

doing

MUT



doing 45_16 | Editorial – Impressum 2 | Wie Angst
Kindern viel Mut machen kann 3 | Kinder wachsen
am Wagnis 6 | Mut tut gut 8 | Bilderbücher 12 |
Aktuelles aus dem Vorstand 14 | Adressen 15

KKgK

Kantonale
Kindergarten
Konferenz

Mitteilungsblatt

MUT

Liebe Kolleginnen und Kollegen

Mut, mutig?

Kinderantworten ...

Paloma (6 Jahre): Eine Raubkatze streicheln.

Lea (5 Jahre): Sehr hoch oben auf einem Seil in der Luft zu balancieren.

Elias (6 Jahre): Wenn man im Dunkeln Angst hat und trotzdem in den Keller geht.

Xenia (7 Jahre): Vom Zehn-Meter-Turm springen.

Ida (4 Jahre): Eine ganze Peperoni essen, eine scharfe.

Andreas, (7 Jahre): Wenn man irgendwo runterspringt und die anderen trauen sich nicht.

Wann warst du das letzte Mal so richtig mutig? Wie lange ist es her, dass du dich so richtig herausgefordert hast? Wann hast du das letzte Mal etwas gemacht, das dir so richtig Mut abverlangt hat? Schon lange her oder erst gestern?

Verschiedene Personen berichten von ihrer Arbeit, was es heisst, Mut zu haben, jemandem Mut zu machen, Ängste zu leben, etwas zu wagen, mutig zu sein oder einfach Mut tut gut.

Trauen wir unseren Kindern etwas zu! Zumutungen schaffen Mut! Kinder begreifen durch eigene Erfahrungen. Dazu brauchen sie das Vertrauen von uns und Gelegenheiten, neue Dinge auszuprobieren und Fehler zu machen. Jedes Kind ist von sich aus vielseitig tätig, wenn es sich wohl fühlt und in der Situation sicher ist. – Unser Kindergartenalltag, danke für eure Arbeit!

Franziska L'Homme | Redaktion doing



IMPRESSUM	Herausgeber Redaktionsteam	Kantonale Kindergartenkonferenz des Kantons St. Gallen Franziska L'Homme Kübachstrasse 13 9442 Berneck Tel. 071 740 15 10 franziska.lhomme@bluewin.ch Monica Keller Kübachstrasse 26b 9442 Berneck Tel. 071 744 33 87 humo.keller@bluewin.ch Anja Reichmuth Scholastikastrasse 13 9400 Rorschach Tel. 071 535 04 41 anjareichmuth@hotmail.com
	Druck Auflage Nächstes <i>doing</i>	Meyerhans Druck AG Dufourstrasse 26 9500 Wil 700 Exemplare Redaktionsschluss am 8. Mai 2016

WIE ANGST KINDERN VIEL MUT MACHEN KANN

Ein gesundes Mass an Angst geht Hand in Hand mit der überlebensnotwendigen Vorsicht, die uns Menschen von Anbeginn das Dasein gesichert hat. Und ohne Mut, gut kombiniert mit forscher Neugierde, hätten wir unsere Höhlen womöglich nie verlassen. Bereits in den ersten Lebensjahren werden wir durch Erfahrungen mit Angst und Mut intensiv geprägt. In der Balance sind diese Grundgefühle für Kinder optimale Taktgeber zur Ausbildung von Selbsteinschätzung und Selbstbewusstsein.

Angst – Störung oder Lernimpuls

Ängste gehören zur normalen kindlichen Entwicklung und sind als Lernerfahrung essentiell. Neben dem grundsätzlichen Kennenlernen des eigenen Gefühlsspektrums kommt der Angst eine besondere Aufgabe zu. Denn wie sonst sollten Kinder lernen, mit neuen Erfahrungen umzugehen, diese zu verarbeiten und einzustufen? Angst ist somit protektive Fähigkeit und probates Mittel zur Vorabprüfung. Sie dient als Abstandhalter und Pufferzone für eine neue Situation. So schaffen Kinder Distanz und verschaffen sich Zeit und Raum, sich mit einem womöglich neuen Aspekt des Lebens zu beschäftigen und diesen zu bewerten. In dieser Phase ist die Auseinandersetzung mit den Vertrauenspersonen sehr wichtig, um Irritationen und Fragen zu klären.

