

**Zeitschrift:** Saiten : Ostschweizer Kulturmagazin

**Herausgeber:** Verein Saiten

**Band:** 27 (2020)

**Heft:** 306

**Vorwort:** Editorial

**Autor:** Surber, Peter

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 20.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Saiten Ostschweizer  
Kulturmagazin  
306. Ausgabe,  
Dezember 2020,  
27. Jahrgang,  
erscheint monatlich

HERAUSGEBER  
Verein Saiten,  
Gutenbergstrasse 2,  
Postfach 2246,  
9001 St.Gallen,  
Tel. 071 222 30 66

REDAKTION  
Corinne Riedener  
Peter Surber  
Roman Hertler  
redaktion@saiten.ch

VERLAG/ANZEIGEN  
Marc Jenny  
Philip Stuber  
verlag@saiten.ch

SEKRETARIAT  
Irene Brodbeck  
sekretariat@saiten.ch

KALENDER  
Michael Felix Grieder  
kalender@saiten.ch

GESTALTUNG  
Samuel Bänziger  
Larissa Kasper  
Rosario Florio  
grafik@saiten.ch

KORREKTUR  
Patricia Holder  
Florian Vetsch

VEREINSVORSTAND  
Gabriela Baumann  
Zora Debrunner  
Heidi Eisenhut  
Hanspeter Spörri  
(Präsident)  
Rubel Vetsch

VERTRIEB  
8 days a week  
Rubel Vetsch

DRUCK  
Niedermann  
Druck AG, St.Gallen

AUFLAGE  
5200 Ex.

ANZEIGENTARIFE  
siehe Mediadaten 2020

SAITEN BESTELLEN  
Standardbeitrag  
Fr. 85.-,  
Unterstützungsbeitrag  
Fr. 125.-, Gönner-  
beitrag Fr. 350.-,  
Patenschaft Fr. 1000.-  
Tel. 071 222 30 66,  
sekretariat@saiten.ch

INTERNET  
[www.saiten.ch](http://www.saiten.ch)

© 2020: Verein Saiten,  
St.Gallen. Alle  
Rechte vorbehalten.  
Nachdruck, auch  
auszugsweise, nur mit  
Genehmigung.  
Die Urheberrechte  
der Beiträge und  
Anzeigenentwürfe  
bleiben beim Verlag.  
Keine Gewähr für  
unverlangt eingesandte  
Manuskripte, Fotos  
und Illustrationen.

**1. Dezember 2019: Das ist das Datum, an dem der weltweit erste Corona-Fall bestätigt wurde. Gerade einmal ein Jahr ist seither vergangen. Und noch weniger lang, gut neun Monate ist es her, dass in Italien die ersten europäischen Opfer zu beklagen waren. Inzwischen gibt es kaum noch ein anderes Thema, privat und öffentlich. In nüchternem Wikipedia-Deutsch gesagt: «Da die Pandemie nahezu alle Bereiche des Lebens weltweit berührt, erfolgten nach und nach viele gesellschaftliche und politische Debatten.»**

Stimmt natürlich. Über die Krankheit, über Fallzahlen, Impfstoffe, Abstandsregeln, Intensivbetten, Pflegenotstand, Triageregeln, Freiheitsrechte, Risikogruppen, Notkredite, Ausfallentschädigungen, Systemrelevanz und so weiter wird lautstark und nicht enden wollend diskutiert. Alles wichtig. Auch das Tabu Tod ist – zumindest ein bisschen – zum öffentlichen Thema geworden, mehr dazu in diesem Heft ab Seite 44. Worüber aber kaum oder nur privat geredet wird, ist die simple Frage: Was tut mir gut? Was stärkt mein Immunsystem? Was meint und soll überhaupt diese ominöse «Immunität»?

Saiten hat sich zum Jahresschluss ein Heft zur Immunstärkung vorgenommen. Tönt nach Vitamin D oder Echinaforce (auch wichtig ...), ist aber weiter gedacht: Wir wollten Anregungen und Überlegungen aller Art zur politischen, gesellschaftlichen und individuellen Kräftigung des Immunsystems sammeln. Zusammengekommen sind 24 Beiträge aus allen möglichen Richtungen, ein Adventskalender der resistenten Art: Kurzgeschichten, Selbsterfahrungen, Appelle, Wutausbrüche, Tiefgang und Small-talk, Rezepte und Rezeptverweigerungen. 24 Stimmen, 24 Seiten, eine geballte Dosis Immunium® Akut, garantiert mit Risiken und Nebenwirkungen, illustriert von Joël Roth und Zéa Schaad.

Weiter im (trotz ausgedünntem Kulturkalender) dickgepackten Heft: das Interview zu 40 Jahren Frauenhaus St.Gallen, Inspirationen zum Wohnen gestern und morgen, das neue Rümp, neuer Strom, neue alte Lieder und viel Lesestoff für lange, hoffentlich symptomfreie Dezemberabende.

Wer das richtige Türchen aufmacht, findet im Heft zum Beispiel diesen prächtigen Satz: «Eine Gesellschaft von lebendig Gebliebenen – ja, das wünsch ich mir.» Also: bleibt lebendig. Und nehmt euch – anderes Türchen auf – ab und zu «Zeit für ein kleines Stelldichein mit dem Stammhirn». Auch heiraten soll übrigens gut sein fürs schweizerische Polit-Immunsystem.

An dieser Ausgabe haben mitgearbeitet: Eva Bachmann, Rolf Bossart, Bettina Dyttrich, Tine Edel, Christine Fischer, Veronika Fischer, René Hornung, Marc Jenny, Jessica Jurassica, Nina Keel, Daniel Kehl, Christoph Keller, Stefan Keller, Julia Kubik, Dieter Langhart, Marion Loher, Peter Müller, Andreas Niedermann, Charles Pfahlbauer jr., Joël Roth, Anna Rosenwasser, Jan Rutishauser, Franziska Ryser, Zéa Schaad, Wolfgang Steiger, Kaspar Surber, Hannes Thalmann, Charles Uzor, Claudia Vamvas, Florian Vetsch, Laura Vogt, Ueli Vogt, Samantha Wanjiru, Samantha Zaugg, Patrick Ziltener, Eva Zuberbühler und die Saiten-Redaktion.



**Gut beschützt: 40 Jahre Frauenhaus St.Gallen – das Interview dazu ab S. 47.  
(Bild: Sujet der Plakatkampagne, Fotografie: Franziska Messner-Rast)**