

## Cityseelsorge will zuhören

**Missbrauch** Diese Woche beginnt die Arbeit an einer Pilotstudie zu sexuellem Missbrauch in der Katholischen Kirche Schweiz. Aus diesem Anlass lädt die Cityseelsorge St.Gallen am Donnerstag ein, einer von solchem Missbrauch Betroffenen zuzuhören und danach über das heikle Thema zu diskutieren. Der öffentliche Anlass findet im 19 Uhr, im Jakobssaal des Restaurants Netts Schützengarten an der St.-Jakob-Strasse 35 in St.Gallen statt. Vreni Peterer erzählt ihre Geschichte und weshalb es für sie wichtig ist, dass die Kirche aus der Vergangenheit lernt. Moderiert wird der Abend von Cityseelsorger Matthias Wenk. Für die Teilnahme ist keine Anmeldung erforderlich. (pd/vre)

## Benefizdinner im Jägerhof

**Ukraine** Auch das Restaurant Jägerhof in St.Gallen will etwas für die Ukraine tun. Deshalb ist es ausnahmsweise am 10. April ab 11.30 Uhr an einem Sonntag geöffnet. Gekocht wird durch Agron Lleshi und seine Crew ein 5-Gang-Menü. Dieses kostet 290 Franken pro Person. Bezahlt wird bar. Der ganze Betrag wird gemäss Facebook-Eintrag dem Schweizerischen Roten Kreuz für seine humanitäre Arbeit zu Gunsten der Bevölkerung in der Ukraine gespendet. Reservation per E-Mail an [info@jaegerhof.ch](mailto:info@jaegerhof.ch). (pd/vre)

## Militärmusik in der Tonhalle

**Konzert** Am Sonntag ist in der Tonhalle Militärmusik zu hören. Um 17 Uhr gibt das Symphonische Blasorchester Schweizer Armeespiel ein Galakonzert. Türöffnung ist um 16.15 Uhr. Der Eintritt zum Konzert ist gratis. Das Symphonische Blasorchester Schweizer Armeespiel ist derzeit eines der international gefragtesten Blasorchester. Darin leisten Schweizer Spitzenmusiker ihren Militärdienst. (pd/vre)

# «Ich lächle über mein früheres Ich»

Sie war eine erfolgreiche Werberin. Nach einem Unfall war im Leben von Karin Goldinger nichts mehr, wie es war.

Melissa Müller

Konzentriert schneidet Karin Goldinger eine Focaccia in Dreiecke. Wie eine Chirurgin platziert sie mit der Pinzette einen Rosmarinzweig, streut Salz und Krümel getrockneter Tomaten aufs Tablett. «Es soll lebendig wirken», sagt sie und tröpfelt Olivenöl neben die Focaccia, die sie selbst gebacken hat.

Karin Goldinger ist Foodfotografin. «Gut essen war mir schon immer wichtig», sagt die gertenschlanke Frau, richtet die Kamera von oben auf das Stillleben und wählt einen Bildausschnitt. Eine Auftragsarbeit für die «Genusswerkstatt Herisau».

Manchmal dauert es ein paar Stunden, bis das perfekte Bild im Kasten ist. Manchmal einen Tag, bis sie mit dem Ergebnis zufrieden ist. «Ich möchte Emotionen transportieren», sagt die 45-Jährige, die auch im Auftrag von Spitzenköchin Bernadette Lisibach von der «Neuen Blumenau» fotografiert.

### Kunden in Zürich und Basel

Wie bei vielen glücklichen Berufsmenschen war auch Karin Goldingers Weg zur Foodfotografin nicht geplant. Sie wächst in Wittenbach auf, lernt Typografie und arbeitet in einer St.Galler Grafikagentur. Die junge Frau steigt auf, bildet sich zur Marketingassistentin weiter. Bald betreut sie Kundinnen und Kunden in Zürich und Basel. «Ich war voll im Saft, führte ein glamouröses Leben.»

