

## Der Frühling als Zeit des Aufbruchs

Der Frühling hat sich in den letzten Wochen angekündigt: Die ersten Blumen spriessen, die Vögel zwitschern wieder und es wird wärmer, wobei das nach diesem Winter gar nicht zwingend nötig ist, um Frühlingsgefühle zu wecken.

Der Frühling ist nicht nur in der Natur die Zeit für einen Neuanfang, sondern auch für viele Menschen. Nicht umsonst hat sich der Brauch des Frühlingsputzes etabliert. Es ist Zeit, um auszumisten und Altes hinter sich zu lassen und somit auch Zeit für Neuanschaffungen. Häuser und Wohnungen werden auf Vordermann gebracht, Gärten und Balkone wieder bereit gemacht für die wärmeren Monate und leichtere Bekleidung ist gefragt. Zudem gönnen sich viele Leute in Zeiten des Aufbruchs gerne etwas Besonderes.

Egal was man sucht, Gossaus Fachgeschäfte verfügen über ein breites Angebot in zahlreichen Geschäften in Gegendnähe. Hier kennt man seine Kundinnen und Kunden noch persönlich und bietet wertvolle Beratung. Die gute Beziehung zu den Gossauerinnen und Gossauern unterstreichen die Fachgeschäfte auch in diesem Jahr wieder mit einer Osterak-

tion. Wie im Vorjahr verteilen sie in der Woche vor Ostern Spitzbuben mit Häslimotiven – dies als Dankeschön für die Treue über das ganze Jahr.

In diesem Sinne ist auch das jährliche **Strassenfest** zu verstehen, das die Fachgeschäfte mit grossem Einsatz und vielen Arbeitsstunden Jahr für Jahr für die hiesige Bevölkerung auf die Beine stellen. Die diesjährige Austragung ist inzwischen terminiert und findet am **Samstag, 2. September 2023**, statt. Doch bevor der Frühherbst ansteht, wünschen wir Ihnen erst einmal ein wunderschönes Frühjahr mit möglichst vielen Frühlingsgefühlen!

### Jetzt vormerken:



einfachsimply®

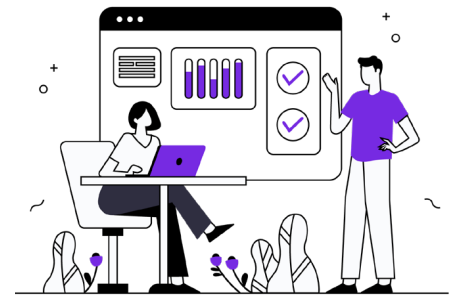
Sichere dir dein Abo & bring Ordnung in dein Büro!  
**Ab 47.00 CHF pro Monat & Nutzer**

einfachsimply – einfach gut!

einfachsimply.ch

### Einfach, effizient, übersichtlich und sicher!

Was brauchst du mehr? Klar, der erste Schritt in Richtung Digitalisierung scheint manchmal eine fast so grosse Hürde wie der Mount Everest zu sein. Das kann sein, muss es aber nicht! Zumindest nicht mit einfachsimply. So easy funktioniert nämlich deine simple Datenorganisation:



- Daten in der Schweiz**  
einfachsimply wird zu 100% in einem Schweizer Rechenzentrum gehostet und erlaubt uns so, flexibel zu reagieren.
- Den Aktenschrank adacta legen**  
Sobald das Dokument im System ist, wird's automatisch revisionskonform abgelegt.
- Daten immer griffbereit**  
Ein Gerät und ein Internetzugang – mehr brauchst du nicht, um einfachsimply zu nutzen.

Vereinbare noch heute deinen Demoterminal!



## Programm 2023 Die kommenden Anlässe

**KULTUR KREIS GOSSAU**

	<b>RIKLIN &amp; SCHAUB</b> Liederabend im Konjunktiv	Fr, 21. 4. 2023, 20 <sup>00</sup> , Werk1
	<b>ANDY HÄUSSLER</b> Show der Unmöglichkeiten	Do, 25. 5. 2023 20 <sup>00</sup> , Werk1
	<b>BÄNZ FRIEDLI</b> Erzählerisches Kabarett	Di, 29. 8. 2023 20 <sup>00</sup> , Werk1
	<b>STEFAN WAGHUBINGER</b> Satire-Kabarett	Do, 21. 9. 2023 20 <sup>00</sup> , Werk1
	<b>MICHEL GAMMENTHALER</b> Comedy und Tricks	Sa, 28. 10. 2023 20 <sup>00</sup> , Werk1
	<b>MURZARELLA</b> Bauchgesänge und andere Ungereimtheiten	Fr, 24. 11. 2023 Sa, 25. 11. 2023 Beginn je 18 <sup>00</sup> Uhr