Ängstlichkeit als Verstärkung dieser normalen Entwicklungsaspekte kommt im Kindergarten- und Schulalter häufig vor und hat unzählige Gesichter. Sie reicht von der Furcht im dunklen Zimmer bis hin zur Angst vor der ersten Fahrradfahrt ohne Stützräder. Eltern und Bezugspersonen sind hier gefragt, ihre Kinder in dieser Phase nicht durch eigene Besorgnisse in ihren Ängsten zu bestärken.

«Die Erfahrung, dass das Befürchtete nicht eintritt, führt zur Überwindung der Ängstlichkeit und ermöglicht die Entwicklung von Explorationsfreude – die Voraussetzung für neue Lernerfahrungen», erläutert Dr. med. Suzanne Erb, Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie und Ärztliche Direktorin der KJPD St.Gallen. «Ganz wichtig ist dabei aber immer Begleitung und Zuspruch und eine sehr behutsame Herangehensweise.»

Anders sieht dies in Fällen von Angststörungen aus – professionelle Hilfe ist dann unbedingt anzuraten. Auch bei Kindern kommen diese ausgeprägten Formen eines psychischen Leidens vor, zum Beispiel in Folge innerer Konflikte oder auch eines Traumas. Hier zu nennen sind generalisierte Angststörungen, Panikstörungen, soziale Ängstlichkeit oder auch Phobien, also spezifische Ängste vor bestimmten Situationen oder Objekten. Abgesehen davon kann Angst als Symptom von verschiedenen psychischen Krankheitsbildern auftreten – wie Fieber als Begleiter diverser Krankheiten.

Mut als Instrument zur Selbsteinschätzung

Sehr viel positiver besetzt als Angst ist Mut. Mit Mut verbinden wir Anerkennung, Selbstbewusstsein, Eigenständigkeit. Doch auch hier ist erst das richtige Mass der Schlüssel zum Erfolg. Und Erfolg ist in diesem Fall mit einer gesunden Selbsteinschätzung gleichzusetzen.

«Idealerweise sollte man Kinder an Risiken stufenweise heranführen», sagt Suzanne Erb, «denn man kann ein Kind auch nicht mit einem Messer oder einer Schere hantieren lassen, ohne vorher den Umgang erklärt zu haben.» Diese Vorgehensweise ermöglicht es, sich mit der neuen Situation vertraut zu machen und so Sicherheit zu gewinnen. Das Risiko wird überschaubar, man baut Selbstvertrauen auf und lernt, die eigenen Fähigkeiten und Grenzen einzuschätzen. Somit ist die gute Nachricht: Mut kann man lernen! Und auch hier lautet der Appell an Eltern und Bezugspersonen, den Kindern etwas zuzutrauen, den körperlichen aber auch den kreativen Mut ihrer Kinder zu begleiten und zu unterstützen. Im Umkehrschluss bedeutet dies natürlich, der Vorsichtigkeit, der Vernunft oder auch der Verteidigung einer

eigenen Meinung den gebührenden Respekt zu zollen, wenn es die Situation erfordert oder gerade auch wenn die «Angst» der mutigere Weg ist.

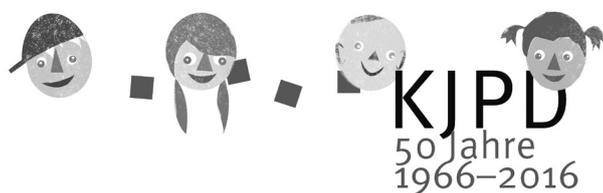
Weitere Informationen und Angebote

Kurz dauernde Auffälligkeiten im Verhalten von Kindern und Jugendlichen kommen oft vor und gehören zur normalen Entwicklung. Wenn die seelischen Belastungen jedoch zu hoch werden, sollten diese näher abgeklärt und gegebenenfalls behandelt werden. Das Ziel der KJPD St.Gallen ist es, diese Unterstützung zu bieten, um in der Entwicklung positive Schritte zu ermöglichen.

Die KJPD St.Gallen sind hierbei in stetigem Kontakt mit anderen Beteiligten wie Kindergärten, Schulen, Ärzten sowie sonstigen Beratungsstellen und Einrichtungen. Diese engmaschige Vernetzung ist ausserdem durch Workshops, Vorträge und Beratungen gegeben, die die KJPD St.Gallen auf Anfrage für Laien und Fachpersonen zu individuellen Themen und Anlässen durchführen.