Bis an einem Sommertag im Jahr 2005, in den Ferien in Portugal. An einer Kreuzung fährt ein Mähdrescher in ihr Auto. Der alkoholisierte Fahrer hat das Rotlicht übersehen. Die Koffer im Auto sind verschnitten. Karin Goldinger und ihr Fahrer steigen aus. Wie durch ein Wunder scheinen sie unversehrt.

### Karrierefrau vermisst ihre Superkräfte

Doch am nächsten Morgen kann die damals 29-Jährige den Kopf nicht mehr vom Kissen heben. Ihr Kopf dröhnt, der Nacken



Karin Goldinger hat sich in ihrem Studio im Quartier Haggen in St.Gallen auf Foodfotografie spezialisiert.

Bild: Ralph Ribi

schmerzt. Noch ahnt sie nicht, dass sie ein Schleudertrauma erlitten hat – und dass die Schmerzen von nun ihren Alltag bestimmen werden. Kaum sitzt sie vor dem Computer, wird ihr schwindlig. Sie fühlt sich abgeschnitten, als trenne ein dichter Nebel sie von ihren Mitmenschen. «Ich funktioniere nicht mehr», stellt sie fest. «Wo ist meine Superpower?»

Früher war sie eine Schnelldenkerin. Nun fühlt sie sich von Sinnesreizen überflutet und leidet unter Sprachstörungen. Sie reduziert ihr Pensum und macht Fortschritte. Doch es gibt auch immer wieder Rückfälle, die ihr zeigen: «Mit Fleiss komme ich nicht weiter.»

Geschätzte 25 000 Unfallopfer erleiden pro Jahr ein Schleudertrauma. Bei den meisten klingen die Beschwerden wieder ab. Doch zehn bis 20 Prozent der Patientinnen und Patienten leiden dauerhaft. Karin Goldinger verliert Stelle und

Einkommen. «Das Perfide ist, dass feine Nerven am Nacken verletzt sind, aber dass man auf den Röntgenbildern nichts davon sieht.» Nach einer Reha will sie um jeden Preis wieder arbeiten. «Eine IV-Rente kam nicht in Frage. Ich wollte nicht in diese Mühlen kommen.»

2010 nimmt sie ein Fotografiestudium in Zürich in Angriff. Ein Kraftakt, der ihr alles abfordert. «Ich fühlte mich wie ein Akku, der sich nicht mehr auflädt.» Trotzdem schafft sie nach vier Jahren erfolgreich den Abschluss. «Es war mir immer klar: Ich muss selber wieder auf die Beine kommen.»

Heute ist sie unter dem Namen «Goldani Fotografie» selbstständig in ihrem lichtdurchfluteten Fotostudio in einem alten Industriegebäude im Quartier Haggen. Sie erstellt Bild- und Farbkonzepte für Agenturen. Ihre Arbeiten erstrecken sich vom Foodbereich über Interior bis hin zu Porträts. Sie

scrollt am Computer durch ihre Bilder: eine Tasse Tee, die im schummrigen Dämmerlicht dampft, oder ein Schwingbesen mit Schokomuffins. Goldinger hat ein Gespür für die Qualität schöner Dinge.

Auf Tischen hat sie Besteck, Silberschalen, Schüsseln und Gläser bereitgestellt. Schönes Geschirr sei enorm wichtig. «Es ist die Bühne fürs Essen», sagt Karin Goldinger. Die Requisiten bezieht sie aus dem Fundus des «Brocki 55» und eines angegliederten Sammlerportals. Sie schenkt Tee in eine Porzellantasse mit goldenem Muster ein. «Es ist mir wichtig, aus welcher Tasse ich Tee trinke.»

Gesundheitlich gehe es ihr wieder gut. Das ermutigt sie, ihre Geschichte zu erzählen: «Ich will den Leuten, die Ähnliches erlebt haben, ein Licht geben.» Manchmal lächelt sie liebevoll-nachichtig über ihr früheres Ich. Sie glaubt, dass sie früher mit zu viel Tempo unter-

wegs war, zu viel arbeitete, Raubbau trieb mit ihrem Körper. «Nichts passiert ohne Grund. Daran glaube ich.»

