

## Den Beckenboden trainieren

Beckenbodentraining kräftigt den Beckenboden und bewirkt eine verbesserte Körperhaltung. Gezieltes Training kann bei Blasenproblemen wie Inkontinenz, Gebärmutterabsenkung, Haltungs- und Rückenproblemen sehr wirkungsvoll sein. Nach einer Geburt sei es sehr wichtig, den Beckenboden zusammen mit der Bauchmuskulatur richtig zu kräftigen.

Die Bewegungspädagogin Marlies Gemperle, bietet einen Kurs an, der sich an alle Frauen richtet, die entweder vorbeugend oder bei bereits bestehenden Problemen ihren Beckenboden trainieren möchten, sowie als Rückbildungstraining nach einer Geburt. Der Kurs findet im «Kathi» Wil statt, vom Montag, 29. Oktober bis 10. Dezember, 16.30 bis 17.45 Uhr. (pd)

Anmeldungen: Tel. 071 952 70 90, marlies.gemperle@sunrise.ch

## JOURNAL

### Honigverkauf für guten Zweck

Die Mitglieder der Katholischen Arbeitnehmerbewegung (KAB) verkaufen morgen Samstag am Wochenmarkt in der Altstadt von 9 bis 12 Uhr Honig zugunsten des Projekts «Brücke, Brasilien». (pd)

## AGENDA

### HEUTE

#### WIL

- **Sprachenkafi**, Englisch und Italienisch, Pro Senectute Wil & Toggenburg, 8.30–9.45, Zürcherstrasse 1
- **Stadtbibliothek geöffnet**, 14.00–18.00, Stadtbibliothek, Marktgasse 88
- **Ludothek geöffnet**, 17.00–19.00, Ludothek, Obere Mühle
- **tipp – Infos für junge Leute**, Jugendarbeit Wil, 17.00–21.00, Jugendzentrum Obere Mühle
- **Geführte Rundgänge durch den Hof zu Wil**, Tourist Info Wil (Dauer ca. 1½ Stunden, 17.30, Hof zu Wil, Hofplatz
- **Cantores Corde «Davidde penitente» von W.A. Mozart**, 20.00, Kirche St. Peter
- **Klaudia Dodes and Band**, 20.00, Stadtsaal
- **Klaus Kohler – der beflügelte Mann: Vorgespielte Höhepunkte**, 20.15, Chällertheater im Baronenhaus
- **Caspian / Mutiny On The Bounty**, 21.00, Kulturbahnhof Gare de Lion

### MORGEN

#### WIL

- **Wochenmarkt**, 8.00–12.00, Altstadt (Hofplatz)
- **Gallusjubiläum 2012: Mit Gallus entlang den Klostermauern**, 8.30–11.00, Kapuzinerkloster
- **Innerorts**, 20.00, Bühne am Gleis in der Kultur-Werkstatt
- **Molly Sweeney**, 20.00, Tonhalle

# Ein Fan der Ostschweizer Jugend

«Gespräch zwischen den Generationen» Teil 20: Heinrich Regli absolvierte in seinen Jugendjahren ein Schuljahr in einer Klosterschule in Belgien. Er gründete eine eigene Firma für Schalt- und Steueranlagen und ist Ehrenmitglied im Skiclub Wil.

ALEXANDRA WALTENSPÜHL

Heinrich Regli erzählt in seinem gemütlich eingerichteten Wintergarten – hier hat auch Franz, die Schildkröte der Familie, einen Überwinterungsplatz gefunden – aus seiner Lebensgeschichte.

### Klosterschule in Belgien

Der Pensionär Heinrich Regli wurde im Jahr 1940 in Hospental, einem kleinen verträumten Dörfchen im Kanton Uri, geboren, und wuchs dort zusammen mit vier Geschwistern auf. Die Eltern besaßen eine Bäckerei. Er besuchte die Sekundarschule in Andermatt, drei Kilometer von Hospental entfernt. Da Andermatt damals nur zwei Sekundarstufen hatte und er noch zu jung war für die Lehre, besuchte er die dritte Sekundarstufe in einer Klosterschule in Belgien. Zu seinem Leidwesen musste er dort intensiv Französisch lernen. Trotzdem genoss er seine Jugendjahre in vollen Zügen.

Nach zehn Monaten kehrte er in die Schweiz zurück und konnte nun die Lehre als Elektromechaniker bei der damaligen BBC, heute bekannt als ABB, anfangen. Nach der Lehre absolvierte er auf dem zweiten Bildungsweg ein Ingenieurstudium für Elektrotechnik in Zürich.