Die Kinder- und Jugendpsychiatrischen Dienste St.Gallen (KJPD) helfen Kindern, Jugendlichen und ihren Familien bei psychischen und psychosozialen Schwierigkeiten. Die Institution wird von einer Stiftung getragen und feiert 2016 das 50-jährige Bestehen. Die über 100 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der KPD St.Gallen erfüllen mit ihrer wertvollen Arbeit einen Leistungsauftrag der Kantone St.Gallen, Appenzell Ausserrhoden und Appenzell Innerrhoden. Der Hauptsitz der KJPD ist im Herzen der St.Galler Altstadt. Sie sind ausserdem präsent in Heerbrugg, Sargans, Wil, Wattwil und Uznach.



Kinder- und Jugendpsychiatrische Dienste St.Gallen
(KJPD)

Brühlgasse 35/37

9004 St.Gallen

Telefon 071 243 45 45

sekretariat@kjpd-sg.ch

www.kjpd-sg.ch

Text: Miriam Lambek | 29.10.2015

Foto: KJPD

KINDER WACHSEN AM WAGNIS

Vor der breiten Pfütze zögert Sybille. Die Sechsjährige setzt zum Sprung an, unterbricht, geht einen Schritt zurück, dann noch einen. Sie bleibt stehen, schaut kurz zu den beiden anderen Mädchen; noch zwei, drei Schritte rückwärts, dann nimmt sie Anlauf und springt. Fast geschafft! Nur der linke Fuss ist nass, Jeans und Jacke haben ein paar Spritzer abbekommen. Sybille freut sich. Sie hat sich etwas getraut, und es ist gelungen. Der Stolz auf die eigene Leistung und die Anerkennung durch die Anderen sind der Lohn für das eingegangene Risiko.

Kinder geraten ständig in Situationen, die sie noch nicht kennen. Wenn sie ihren Erfahrungsschatz erweitern wollen, müssen sie solche Situationen bewältigen. Gelingt die Bewältigung, weckt dies Freude, und das Selbstvertrauen wird gestärkt. Das Kind gewinnt neue Kenntnisse, Fertigkeiten, Fähigkeiten – und ist für zukünftige Situationen besser gewappnet. Schon Laufen lernt das Kind nur, wenn es der Gefahr des Fallens ausgesetzt ist und das Fallen zu vermeiden lernt. Angemessene Herausforderungen gehen knapp über das hinaus, was ein Kind schon kann. Überforderung löst Angst aus, Unterforderung Langeweile.

Risikante Situationen lehren den Umgang mit dem Risiko

Mit solchem Entdeckungs- und Wagnistrieb ausgestattet, begegnet das Kind immer wieder auch Situationen, die Erwachsene für gefährlich halten. «Messer, Gabel, Schere, Licht – sind für kleine Kinder nicht», sagt dazu der Volksmund. Nicht selten haben Eltern und Lehrpersonen die Tendenz, die Kinder von solchen Gefahrenherden fern zu halten. In der einführenden Geschichte ist Sybille mit einem nassen Fuss und mit Spritzern auf Hose und Jacke davongekommen. Was hätten bloss die Eltern zu durchnässten Hosen oder einem aufgeschürften Knie gesagt?

In der Regel sind Kinder in kurzer Zeit in der Lage, Gefahren zu sehen, mehr oder weniger bewusst zur Kenntnis zu nehmen und ihr Verhalten darauf einzustellen. Ein vorsichtiger Umgang mit Gefahren wird rasch verinnerlicht. Wer sich in Gefahr begibt, reift mit ihr. Kinder, die niemals feststellen dürfen, dass Leben etwas mit Bewegung, Lebhaftigkeit, Gefahren und deren Einschätzen zu tun hat, sind im Falle einer Konfrontation damit um so stärker gefährdet. Der Gefährdungsgrad von Kindern sinkt, je vertrauter sie mit Risiken sind.

Kinder mit schlechter Motorik verunglücken häufiger im Strassenverkehr und in anderen Lebenssituationen. Je umfangreicher und vielfältiger die motorischen Erfahrungen im Kindesalter sind, desto höher wird auch die Bewegungssicherheit im Jugend- und Erwachsenenalter sein. Balance ist auch auf dem Motorrad gefragt, Reaktionsvermögen auch beim Autofahren. Bewegungssicherheit ist in hohem Masse abhängig von der Wahrnehmungsfähigkeit und den koordinativen und konditionellen Fähigkeiten. Diese entwickeln sich nur durch Übung.

