



Auch das Verbeugen beim Applaus des Publikums sei geübt: Die erste Oberstufenklasse Unterterzen übt gemeinsam mit zwei Lehrpersonen und zwei Theaterpädagoginnen an ihrem Stück.

Bilder Patricia Hobi

Vom Schulzimmer auf die grosse Bühne

Morgen Freitag präsentieren die Schülerinnen und Schüler der ersten Oberstufe Unterterzen an den Ostschweizer Schultheatertagen ihre Stücke. Unterstützung erhalten sie von Theaterpädagoginnen, die genau wissen, was es für den Auftritt auf der grossen Bühne braucht.

von Patricia Hobi

Es gab kaum einen Anlass, den das Coronavirus die letzten Monate nicht beeinflusst hat. Betroffen sind auch die siebten Ostschweizer Schultheatertage. Stattfinden können sie trotzdem: Verschieben von März auf Juni, wird die kommenden Wochen auf drei Theaterbühnen der Ostschweiz fleissig «theaterlet»: dem Fabrigli Buchs, der Lokremise St. Gallen und dem Theaterhaus Thurgau.

19 Klassen aus der Ostschweiz haben sich die letzten Wochen Zeit genommen, ihr eigenes Stück einzustudieren. Viele Vorgaben haben sie nicht: Einzig die ungefähre Länge des Stücks, das zur Verfügung stehende Material

und der Satz, der vorkommen sollte, – er lautet auf: «Sie öffnet das Fenster und...» – stellen die Rahmenbedingungen dar. Ansonsten ist es den Klassen freigestellt, wie sie ihr Stück gestalten möchten.

Unterstützung von den Profis

Mit der ersten Oberstufe der Gemeinde Quarten ist auch eine Klasse aus dem Sarganserland an den Schultheatertagen vertreten. Wie angetönt, war wegen der Coronapandemie lange nicht klar, ob die Theatertage wirklich stattfinden, weswegen die Klasse und ihre Lehrpersonen Eveline Sperry und Patrick Steger mit den Proben erst nach den Frühlingsferien begonnen hat.

Entsprechend mit einem etwas gedrängten Zeitplan, aber dennoch mit

«Mit der Stimme spielen. Aufrecht hinstehen. Den Text gut können. Konzentriert sein und sich nicht ablenken lassen.»

Einige Punkte, auf welche die Jugendlichen bei ihrem Bühnenauftritt zu achten haben.

viel Einsatz und Wille, ein gutes Stück zu präsentieren, haben die Schülerinnen und Schüler die letzten Tage noch einmal fleissig geübt. Eingeteilt in zwei Theatergruppen, zeigen sie zwei völlig individuelle Stücke. Begleitet werden sie dabei von den Theaterpädagoginnen Lilian Meier und Romy Forlin, die die Schülerschaft mit hilfreichen Tipps unterstützen.

Das Theater den Jugendlichen näherbringen

Nachgefragt bei einer der Gruppen, worauf sie bei ihrem grossen Auftritt zu achten haben, müssen die Schülerinnen und Schüler nicht lange nachdenken: «Hände nicht in die Hosentaschen. Laut sprechen. Die Rolle fühlen. Ruhig sein, wenn man nicht spielt.

Nicht lachen. Mit der Stimme spielen. Aufrecht hinstehen. Den Text gut können. Konzentriert sein und sich nicht ablenken lassen», – so ihre Antworten.

Nun gilt es, die Tipps bei der Auführung morgen Freitag im Fabrigli Buchs umzusetzen. Nach der Präsentation ihrer Werke bekommen die jungen Schauspieler von einer anderen Klasse sowie den Verantwortlichen der Schultheatertage und den Theaterpädagoginnen ein Feedback. Bei der Auführung sollte aber vor allem die Freude am Schauspiel im Vordergrund stehen. Und wer weiss, vielleicht weckt es in einer Schülerin oder einem Schüler die Lust, noch mehr Zeit im Theater zu verbringen, mit dem Ziel, irgendwann auf den ganz grossen Bühnen dieser Welt zu stehen.

Lesesommer hat begonnen

Sarganserland. – «Die heiss ersehnten Sommerferien sind bald da, und unsere Kinder haben unter anderem wieder viel Zeit, um beim Lesen Abwechslung und Abenteuer zu erleben», heisst es in einer Medienmitteilung der Gemeindebibliothek Mels-Sargans-Flums. Deshalb bietet die Bibliothek den Lesesommer für alle Kinder aus dem Sarganserland an.

Wie funktioniert?

Wer während den Ferien täglich zehn Minuten liest oder sich vorlesen lässt, darf sich ein Geschenk in der Bibliothek aussuchen. Ziel des Lesesommers sei es, die Lust am Lesen zu wecken und zu erhalten. Entsprechend stehen in der Bibliothek attraktive Bücher in den Regalen, damit möglichst viele Interessen abgedeckt werden können. Die persönlichen Lesetabellen sind nicht nur in der Bibliothek erhältlich, sondern werden auch in den Schulen Mels, Sargans und Flums abgegeben. Um mitmachen zu können, ist kein Abonnement der Bibliothek nötig. Wer aber Lust hat, kann einen Familien- oder Jugendpass für ein ganzes Jahr lösen. Die ausgefüllten Lesepässe zwischen dem 16. August und dem 14. September in der Bibliothek abgeben und ein tolles Geschenk erhalten. Die Bibliothek ist während den Schulferien am Montag von 16 bis 19 Uhr und am Freitag von 16 bis 20 Uhr geöffnet. (pd)

www.biblio-mels-sargans.ch

Die unerfüllte Sehnsucht nach einem Kind

Viele Paare haben einen gemeinsamen Lebensplan und entscheiden sich ganz bewusst, die Verhütung abzusetzen und eine Familie zu gründen. Stellt sich eine Schwangerschaft in den kommenden Monaten nicht ein, kann für das betroffene Paar ein langer Leidensweg beginnen.