### Neue Prioritäten

Der Unfall habe sie gezwungen, auf die Bremse zu treten. Ihre Prioritäten hätten sich verschoben. Weg von Prestige und Karriere, hin zu Genuss, Gesundheit und einem guten Umfeld. «Das ist mir am wichtigsten.» Früher lebte sie in der Stadt St.Gallen, heute auf dem Land: In Egnach, nur ein paar Schritte vom Bodensee entfernt. War sie früher viel unterwegs und dauernd unter Menschen, geniesst sie heute lieber die Stille. Auch ein gutes Gespräch mit Freunden in ihrem Daheim weiss sie zu schätzen. Oder ein liebevoll zubereitetes Essen, das sie bewusst zu sich nimmt. Sie atmet tief durch, lehnt sich zurück. «Ich nehme nicht mehr alles so furchtbar ernst.»

# Rund um die Uhr auf den Stepper

Das Genfer Fitness-Unternehmen NonStop Gym hat Anfang März in St.Gallen eine Filiale eröffnet.

Joshua Lindenmann

An der Kornhaustrasse 25 in St.Gallen hat Anfang März eine Filiale der Fitnesskette NonStop Gym eröffnet. Das Unternehmen hatte 2014 in Genf-Servette den ersten Standort eröffnet. Mittlerweile verfügt die Fitnesskette über Filialen in allen grösseren Schweizer Städten, insgesamt sind es 23. «Wichtig bei der Standortwahl ist uns jeweils eine möglichst zentrale Lage und eine gute Erreichbarkeit mit dem öffentlichen Verkehr», sagt Fabian Wetzel. Er ist Opening-Manager bei NonStop Gym und für die Expansion verantwortlich.

Speziell an ihrem Fitness sei, dass sie 24/7 offen haben. Sie seien damit eine der ersten Gyms in der Schweiz gewesen, sagt der 43-Jährige. Der Trend des 24-Stunden-Fitness komme aus den USA. Dort seien die Gyms mitten in der Nacht ziemlich voll.

Welche Kunden in der Nacht um drei Uhr anzutreffen sind, könne er nicht sagen. Das komme auch immer auf den Standort an, so Wetzel. Oftmals seien es Leute, die im Schichtbetrieb arbeiten. «In Genf-Blandonnet hat es zum Beispiel oft Flughafen-Arbeiter, die sich nach ihrer Schicht noch sportlich betätigen



Das NonStop Gym hat eine Fläche von 800 Quadratmetern. Bild: PD

wollen. In Zürich vermehrt Gastroarbeiter, die in einer Spätschicht gearbeitet haben», sagt Wetzel. Ab vier Uhr habe es dann wieder erste Leute, die vor Arbeitsbeginn ein Work-out machen möchten.

### Bereich für Frauen und Zugang mit Fingerabdruck

Speziell in der St.Galler Filiale ist der zirka 60 Quadratmeter grosse «Women-Only»-Bereich, in den sich Frauen ungestört zurückziehen und trainieren können. Insgesamt umfasst das Fitnesscenter eine Fläche von 800 Quadratmetern und verfügt über einen Functional-Training-,

einen Freihantel- und einen Cardio-Bereich sowie einen Bereich mit geführten Geräten.

«Wir setzen auf ein biometrisches Identifikationssystem, um sicherzugehen, dass nur Mitglieder Zugang zum Fitness erhalten», sagt Wetzel. Nach Eingabe eines Codes wird der Fingerabdruck erfasst und der Zugang freigeschaltet. Zudem seien alle Filialen videoüberwacht und es gebe eine Hotline. Betreut sind die Center von Montag bis Freitag von 12 bis 14 Uhr und 17 bis 20 Uhr.

**Hinweis:**

[www.nonstopgym.ch](http://www.nonstopgym.ch)