

## Unsere Empfehlungen



Physio FDR Sport, Heerbrugg

### Aus den USA in die Schweiz – die Graston Technique® bei Physio FDR Sport

Wieder einmal konnte Fabio Di Rosa, seinerseits Physiotherapeut und Osteopath bei der Physio FDR Sport in Heerbrugg + Diepoldsau es nicht lassen, Neues zu probieren, Neues zu erlernen und nun vor allem Neues in die Schweiz zu bringen.



Die Technik aus den USA ermöglicht die Behandlung von Narbengewebe und Faszienbeschränkungen während der Rehabilitation. Sie verspricht eine schnellere Wiederherstellung des Bewegungsumfanges und die Beseitigung von Schmerzen. Weichteilschäden, auch als Narbengewebe bekannt, können jeden betreffen, sind aber vorallem bei Sportlern und anderen mit einem aktiven Lebensstil eine häufige Muskelerkrankung, die oft mit Schmerzen und einem Verlust der Flexibilität einhergeht.

Bei der Graston Technique® werden spezielle Edelmetallinstrumente eingesetzt, mit dem Ziel sehr fortgeschrittene Verhärtungen bzw. strukturelle Veränderungen im Muskel

und Bindegewebe durch gezielte Frikationsmassage zu lösen.

Die kontinuierliche Suche nach innovativen Therapien und das Interesse an der Gesundheit seiner Patienten hat dazu geführt, dass Dr. Di Rosa derzeit der einzige Physiotherapeut in der Deutschschweiz ist, der diese Behandlungsform anbietet.

Termine bekommt man bei der

Physio FDR Sport online auf [physiofdr.ch](http://physiofdr.ch) oder via Telefon 071 544 34 24. Auch vor Ort kann man sich im Tablet gleich digital einschreiben. Krankenkassenanerkennung. *pd/red*

**Physio FDR Sport**  
Widnauerstrasse 1  
9435 Heerbrugg  
[info@physiofdr.ch](mailto:info@physiofdr.ch)

Musik für Geniesser

### «Ein Lied geht um die Welt»

Hinter dem schlichten Namen «Das Trio» verbirgt sich eine erstaunliche Vielfalt. Und ausserdem eine so überraschende Kombination an Instrumenten, wie man sie selten antrifft: Mit Violine, Akkordeon und Gesang spielt Das Trio Melodien, die die Herzen bewegen. Denn dazu ist die Musik schliesslich da.

zum Beispiel die Moonlight Serenade von Glenn Miller, die fescche Lola vom «Blauen Engel» bis hin zu Ohrwürmern von Kálmán und Lehár, gespielt mit Chansons von Edith Piaf. Und die Vielfalt ist sogar noch grösser: Oertli spielt auch Chalumeau und Fagott sowie grosse und kleine Saxophone und Klarinette, Ebersold neben der Violine auch die rauere Bratsche und D'Angelo selbstverständlich auch auf dem mit der Orgel verwandten Akkordeon. Zwischen den Stücken werden Anekdoten und allerlei Wissenswertes serviert. Eine erlebnisreiche musikalische Reise, die vielfältiger nicht sein könnte.

Mit Chansons von Edith Piaf bis Georges Moustaki traten sie 2014 erstmals in Erscheinung: Die Sopranistin und Ökonomin Martina Oertli, der Geiger und Mathematiker Edward Ebersold und der Organist und Chorleiter Paolo d'Angelo.

Nun gehen sie wieder auf Tour und spielen 20 Konzerte in der Deutschschweiz.

«Ein Lied geht um die Welt» lautet das Motto diesmal. Zu hören sind

Konzert in Altstätten SG am Samstag, 19. November um 20 Uhr in der Evang. Kirche. Eintritt frei, Kollekte. Infos unter [www.meisterkonzert.ch](http://www.meisterkonzert.ch) *pd*



Edward Ebersold spielt Violine, Martina Oertli ist für Bratsche, Gesang, Fagott, Klarinette, Chalumeau und Saxophone zuständig, Paolo D'Angelo am Akkordeon. *z.Vg.*