Gastkolumne von Andrea Marthy-Mulle*



Von einem unerfüllten Kinderwunsch wird gesprochen, wenn über einen Zeitraum von einem Jahr bei regelmässigem ungeschütztem Geschlechtsverkehr keine Schwangerschaft eintritt (Definition WHO). In der Schweiz haben rund zehn bis 15 Prozent der Paare Schwierigkeiten, auf natürlichem Weg schwanger zu werden.

Die Ursachen dafür sind vielfältig. Medizinische Gründe für einen un-

erfüllten Kinderwunsch liegen gleichermaßen häufig bei der Frau sowie beim Mann. Bei beiden wird individuell nach der Ursache für die ausbleibende Schwangerschaft gesucht. In der Regel liegt keine vollständige Unfruchtbarkeit vor, sondern eine Fruchtbarkeitsstörung.

Das Alter ist einer der Hauptgründe, warum es mit dem Kinderwunsch nicht klappt. Vielen Paaren ist nicht bewusst, dass die Fruchtbarkeit bei Frauen bereits ab 30 Jahren abzunehmen beginnt. Doch das Durchschnittsalter von Erstgebärenden steigt seit Jahren und liegt momentan bei 31 Jahren. Laut dem Fachblatt «Andrology» kommt erschwerend hinzu, dass sich die Spermaqualität in einem kritischen Zustand befindet. In der landesweiten Studie von stellungspflichtigen Männern lagen über 60 Prozent der untersuchten Männer bei mindestens einem Kriterium (Spermienkonzentration, Beweglichkeit, Form) unterhalb des WHO-Normwertes.

Wenn ein Paar nicht auf natürliche Art schwanger werden kann, setzen viele Betroffene grosse Hoffnung in die Reproduktionsmedizin. In der Schweiz kommt zirka jedes vierzigste Kind infolge einer künstlichen Befruchtung zur Welt. Mit einer Fruchtbarkeitsbehandlung sind hohe Kosten verbunden, welche das Paar zu einem grossen Teil selber tragen muss. Die Kinderwunschzeit wird zudem häufig zur Belastungsprobe für die Beziehung. Der Schlüssel, um gemeinsam

Das Alter ist einer der Hauptgründe, warum es mit dem Kinderwunsch nicht klappt.

durch diese anspruchsvolle Lebensphase zu kommen, ist, miteinander im Gespräch zu bleiben. Es ist wichtig, voneinander zu wissen, wie weit jeder Einzelne gehen möchte. Dies beginnt schon mit der Entscheidung, ob reproduktionsmedizinische Therapien in Anspruch genommen werden möchten oder nicht. Eine gute Kommunikation zwischen dem Paar und damit verbunden eine hohe Partnerschaftsqualität kann positive Auswirkungen auf das Erleben und die Bewältigung eines unerfüllten Kinderwunsches haben.

Der Wunsch nach einem Baby kann das ganze Leben bestimmen. Oft

führt ein länger anhaltender unerfüllter Kinderwunsch dazu, dass wichtige Entscheide, Pläne und Anpassungen in anderen Lebensbereichen (zum Beispiel berufliche Entwicklung, Wohnsituation, soziales Umfeld) zugunsten des unerfüllten Kinderwunsches zurückgestellt werden. Je länger es mit dem Schwangerwerden nicht klappt, umso mehr können intensive Gefühle wie Hilflosigkeit, Trauer, Wertlosigkeit, Druck, Schuld etc. entstehen.

Moderne Fortpflanzungsmethoden werden zwar immer erfolgreicher, doch allen können sie nicht helfen. Manche Paare machen erstmals die Erfahrung, dass trotz enormen Einsatzes das Ziel, «ein eigenes Kind zu bekommen», nicht erreicht wird. Die biologische Elternschaft ist ihnen verwehrt. In solchen Fällen sind Paare gezwungen, alternative Familienformen zu wählen oder andere Lebensperspektiven zu entwickeln.

Eine Beratung kann helfen, mit dieser belastenden Situation umzugehen und die Kinderwunschphase gut zu bewältigen. Die Beratungsstelle für Familienplanung, Schwangerschaft und Sexualität unterstützt im Umgang mit der ungewollten Kinderlosigkeit, während der Zeit der Kinderwunschbehandlung und/oder Akzeptanz der «endgültigen» Kinderlosigkeit.

* Andrea Marthy-Mulle ist Sachbearbeiterin BSc bei der Regionalstelle der Beratungsstelle für Familienplanung, Schwangerschaft und Sexualität FaPla an der Bahnhofstrasse in Sargans.