Tickets und Vorverkauf: [www.ticketino.ch](http://www.ticketino.ch) / Gutenberg Buchhandlung  
Weitere Infos unter: [www.kulturkreisgossau.ch](http://www.kulturkreisgossau.ch)

### Wohltuendes und Stärkendes aus dem Bienenstock

Das fleissige Bienenvolk sammelt und produziert unterschiedliche Stoffe für seine eigene Nahrung und für den Bau seiner Behausung. Hier zwei wichtige Bienenprodukte, welche auch für den Menschen von Nutzen sind.

**Blütenpollen**  
Bei den Blütenpollen handelt es sich um die winzigen, männlichen Samenzellen der Blütenpflanzen. Diese werden von den Bienen gesammelt und zeigen sich als Pollenhöschen an den Beinen der Biene. Blütenpollen enthalten mehr als 50 bioaktive Substanzen, darunter essenzielle Nährstoffe wie Enzyme, Aminosäuren, Mineralstoffe, Spurenelemente und Vitamine. Zuhause im Stock dient der Blütenpollen aus diesem Grund als Hauptnahrung für die Brut, die Jungtiere und das Bienenvolk. Bereits das Seefahrervolk der Wikinger kannte das gesundheitsfördernde Stäubchen mit seinem multifunktionalen Nutzen. So nahmen sie die Blütenpollen als Stärkungsmittel mit auf ihre Entdeckungsreisen, um den Krankheiten auf dem Schiff vorzubeugen. Als Nahrungsergänzungsmittel können Blütenpollenkügelchen sehr gut mit Müesli, lauwarmer Milch, Joghurt, Blattsalat oder einfach pur eingenommen werden. Probieren Sie dazu unser Blütenmüesli, welches mit Blütenpollen und diversen Blüten angereichert ist.

**Propolis**  
Der Name Propolis stammt aus dem Griechischen und steht für Vorstadt (*pro = vor/polis = Stadt*). Auch versteht man unter dem Begriff *propolis* etwas kitten oder spachteln. Dies zeigt wiederum, dass die klebrige Masse vom fleissigen Volk als Baumaterial verwendet wird, um zum Beispiel Risse in der Behausung abzudichten; daher kommt auch der Name Bienenkittharz. Der Grundstoff für Propolis wird von den Sammelbienen hauptsächlich als harzige Substanz von Knospen, Blättern, Zweigen und Rinden der Laubbäume gewonnen – bei uns meist von Pappel und Birke. Diese Grundmasse reichern die Bienen mit verschiedenen anderen Stoffen an wie Pollen oder Speichelsekret. Das dunkelgelbe bis rotbraune, aromatische Harz dient nicht nur als Baumaterial um Zugluft im Innern des Stockes zu mindern, sondern hat durch die Anreicherung von verschiedenen weiteren Substanzen sehr gute keimschützende Eigenschaften. So hemmt Propolis die Entwicklung von Bakterien, Viren und Pilzen im Innern des Stockes. Das in der Signatur der Sonne zugeordnete Propolis wirkt auch in Bezug auf den menschlichen Körper. Propolis kann zur innerlichen als auch zur äusserlichen Therapie eingesetzt werden. Innerlich bei jeglichen Entzündungen der Schleimhaut vom Mund- bis Magen-Darbereich, bei Infektionen der Atemwege sowie bei Allergien, da es das Immunsystem nicht nur stärkt sondern auch moduliert. Umfassend ist ebenfalls das Einsatzgebiet in der äusserlichen Anwendung. So wird Bienenkittharz häufig bei allerlei entzündlichen Hautreaktionen eingesetzt wie beispielsweise bei Akne, Herpes, Pilzinfektionen oder allgemein bei schlecht heilenden Wunden. Auch Kinder sprechen auf Propolis sehr gut an, vor allem wenn es sich um immer wiederkehrende Infekte handelt. So finden wir das entzündungshemmende, wundheilungsfördernde und schützende Propolis bei uns in der Drogerie als Tinktur im Kinderhustensirup sowie in unseren Urntinktur Tropfen zur Resistenzförderung. Ebenfalls in unseren bekannten Spagyrik Hausspezialitäten darf Propolis nicht fehlen: anzutreffen im Heiserkeits-, Mundschleimhaut- und Halsentzündungsspray.



