



Herzmassage kann Leben retten. In Schwyz wurde gezeigt wie. Bild: PD

Herzmassage am Phantom geübt

Schwyz Interessierte Besucher übten kürzlich Herzmassage und die Anwendung des Defibrillators (AED) im Chupferturm in Schwyz. Dem Militär-Sanitäts-Verein Schwyz war es ein Anliegen, der ganzen Bevölkerung die Möglichkeit zu geben, einmal eine Herzmassage am Phantom auszuüben und einen AED selbst in die Hand nehmen und bedienen zu können. Denn in der Schweiz erleiden jährlich etwa 8000 Personen einen Herz-Kreislauf-Stillstand. Vier von fünf Fällen passieren ausserhalb des Spitals. Ein solches Ereignis trifft immer wieder auch jüngere Menschen.

Die wenigsten Patienten können durch die Rettungsdienste rechtzeitig, innerhalb der kritischen Frist von 3 bis 5 Minuten, erreicht werden. Durch sofortige Herz-Lungen-Wiederbelebung von Ersthelfern und einem AED könnten wesentlich mehr Menschen überleben.

An diesem Anlass konnte den Besuchern aufgezeigt werden, dass ein AED alleine kein Leben rettet. Die Herzmassage wird immer vorausgesetzt und gehört in jedem Fall dazu. Auch konnte erläutert werden, wann der AED einen Schock abgibt und wann nicht. Zudem wurde auf die Anzeichen und Früherkennung eines Herz-Kreislauf-Notfalls hingewiesen. (pd)

Imker hoffen auf bessere Zeiten

Ibach Kürzlich fand im Restaurant Rose in Ibach die 124. Generalversammlung des Imkervereins Innerschwyz statt. Das Bienenjahr 2016 war für eine Vielzahl von Imkerinnen und Imkern eines der schlechtesten und schwierigsten Jahre überhaupt. Viele Völker schwärmten, brachten kaum Honig ein und hatten eine viel zu hohe Belastung durch die Varroamilbe, was zu grossen Völkerverlusten im Herbst und Winter führte. Alle hoffen auf ein besseres Jahr für die Bienen und den Honigertrag, obwohl gerade jetzt durch den Wintereinbruch die Völker in der Entwicklung wieder etwas zurückgeworfen wurden.

Die Vereinsmitglieder wählten Christian Rickenbacher in den Vorstand. Er wird von Toni Steiner, dem Zuchtchef des Vereins, zurzeit intensiv ausgebildet. Toni Steiner betreibt als Zuchtchef auch die Belegstation für Carnica-Bienen im Schlattli, die von Imkerinnen und Imkern aus der ganzen Deutschschweiz rege benützt wird. Der Verein hofft, dass Toni Steiner noch lange als Zuchtchef amten wird und dass mit Christian Rickenbacher die Nachfolge gesichert wird. Als Rechnungsprüferin wurde Ursi Tischhauser als Ersatz für Alois Sidler gewählt. (pd)



Zuchtchef Toni Steiner (rechts) mit Christian Rickenbacher. Bild: PD

FFS hat wieder eine Präsidentin

Schwyz Christina Baumann aus Unterberg tritt die Nachfolge von Bernadette Kündig an.

Der Verein FFS musste nach dem Rücktritt von Bernadette Kündig an der Generalversammlung 2016 feststellen, dass die Suche nach einer neuen Präsidentin nicht einfach ist. Mitte 2016 wurde der Verein aber fündig, und an der Generalversammlung vom vergangenen Mittwoch wurde Christina Baumann aus Unterberg als neue Präsidentin gewählt.

An der 51. Generalversammlung vom 26. April führte Stefanie Wiget kompetent durch die einzelnen Geschäfte, sodass die GV um 21.30 Uhr beendet war. Die von Heidi Strüby präsentierte Rechnung 2016 und das Budget 2017 wurden von der Versammlung ohne Gegenstimme angenommen.

Wahlen, Verabschiedungen und Ehrungen

In diesem Jahr standen die turnusmässigen Wahlen an: Heidi Strüby und Hedi Suter liessen sich mit Applaus für die nächsten zwei Jahre wählen. Auch die Revisionsfirma Convisa ist für die nächsten zwei Jahre wiedergewählt. Neueintritte: Der Verein FFS ist froh, nach längerer Suche in Christina Baumann eine fähige Präsidentin gefunden zu haben. Als Treuhänderin kennt sie sich mit Finanzen bestens aus, und dank ihrer poli-



Neue Vorstandsmitglieder in der FFS (von links): Deborah Benz und Präsidentin Christina Baumann. Bild: PD

tischen Arbeit ist sie im Kanton gut vernetzt. Mit Deborah Benz hat der Vorstand eine weitere Verstärkung erhalten, sie ist bereits für das Kinderparadies tätig und kennt den Verein FFS bestens. Beide sind mit grossem Applaus gewählt worden.

Dafür gab es zwei Rücktritte aus dem Vorstand: Christa Annen wurde von Bernadette Kündig nach 12 Jahren Vorstandsarbeit verabschiedet. Unsere neue Präsidentin übernahm die Verabschiedung von Stefanie Wiget, die nach 5 Jahren als Präsidentin des StoffArt-Lehrateliers zurücktritt und damit auch aus dem Vorstand ausscheidet. Wir danken beiden für die grossartige Arbeit für den Verein FFS.