Risikokompetenz von Kindern fördern

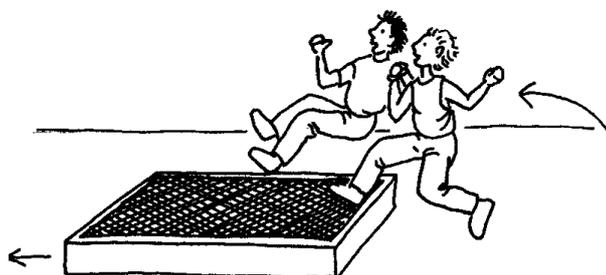
Was wäre gewesen, wäre Sybille aus der einführenden Geschichte mit nassen Hosen und blutendem Knie nach Hause gekommen? Hätte sich der Versuch nicht trotzdem gelohnt? Doch, er hätte sich. Kinder brauchen für ihre Entwicklung Zeiten und Räume, um sich zu erproben, um sich und ihre Stärken und Grenzen zu erfahren, um sich zu reiben, um Abenteuer zu erleben. Nur so können sie Fortschritte machen. Voraussetzung ist eine Umgebung, die Kinder angemessen herausfordert. Und es braucht Erwachsene, die den Kindern etwas zutrauen und sie in ihrem Tun bestärken.

Das Lehrmittel «Mut tut gut» zum Beispiel ermöglicht intensive, lustbetonte und herausfordernde Bewegungsstunden. Die Kinder machen auf lustvolle Weise ganz elementare Bewegungserfahrungen wie springen, rutschen, balancieren, werfen, fallen, fliegen, schwingen, klettern, purzeln und so weiter. Sie lernen, selbstständig Gefahren einzuschätzen und zu bewältigen. Sie werden bewegungsfreudiger und mutiger. Darüber hinaus steigen das Selbstwertgefühl, die Eigenverantwortung und die Kooperationsfähigkeit.

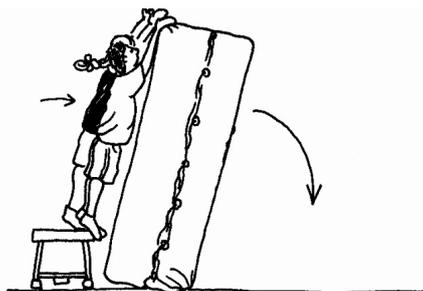
Im Vorwort von «Mut tut gut» werden Lehrpersonen ermutigt, die Kinder mutig sein zu lassen oder ihnen zu helfen, mutig zu werden, ihnen zu vertrauen und sie loszulassen, sich aus dem Mittelpunkt zu nehmen und sich vermehrt der in Motorik und Verhalten auffälligen Kinder anzunehmen. Die Lehrperson unterstützt und hilft, wo es gefragt ist, gibt Vorschläge und nimmt Anregungen auf, macht selber mit oder freut sich ganz einfach an ihren bewegten und begeisterten Kindern. Die Kinder ihre eigenen Wagnisse eingehen zu lassen, braucht auch von uns Erwachsenen etwas Mut. Die Kinder belohnen uns dafür mit strahlenden Augen und offensichtlichen Fortschritten.

Zwei Beispiele aus «Mut tut gut»

Drehen Sie eine dünne oder dicke Schaumstoffmatte um, so dass der Rutschschutz oben liegt. Zwei oder drei Kinder nehmen sich an der Hand, rennen auf die Matte zu und springen drauf, so dass die Matte vorwärts geschoben wird. Wenn die Kinder dabei das Gleichgewicht verlieren, landen sie weich auf der Matte.



Vier bis sechs Kinder stehen auf einer Langbank, neben ihnen steht eine dicke Schaumstoffmatte. Die Gesichter sind zur Matte gewendet. Die Kinder halten sich am oberen Rand der Matte fest und lassen sich – alle gemeinsam – langsam gegen die Matte fallen. Die Matte fällt um, und die Kinder landen auf ihr. Anschliessend gemeinsam die Matte wieder aufstellen.