### Coiffure-Salon Firas Au

#### Günstige Preise!

Montag ab 13.00–19.00  
Dienstag 9.00–19.00  
bis Freitag  
Samstag 9.00–17.00

Hauptstrasse 66, Au SG  
Telefon 076 / 812 36 00

Es bedient Sie Firas Morat

### PRO SENECTUTE

ANLAUFSTELLE FÜR ALTERSFRAGEN

Altstätten, Buchs, Sargans  
058 750 09 00  
[sg.prosenectute.ch](http://sg.prosenectute.ch)

### Wir haben ein offenes Ohr für Ihre Story!

[redaktion@rheintaler-bote.ch](mailto:redaktion@rheintaler-bote.ch)

071 844 23 56



Rheintaler Bote  
swissregio media

Weihnachtsmarkt am 26. November

## Erster Weihnachtsmarkt auf dem Gutshof Forst

Einen Tag vor dem ersten Advent ist es so weit: Am Samstag, 26. November 2022 findet der erste Weihnachtsmarkt auf dem Gutshof Forst (ehemaliges Alters- und Pflegeheim) statt. Dabei verwandelt sich der Gutshof in eine weihnachtliche Märchenwelt. Rund 25 Ausstellerinnen und Aussteller bieten ihre Handwerkskunst an und laden Besucherinnen und Besucher zum Bummeln ein. Weihnachtliche Getränke sowie Raclette und Bratwürste laden zum besinnlichen Verweilen mit Familie oder Freunden ein.



#### Für Gross und Klein

Nebst den Marktständen und der Festwirtschaft können die Kinder ihrer Kreativität freien Lauf lassen. In einem separaten Bastelraum kann mit Farbe, Papier, Leim und Karton

Wunderschönes kreiert werden. Ein besonderes Highlight wird um 16 und 17 Uhr geboten. Verena Dudler, ausgebildete Märchenerzählerin, erzählt in der extra dafür hergerichteten Märchenstube zwei spannende Märchen vor. Und wer gerne etwas Aussergewöhnliches probieren möchte, kann bei Eveline Obrist mit der «Kutsche der Gemütlichkeit» gegen einen kleinen Unkostenbeitrag eine kleine Rundfahrt machen.

Der Markt findet von 11 bis 20 Uhr statt. Besuchende können mit dem Bus oder dem eigenen Auto anreisen. Fahrzeuge können auf einem signalisierten Parkplatz neben dem Gutshof Forst parkiert werden. Die Malia Stiftung freut sich auf Ihren Besuch. *pd/red*

**Malia Stiftung**  
Forst 1  
9450 Altstätten  
071 595 01 90  
[info@maliastiftung.ch](mailto:info@maliastiftung.ch)  
[maliastiftung.ch](http://maliastiftung.ch)

### Weihnachts-Wunder-Land am Bodensee



Genuss pur umgeben von einer weltweit einzigartigen Winterlandschaft mit begehbaren Weihnachtskugeln, Grossraum-Iglu und Weihnachts-Märchenwald. Ab sofort exklusiv bei uns auf der Seeterrasse! Täglich 11.30–14.00 Uhr, 17.00–19.30 u. 20.15–23.00 Uhr. Die Kugeln bieten Platz für 2–50 Personen. Speisekarte auf unserer Homepage

Lassen Sie sich überraschen und reservieren Sie noch heute Ihren Firmenanlass oder Ihre private Feier. Wir freuen uns auf Sie!

Bodenseehotel Weisses Rössli, Hauptstrasse 69, 9422 Staad, Tel. 071 855 15 15  
[info@weissesroessli.ch](mailto:info@weissesroessli.ch), [www.weissesroessli.ch](http://www.weissesroessli.ch)

## Die Gewinner des Sommerwettbewerbes 2022

**BARBARA NÜESCH, SENNWALD**  
PH Sprachkurse GmbH, Buchs

**MARKUS WENGER, OBERRIET**  
Zonk Bastelstube, Widnau

**ANNA SIEBER, DIEPOLDSAU**  
Naturheilpraxis Nadine Oesch, Widnau

**HANSRUEDI HALTINER, EICHBERG**  
Heros hygiene GmbH, Diepoldsau

**MAJA GRAF, ALTSTÄTTEN**  
Bucher AG, Widnau

Das Team vom Rheintaler Boten gratuliert den glücklichen und bedankt sich für das grosse Interesse und Mitmachen bei unseren Leserinnen + Lesern sowie bei unseren Inserenten.