Die Aktivmitglieder des Vereins FFS zeichnen sich durch eine oft langjährige Vereinstreue aus. Unter dem Traktandum Ehrungen ehrte Stefanie Wiget folgende Personen: 35 Jahre: Rosmarie Kuhn-Betschart, 30 Jahre: Ursula Erni Wyss, 25 Jahre: Rita Ulrich-Dober, 20 Jahre: Astrid Gwerder, 15 Jahre: Peppina Nay-Brügger, Rita Gianella und Anna Pfyl-Müller, 10 Jahre: Angelika Schnetzler, Antoinette Städelin, Maria Käppeli, Erwin Murer, Margrit Schmidig und Heinrich Simmen. (pd)

Namen merken einfach gemacht

KMU Frauen In Einsiedeln folgten rund neunzig Frauen aufmerksam den Ausführungen des Gedächtnistrainers André Huber.

Schon nach wenigen Worten verstand es der Referent, das Publikum zu fesseln, indem er kurzweilig praxiserprobte Methoden vorstellte, die sich direkt in den Arbeitsalltag integrieren lassen. Das Gedächtnis effektiver einzusetzen, sich mehr merken zu können, souveräner zu wirken und leistungsfähiger zu agieren, zeigte André Huber anhand von Beispielen auf.

Hilfreich beim Merken von Informationen oder beim Lernen von neuem Wissen ist das Aktivieren von kreativen Denkweisen. Diese sind nicht neu oder fremd. Kinder denken dauernd so. Vielen sind diese Fähigkeiten durch Schule, Ausbildung und Beruf etwas abhandengekommen. Mit gutem Willen und Übung werden diese Denkweisen wieder aktiviert, und es kann wieder erfolgreich mit ihnen gearbeitet werden. Das



Gedächtnistrainer André Huber. Bild: PD

aktive Training der grauen Hirnzellen fördert Intelligenz, Kreativität und Selbstbewusstsein.

Namen merken ganz easy

Die meisten haben schon Menschen bewundert, die sich scheinbar ganz einfach Namen von Mitarbeitern, Kunden, Geschäftsfreunden oder Bekannten merken können. Gemäss dem Gedächtnistrainer ist diese Kunst erlernbar – und das sogar schneller als man denkt.

Erster Schritt: ein Merkmal (z.B. Krawatte) für die Person wählen, deren Namen man sich merken will. Dies hilft, eine Brücke zwischen der Person und deren Namen zu bilden. Zweiter Schritt: sich ein visuelles Bild aus dem Namen der Person machen (Müller = Mühle, Fischer = Fisch). Dabei ist alles erlaubt, je

verrückter das Bild, desto besser. Dritter Schritt: das Bild des Namens mit dem Merkmal dieser Person mit Fantasie verbinden. Vielleicht besteht die Möglichkeit, im Gespräch mit diesem Menschen einiges über ihn zu erfahren und auch öfters seinen Namen zu nennen.

Logische Elemente werden mit Bildern, aber auch mit sinnlichen Wahrnehmungen wie Gerüchen oder Klängen verknüpft. So lassen sich Erinnerungen einfach speichern und oft ein Leben lang behalten.

Für das humorvolle Erlebnisreferat bedankte sich die Präsidentin der KMU Frauen Schwyz, Andrea Schelbert, beim Brainman André Huber und informierte die Frauen, dass der Sommerevent, ein geführter Abendspaziergang mit Tierfütterung im Kinderzoo Rapperswil, am 23. Juni 2017 stattfindet. (pd)

Helpli - Erste-Hilfe-Kurs für Kinder



Schwyz 30 Kinder ab acht Jahren besuchten einen FFS-Kindertreffnachmittag zum Thema Erste Hilfe. Die Samariter-Jugendgruppe Help Mythen organisierte unter der Leitung von Graziella Schelbert vier interessante, lehrreiche und praktische Posten.

Bild: PD

200 Personen am Frühstückstreff

Brunnen Knapp 200 interessierte Personen besuchten im «Waldstätterhof» den Vortrag von Doris Schneider-Bühler zum Thema Hochsensibilität. Ein erst vor einigen Jahren bekannt gewordener Begriff für Menschen mit ausgeprägten sensiblen Charakterzügen bekam an diesem Vormittag ein Gesicht.

Nach dem Frühstücksbuffet folgte das Programm mit einem sehr persönlich erzählten Lebensbericht eines hochsensiblen Teilnehmers, einem Sketch, der nachdenklich machte, und Musik, welche das Thema unterstrich. Dann folgte der spannende Vortrag über Hochsensibilität. Schneider-Bühler ermutigte Betroffene auch aus eigener Erfahrung zum Finden der eigenen Grenzen und gab den Anwesenden wertvolle Anstösse und Informationen mit auf den Weg. Hochsensibilität ist für die Betroffenen und ihr Umfeld eine Herausforderung, aber auch eine Bereicherung. Das nächste Frühstückstreffen findet am 9. September zum Thema Geschwisterkonstellation statt. (pd)