Zum Weiterlesen

Mut tut gut: Lehrmittel für die Turnhalle
(www.muttutgut.ch)

Kinder in Bewegung: Offene Bewegungssettings im Kindergarten (www.kinder-in-bewegung.ch)

Sichere Bewegungsförderung bei Kindern: bfu-Leitfaden
(www.bfu.ch)

Messer, Gabel, Schere. Licht – warum denn nicht? Lehrmittel von Heike Baum (Freiburg: Herder)

Mutanfälle. Lehrmittel zum Thema Mut (www.fhnw.ch/ph/iwb/beratung/gesundheit/publikationen)

Dominique Högger ist Dozent an der PH FHNW.

Zeichnungen stammen von Astrid Björnsen, Henggart

MUT TUT GUT

BEISPIELE AUS DEM KINDERGARTEN IN ST. MARGRETHEN

Wir wollten im Turnen wieder einmal so richtig mutig sein und haben uns für diese Turnstunde viel vorgenommen. Mal wieder klettern, schwingen und rutschen.

Zum Glück haben wir drei Kindergartenabteilungen die Turnstunden nacheinander. Dank der tatkräftigen Unterstützung der Teamteaching Kollegin ging auch der Auf- und Abbau relativ zügig. So konnten rund 60 Kinder unsere Stationen absolvieren und ihren Mut unter Beweis stellen. Alle Geräte-Kombinationen stammen aus dem Lehrmittel «Mut tut gut».

Die Kinder hatten grossen Spass an den verschiedenen Geräten und konnten sich zum Schluss auch kaum entscheiden, wo es ihnen denn am besten gefallen hatte. Ganz bestimmt waren aber alle ein bisschen stolz über all den Mut, den sie in dieser Sportstunde bewiesen hatten.

Anja Reichmuth | Kindergärtnerin



Beim Zuschauen konnte man sich bei den anderen Kindern immer wieder hilfreiche Tricks abschauen.



Manche konnten das Schwingen schon sehr geniessen und fast gar nicht genug davon kriegen.



Andere waren zu Beginn noch kritisch, wollten danach aber nicht mehr damit aufhören.



Die Treppenelemente sind praktisch und schnell montiert.



Je höher desto besser.



Auch instabile Konstruktionen konnten unsere Kinder nicht davon abbringen, bei jedem Durchgang ein bisschen mutiger zu werden.



Konzentration vor dem grossen Schwingen.



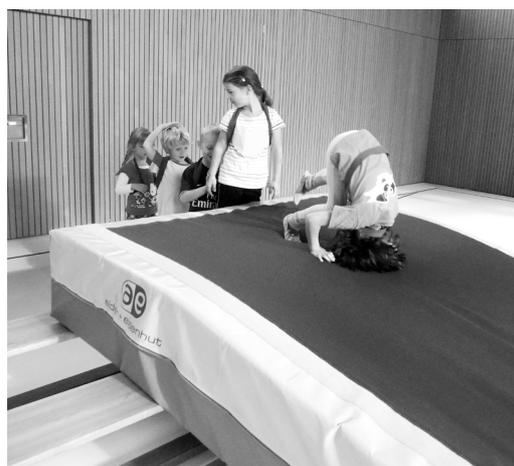
Diese konnten aber auch auf andere Weise genutzt werden.



Auch bei den Schwedenkästen auf den Stangen war Konzentration gefragt.

MUT TUT GUT

BEISPIELE AUS DEM KINDERGARTEN IN AU



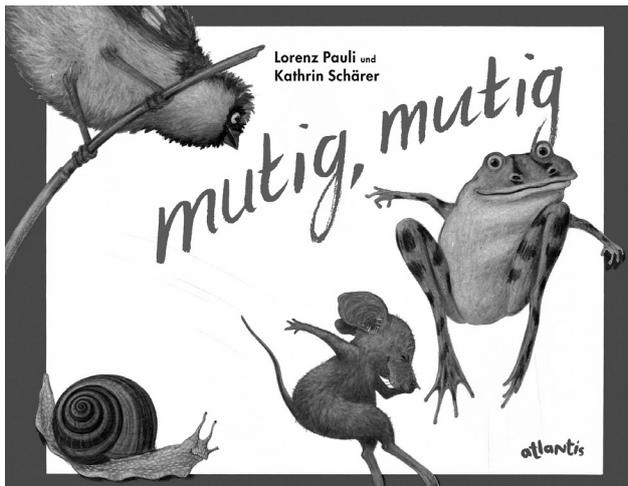
Bilder von Monica Keller | Kindergärtnerin

