

Leben & Genuss

in der Ostschweiz

Editorial



Liebe Leserinnen, liebe Leser

Auch in dieser Ausgabe nehmen wir Sie wieder auf eine lebendige und genussvolle Reise durch die Ostschweiz mit. Den Auftakt machen wir in Heiden, wo wir uns im Appenzellerland eine entspannende Auszeit gönnen. Mit den Produkten an unserem nächsten Halt im Rheintal lässt sich zu Hause Gemütlichkeit schaffen. Unser Weg führt uns nach Mostindien, wo wir Ihnen zeigen, dass es im Thurgau auch noch andere Früchte als Äpfel gibt. Kurz darauf treffen wir auf Spitzensportlerin Catherine Debrunner und besuchen ein Traditionsunternehmen, das in diesem Jahr sein 100-jähriges Bestehen feiert. Um traditionelles Handwerk in fünfter Generation geht es am nächsten Ziel in Berneck, anschliessend legen wir einen kurzen, erfrischenden Halt bei Arbon ein. Zum Schluss lernen wir in Mauren noch ein besonderes «Superfood» kennen.

Ich wünsche Ihnen eine kurzweilige Lesereise!

Julia Christiane Hanauer,
Verlagsredaktorin

Impressum

Verlagsbeilage des «St.Galler Tagblatt» vom 14. Oktober 2023 **Herausgeberin:** CH Regionalmedien AG **Verleger:** Peter Wanner **Geschäftsführer:** Dietrich Berg **Lesermarkt:** Zaira Imhof, Bettina Schibli **Werbemarkt:** Markus Fischer, Marco Maier **Redaktion:** CH Regionalmedien AG, Verlagsredaktion, Julia Christiane Hanauer, Fürstenlandstrasse 122, 9001 St. Gallen **Redaktionelle Mitarbeit:** Urs Bader, Daniela Huijser, Peter Hummel, Michael Schifferle, Bettina Schnerr **Layout:** Sina Item, Nicole Manser **Titelbild:** Benjamin Manser **Druck:** CH Media Print AG **Anzeigen:** CH Regionalmedien AG, Fürstenlandstrasse 122, 9001 St. Gallen, Telefon 071 272 77 77, inserate-tagblatt@chmedia.ch **Gemeinsame Beilage** von St. Galler Tagblatt Stadt St. Gallen, Gossau und Rorschach, Thurgauer Zeitung, Appenzeller Zeitung, Wiler Zeitung, Toggenburger Tagblatt, Toggenburger Tagblatt kompakt, Der Rheintaler, Werdenberger & Obertoggenburger. Eine Publikation der **ch media**

Inhalt



4 Eintauchen. Abtauchen.

Im Appenzeller Heilbad in Heiden mit seiner geschichtsträchtigen Historie lässt sich in schönster Landschaft wohlig entspannen.



17 Voll auf die Nüsse

Von Lara Perial über die rote Gubler-Nuss bis hin zur Parisienne: Bei Gubler Nuss in Hörhausen dreht sich alles um die Walnuss. Dabei setzt der Produzent ausschliesslich auf biologische Hilfsmittel und natürliche Helferlein.



22 Im Sportolymp

Die Thurgauer Para-Leichtathletin Catherine Debrunner im Porträt.



34 Entflammt

Mit Feuer entstehen in der Küferei Thurnheer in Berneck Fässer.

12

Es werde Licht!

Ziehen ist die beste Methode – zumindest, wenn es um die Herstellung von Kerzen geht. Das Altstätter Familienunternehmen Hongler Kerzen setzt noch heute auf traditionelles Handwerk.



30 Reingeschaut

Fotografin Mareycke Frehner zu Besuch beim Unternehmen A.Vogel.



41 Nachgefragt

Christoph Möhl verrät im Interview, was für ihn Heimat bedeutet.



42 SprossensWelt

Die Firma Sprossana stellt im Thurgau Sprossen her.

Seit 100 Jahren der Natur verbunden

Text: Julia Christiane Hanauer
Bilder: Mareycke Frehner

Das Pharmaunternehmen A. Vogel AG in Roggwil TG hat sich auf die Produktion von Naturheilprodukten spezialisiert. In diesem Jahr feiert die Firma ihr 100-jähriges Bestehen. Fotografin Mareycke Frehner besuchte die A. Vogel AG und begleitete die Mitarbeitenden von der Ernte der Blüten bis hin zur Verpackung des fertigen Produkts.







