tandem-System war geboren.

Nicht nur Alpin Ski, auch Langlauf und Alpinistik wird von der Gruppe gefördert. Seit 1969 agiert die Gruppe als offiziell statuerter Verein mit mittlerweile 160 Sehbehinderten und Blinden in allen Altersklassen,

sowie rund 180 ausgebildeten Guides, Betreuern und Begleitern.

Ausschliesslich Winteraktivitäten

Während es im Sommer sehr ruhig um den Verein steht, folgt dafür im Winter eine Veranstaltung auf die andere. «Wir führen pro Wintersaison zwei Skiwochen für alpine Skifahrer durch», drei Wochen seien es für die Langlauf-Gruppe, wie Violaine Willi von der GRSA mitteilt. Dazu kommen Skiwochenenden für sehbehinderte oder blinde Jugendliche, sowie je ein Treff zu Beginn, in der Mitte und am Ende der Saison.

Fast jährlich beginnen im November die Ausbildungen neuer Guides. Finanziert wird der Verein vom Bundesamt für Sozialversicherungen. Trotzdem ist die GRSA auch von Spenden abhängig. (mik)

Kontonummer der GRSA: 18-7127-8