BILDERBÜCHER

MUTIG, MUTIG UND DIE KLEINE HUMMEL BOMMEL

«**mutig, mutig**», Lorenz Pauli, Kathrin Schärer – atlantis 206

Vier Freunde machen einen Wettkampf: Wer erfindet die verrückteste Mutprobe und besteht sie selbst? Alles fängt an wie auf dem Spielplatz: Maus, Schnecke, Spatz und der Frosch sind am Teich zusammengekommen, und plötzlich ist die Idee für das Wettspiel da. Wer ist der Mutigste von allen? Aber wenn die Maus – «mutig, mutig» – eine lange Strecke taucht, findet der Frosch das keine Leistung. Und wenn der Frosch Grünzeug frisst, ist das für die Schnecke nur köstlich, nicht mutig. So gibts lange Gesichter und Applaus, bis schließlich der Spatz an der Reihe ist. Der zielt sich und dreht sich, und endlich sagt er: «Ich mache nicht mit.» Ist das mutig? – Die Freunde zögern. Aber dann jubeln sie: «Ja, das ist Mut!»



«**Die kleine Hummel Bommel**», Maite Kelly, Britta Sabbag, Joëlle Tournalias

«Mit deinen winzigen Flügeln kannst du doch nie und nimmer fliegen!» Das haben die anderen Insektenkinder zu mir gesagt. Deshalb hatte ich echt Angst, dass ich nie fliegen kann. Meine Flügel sind nämlich wirklich klitzeklein! Ich bin dann zu Lilli Libelle, Marie Marienkäfer und Ricardo Raupe gegangen, aber keiner konnte mir helfen. Sogar Pastor Fliege nicht! Bis mir endlich Gesela Grille das Lied «Du bist Du» vorgesungen hat! Da habe ich gemerkt, dass ich gar keine grösseren Flügel, sondern nur eine Portion Mut zum Fliegen brauche!

Jetzt weiss ich: Ihr müsst an Euch selbst glauben, dann könnt Ihr alles schaffen! Denn Mut, den trägt man im Herzen ... Die ganze Geschichte könnt Ihr in meinem Buch nachlesen. Eure Hummel Bommel

UMFRAGE ZUR PAUSENARBEITSZEIT

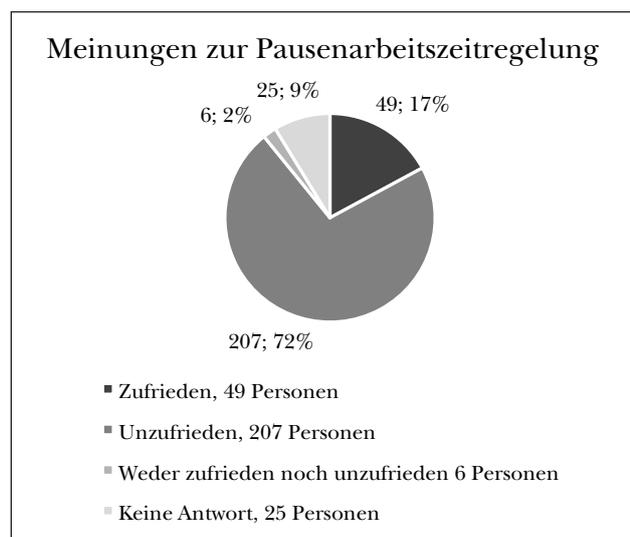
An der Hauptversammlung vom 12. September 2015, haben wir eine Umfrage zur Pausenregelung durchgeführt. Von 421 anwesenden Verbandsmitgliedern haben insgesamt 287 Personen die ausgeteilten Fragebogen beantwortet und abgegeben. Das ergibt eine Umfragebeteiligung von fast 70 Prozent. Durch die Fragen wollten wir uns ein Bild über die Befindlichkeit und Zufriedenheit der Lehrpersonen, in Bezug auf die Pausenarbeitszeitregelung, verschaffen.

Die Kernfrage «Bist du zufrieden mit deiner Regelung», wurde von 207 Mitgliedern mit: «Nein» beantwortet. Nur 17 Prozent der Befragten, d.h. 49 Lehrpersonen, finden zufriedenstellende Lösungen in ihrer Gemeinde vor.