### Eigene Firma gegründet

1969 kam er mit seiner Familie nach Wil und arbeitete in einem Elektrounternehmen als Geschäftsführer in der Abteilung Schalt- und Steueranlagen. 1991, notabene mit 51 Jahren, wollte es Heinrich Regli noch einmal wissen und gründete eine eigene Firma für Schalt- und Steueranlagen. Zusammen mit einem Software-Partner baute er die Firma technisch und personell für die Herstellung immer komplexere Anlagen aus. Die sich daraus einstellenden Erfolge führten auch dazu, dass die Firma immer mehr



Heinrich Regli ist sportlich und schnell unterwegs.

im Ausland tätig wurde. Während dieser Zeit war seine Frau eine grosse Stütze für ihn. Im 2002 verkauften er die Firma und ging

dann in den vorzeitigen «Lohnruhestand».

Während all dieser Zeit hatte er immer einen sehr guten Draht zu

**PERSON**

**Alexandra Waltenspühl**

Ich bin 16 Jahre alt und gehe in die 3. Klasse an der Kantonschule in Wil. Vielleicht möchte ich später Zoologie oder Genetik studieren, darum habe ich auch die Schwerpunktfächer Biologie und Chemie gewählt. Um mich vom Prüfungsstress abzulenken, spiele ich in meiner Freizeit Tennis, gehe joggen, tanzen und fotografiere sehr gerne. Zudem spiele ich Gitarre und ein bisschen Klavier. Ich interessiere mich für fremde Länder und reise demnach auch sehr gerne. Mein momentan grösster Wunsch ist es, irgendwann in Amerika zu wohnen.

jungen Menschen und bildete auch über 40 Jugendliche zu Berufsleuten aus.

«Me cha sich echt d Finger abschlecke bi sonere Jugend, wie mir ide Ostschwiiz hend», betonte er immer wieder. «Ich bin ein echter Fan der Ostschweizer Jugend.»

### «Das Gelbe vom Ei»

Noch während er von seinem Berufsleben erzählt, kommt eine sympathische Frau in den Wintergarten und bringt einen vollbeladenen Teller mit Basler Lækkerli.

Heinrich Reglis geschäftliche, professionelle Gesichtszüge weichen nun weichen, sanften Gesichtszügen. «Die Familie ist halt schon das Gelbe vom Ei», bemerkt er und beginnt mit einem Leuchten in den Augen, was puren Stolz

widerspiegelt, von seiner grossartigen Familie zu erzählen.

Anfang der Sechzigerjahre lernte er seine zukünftige Frau, das Tessiner Fräulein Liliane Lepori, kennen. 1964 konnte er sie überreden, ihn zu heiraten, was sie bis heute, achtundvierzig Jahre später, nicht zu bereuen scheint. Sie schenkte ihm zwei Kinder. Heute geniesst er oft die Gesellschaft seiner drei Enkel, seiner Tochter und seines Schwiegersohnes. «Enkelkinder sind das Beste, das es gibt», schwärmt Heinrich Regli und es scheint, als führe sein Grinsen vom einen Ohr zum anderen.

### Langlauf in Schweden

Neben seinem anstrengenden Beruf hatte er auch unzählige Hobbies und ist auch heute noch trotz seines Alters eine richtige Sportskanone. Neben Skifahren, Joggen, Inlineskaten und Biken entdeckte der Bergler 1980 auch seine Leidenschaft für das Langlaufen. Er nahm an über 30 Ski-Marathons teil, unter anderem auch am berühmten Vasa-Loppet in Schweden, welcher 89 Kilometer lang ist. Er ist auch im Skiclub Wil vertreten und geniesst dort heute seine Ehrenmitgliedschaft. Neben dem Sport sammelt er auch Schweizer Biergläser und Bierdeckel, digitalisiert alte Filme, beschäftigt sich mit Elektrobiologie, Elektromog, Alternativenenergien und anderem mehr. Zudem ist er ein leidenschaftlicher Grossvater, welcher mit seinem Enkel, Rechenkünstler Dominic, gerne über Fussball und Zahlen diskutiert.

Das Wiler Forum für Nachhaltigkeit (Wifona) fördert das Gespräch zwischen Generationen. Kantonschülerinnen und -schüler führen Gespräche mit Menschen im Pensionsalter. In der Wiler Zeitung werden diese in loser Folge veröffentlicht.

## Einblicke in die Fleischverarbeitung

Die Mitglieder des Männer-Jahrgängervereins erhalten Einblick in den Produktionsbetrieb der Micarna SA in Bazenheid.