## VORSTELLUNG BLUMEN EGGER

**Geschäftsführerin:** Margrith Egger  
**Mitarbeitende:** Julia Kunz und verschiedene Teilzeitangestellte  
**Eröffnung:** Seit 1970 in diesem Geschäft  
**Produkte, Dienstleistungen:** Blumige Geschenke, Blumenschmuck für Hochzeiten, Geburtstage und Feierlichkeiten, Innenbegrünungen, Balkonbepflanzungen, individuelle Blumenabonnemente, Trauerfloristik und Grabbepflanzungen, Hauslieferdienst.

**Margrith Egger zu:**  
**Ihrer Spezialität:** «Wir achten auf regionale und saisonale Blumen und Pflanzen. Ausserdem bieten wir eine Vielfalt an Schweizer Orchideen. Unseren Blumenschmuck gestalten wir in einem natürlichen Stil.»

**Ihrer Zukunftsvorstellung:** «Wir möchten auch in Zukunft auf unsere treue Stammkundschaft zählen. Als kleines Geschäft haben

wir zu unseren Kundinnen und Kunden über Jahre einen guten persönlichen Kontakt aufgebaut, den wir weiterhin pflegen möchten. Generell hoffe ich, dass die Fachgeschäfte erhalten bleiben und die Konsumenten auch zukünftig auf den stationären Handel setzen.»

**Ihrer Berufsalternative:** «Mein Mann lacht immer, wenn ich das sage: Ich liebäugelte einst damit, Polizistin zu werden. Eine Alternative war Innendekorateurin. Ich bin froh, habe ich mich für meinen jetzigen Beruf entschieden. Wenn ich am Morgen den Laden betrete und die Vielfalt an Blumen sehe, stellt mich das jeden Tag aufs Neue auf.»

**Blumen Egger**  
 Herisauerstrasse 10  
 9200 Gossau  
 Tel. 071 385 12 07  
 www.blumenegger.ch



## VORSTELLUNG NEUDORF DROGERIE

**Geschäftsführerin:** Irina Schaich  
**Mitarbeitende:** 4 Vollzeit- und 2 Teilzeit-Mitarbeitende, 4 Lernende  
**Eröffnung:** Seit 1969 am aktuellen Standort  
**Produkte, Dienstleistungen:** Rezeptfreie Arzneimittel, Naturheilmittel, Körperpflegeprodukte und Kosmetik/Parfumerie sowie seit 2017 die Weinpalette.

**Irina Schaich zu:**  
**Ihrer Spezialität:** «Wir bieten verschiedene Hausspezialitäten, die wir selbst herstellen. Dafür haben wir vor einem Jahr unser Labor vergrössert und sichtbar gemacht. Wir stellen individuelle Rezepturen her: Naturheilmittel wie Teemischungen oder Tröpfelmischungen, spagyrische Essenzen. Für hausgemachte Balsame sind wir bekannt. Ausserdem haben wir uns in der Frauenheilkunde und rund ums Hormonsystem stetig weitergebildet.»

**Ihrer Zukunftsvorstellung:** «Mit dem Umbau des Ladens letztes Jahr haben wir einen Meilenstein hinter und mit dem 55-Jahr-Jubiläum nächstes Jahr einen solchen vor uns. So möchten wir auch die nächsten Jahrzehnte angehen. Der stationäre Handel muss unbedingt weiterleben – die individuelle Beratung lässt sich online nicht abdecken.»

**Ihrer Berufsalternative:** «Mir gefällt die Vielseitigkeit meiner Aufgaben, weshalb ich mir kaum etwas anderes vorstellen kann. Da mich die Frauenheilkunde aber sehr interessiert, wäre ich ansonsten vielleicht Hebamme geworden.»

**Neudorf Drogerie**  
 St.Gallerstrasse 115  
 9200 Gossau  
 Tel. 071 385 42 58  
 www.drogeriengossau.ch



stylish & trendy  
in den Frühling

ihr coiffeur mit flair  
haar station

online  
Termin buchen:



Ringstrasse 20 · Gossau SG  
 071 385 11 81 · www.haarstation.ch

RAIFFEISEN

Raiffeisenbank  
Gossau-Andwil-Niederwil

Jetzt  
vorsorgen

Nach Plan trainieren

Mit Plan vorsorgen

Was immer Ihr Ziel ist.

Mit den passenden Vorsorgelösungen machen wir den Weg frei für mehr finanzielle Unabhängigkeit nach der Pensionierung.

raiffeisen.ch/jetzt-vorsorgen