Beachtlich finden wir, dass bei 159 Personen die Arbeitszeit, welche durch die Pausenbetreuung besteht nicht im Arbeitsfeld Schule angerechnet wird. Klar führt diese Tatsache für Betroffene zu Unzufriedenheit. 88 Personen leisten täglich gar 20 Minuten «gratis» Arbeit. Das ergibt im Jahr eine unbezahlte Arbeitszeit von ca. 65 Stunden.

Der Generalsekretär des Bildungsdepartements hat in seinem Kreisschreiben an die Schulgemeinden vom April 2015 folgende Empfehlung zur Pausenregelung gemacht: «In besonderen Situationen, namentlich bei isolierten Einzel- oder Doppelkindergärten, ist situativ eine separate Anrechnung der Pausenaufsicht gerechtfertigt.»

Es bildet sich ab, dass viele Gemeinden, wohl eher zurückhaltend der Empfehlung des Bildungsdepartements folgen. Die Umfrageergebnisse zeigen, dass 91 Befragte, die in Einzel- oder Doppelkindergärten tätig sind, noch immer überhaupt keine Anrechnung der Arbeitszeit erfahren.



Die detaillierte Auswertung der Umfrage ist für alle Interessierte auch auf unserer Internetseite zu finden. Wir haben uns dazu entschieden, die Schulgemeinden der Befragten nicht öffentlich kundzutun, daher sind sie nicht aufgeführt.

Im Vorstand werden wir weitere Schritte prüfen und unser Anliegen bei den verschiedenen Stellen und Ansprechpartnern platzieren. Es ist uns sehr wichtig, dass alle Kindergartenlehrpersonen endlich faire Lösungen vorfinden und die zuständigen Schulträger effektive Arbeitszeiten entschädigen.

Wir bleiben weiter für euch am Ball.

Für den KKgK Vorstand
Daniela Veit, Oktober 2015

AKTUELLES AUS DEM VORSTAND

DER KKGK

Jennifer Siegrist

Neu im Vorstand, gewählt an der HV 2015

- 2010–2013 Pädagogische Hochschule Kreuzlingen
 (Bachelor of Arts in Pre-Primary
 Education)
- 2013–heute Kindergarten Buechen, Staad



ADRESSEN

Verband/Konvent

Präsidium KKgK KLV	Daniela Veit	St.Peterstrasse 12, 9500 Wil Tel. 079 883 78 46 daniela.veit@gmx.ch
Vize-Präsidium KKgK PK1 Weiterbildung	Christa Bernet	Lerchenstrasse 3, 9200 Gossau Tel. 078 734 35 74 chrisbernet@bluewin.ch
Kassa KKgK	Iлона Meier	Jonschwilerstrasse 26, 9536 Schwarzenbach Tel. 079 548 24 88 ilona.meier@bluemail.ch
Redaktion doing KKgK	Franziska L'Homme	Kübachstrasse 13, 9442 Berneck Tel. 071 740 15 10 franziska.lhomme@bluewin.ch
Newsletter KKgK Redaktion doing	Anja Reichmuth	Scholastikastrasse 13, 9400 Rorschach 071 535 04 41 anjareichmuth@hotmail.com
Website KKgK	Jacqueline Hug-Wagner	Käseriweg 12, 9312 Häggenschwil Tel. 071 290 18 23 jacqueline.hug@schulesteinach.ch
Aktuariat KKgK	Jennifer Siegrist	Seestrasse 43, 9326 Horn Tel. 079 958 08 68 jennifer.blau@hotmail.com

Kommissionen und Verbände

Päd. Kommission PK A	Stefanie Felder	Nelkenstrasse 38, 9200 Gossau Tel. 071 988 88 86 stefffelder@gmx.net
Päd. Kommission PK A	Ruth Fritschi	Haushaldenstrasse 6, 8374 Dussnang Tel. 071 960 00 18 rfritschi@bluewin.ch
Beratungsdienst Schule	Barbara Metzler	Davidstrasse 31, 9000 St.Gallen Tel. 058 229 24 44 barbara.metzler@sg.ch
KLV Sekretariat		Zürcherstrasse 204c, 9014 St.Gallen Tel. 071 352 72 62 info@klv-sg.ch