Erneut erhalten die Mitglieder des Männer-Jahrgängervereins 1941–1945 die Gelegenheit, ein grosses, in der Ostschweiz ansässiges Unternehmen zu besichtigen. Die Micarna SA gehört zu den führenden Unternehmen im Schweizer Fleischmarkt und ist in den vergangenen Jahren stark gewach-

sen. Heute sind an acht Standorten in der ganzen Schweiz fast 2300 Mitarbeitende beschäftigt. Die Mitglieder des Männer-Jahrgängervereins 1941–1945 erhalten am Mittwoch, 14. November, bei einer Betriebsführung ein eindrückliches Bild von der Produktion im Betriebszweig in Bazenheid. Treffpunkt ist um 8.20 Uhr am Bahnhof Wil, Abfahrt ist um 8.32 Uhr, die Rückkehr um 12.28 Uhr. Für Raschenschlossene hat es noch Plätze frei. Anmeldungen bis 3. November an Ruedi Kiener, Telefon 071 911 12 28. (pd)

## Gedenktag für verfolgte Christen

Am Wochenende ist der Nationale Gedenk- und Gebetstag für verfolgte Christen. Bischof Pierre Bürcher aus Reykjavik, Island, predigt in Wil.

Das katholische Hilfswerk Kirche in Not ruft in der Schweiz und im Fürstentum Liechtenstein zwischen dem 26. und 28. Oktober dazu auf, im Gebet der wegen ihres Glaubens diskriminierten und verfolgten Christen zu gedenken. Alle Pfarreien werden eingeladen, an diesem Wochenende während der heiligen Messe ein Fürbittgebet für diese Menschen zu halten.

### Isländischer Bischof zu Gast

Zwei Würdenträger der katholischen Kirche nehmen an dieser Solidaritätsveranstaltung von Kirche in Not teil und bekunden damit, wie wichtig dieser Gedenk- und Gebetstag für die Schweiz ist. In Wil feiert Bischof Pierre Bürcher heilige Messen. Er ist Bischof in Reykjavik, Island, und Mitglied der Kongregation für die orientalischen Kirchen.

### Verfolgte Christen

Rund 100 Millionen Christinnen und Christen werden im Jahr 2012 wegen ihres Glaubens bedrängt und verfolgt. Sie werden in vielen Ländern benachteiligt oder seelisch und körperlich gequält – so beispielsweise in China, in Nordkorea, in einigen arabischen, afrikanischen und südamerikanischen Ländern. Schätzungen gehen davon aus, dass 80 Prozent

der Personen, die ihren Glauben nicht leben und ausüben können, Christen sind. Die Situation der Christen in Ägypten, Pakistan, Nigeria, Syrien und Eritrea ist dramatisch.

Christ oder Christin zu sein, kann gravierende Konsequenzen für das eigene Leben haben: Gefängnis, Verlust der Arbeit, manchmal sogar den Tod. Dies ist der Fall bei den christlichen Minderheitskirchen auf der arabischen Halbinsel (Saudi-Arabien, Bahrain, Vereinigte Arabische Emirate, Kuwait, Oman, Katar und Jemen). Rund drei Millionen Christen sind der Verfügungsgewalt ihres Staates ausgeliefert und zur Unsichtbarkeit verdammt. Sie leben unter Bedin-

gungen, die denjenigen ähnlich sind, welche die ersten Christen erlebten.

### Kerze als Licht des Lebens

Kirche in Not hat eine Kerze zum Nationalen Gedenk- und Gebetstag für die verfolgten und bedrängten Christen entworfen. In diesem Jahr gibt es sie in einer 6. Auflage. Darauf sind 33 Namen von Christen vermerkt, stellvertretend für viele tausend, die zwischen Juni 2011 und Juni 2012 wegen ihres Festhaltens am Glauben starben. (pd)

Gottesdienste: Samstag, 27. Oktober, 17 Uhr, und Sonntag, 28. Oktober, 9 Uhr, in St. Peter und um 10.30 Uhr in St. Nikolaus.



Bischof Pierre Bürcher aus Reykjavik, Island, predigt in Wil.

### STICHWORT

#### Hilfswerk

Kirche in Not ist ein internationales katholisches Hilfswerk päpstlichen Rechts, das vor mehr als 60 Jahren von Pater Werenfried von Straaten als «Ostpriesterhilfe» gegründet wurde. Seine Projekte sind ausschliesslich privat finanziert. Das Hilfswerk wird von der Schweizer Bischofskonferenz für Spenden empfohlen. (pd)

sicher für Wil

Herzlichen Dank für Ihre Stimme

Armin Eugster  
www.armin-eugster.ch