

«Musizieren ist für mich Erholung»

In Rapperswil-Jona betreibt sie eine Gesundheitspraxis. Ins Linthgebiet kam die gebürtige Baslerin vor 14 Jahren. «Der Liebe wegen», erklärt sie im Gespräch. Naturheilkundigerin Brigitta Ploke wohnt mit ihrer Familie gerne in Rüeterswil.

Von Markus Timo Rüegg

Rüeterswil. – Sie ist eine offene, kreative und aufgeschlossene Frau, welche gerne unter Menschen ist und sie liebt. Zudem reist sie gerne in die weite Welt hinaus, taucht aber genauso gerne in die Tiefe von Büchern ein oder lässt sich von den Naturschönheiten in der Region verzaubern.

«Prädikate und Charaktereigenschaften, die gut zu Ihrem Sternzeichen und Aszendenten passen, nicht wahr, Brigitta Ploke?»

«Ja. Durchaus. Man soll die Astrologie nicht überbewerten. Aber sie hat zweifelsohne Grundzüge, die auf die Mehrheit der entsprechenden Sternzeichen übertragbar sind», gibt die 53-jährige gelernte Drogistin zu verstehen.

Heute führt sie eine Gesundheitspraxis in Rapperswil-Jona, in der sie schwerpunktmässig Autogenes Training, Psychologische Beratung, Massagen und naturheilkundliche Praktiken anbietet. Neben vielen vorangegangenen Ausbildungen schloss sie in diesem Frühling auch noch jene zur Naturheilkundigerin ab.



Im Einsatz für die Gesundheit: Brigitta Ploke arbeitet seit 2001 in ihrer naturheilkundlichen Praxis in Rapperswil-Jona.

Bild Markus Timo Rüegg

klettern oder spielen im Wald. Kurz: Sie erlebte eine unbeschwertere Kindheit, wurde aber auch schon früh mit Schicksalsschlägen konfrontiert.

«Durch Sauerstoffmangel bei der Geburt ist mein jüngerer Bruder geistig behindert. So wurde ich schon als kleines Mädchen vertraut mit Menschen, die mit einer Einschränkung leben müssen.»

Der plötzliche Tod ihrer Jugendfreundin war ein weiteres prägendes Ereignis. «Damals wurde mir so richtig bewusst, dass es nichts Wertvolles als das Leben gibt.»

Brigitta absolvierte die Berufslehre als Drogistin, weil ihr die Naturheilkunde und ein möglichst ganzheitliches Verständnis der Menschen schon damals wichtig waren.

Danach arbeitete sie während sechs Jahren in einer Drogerie in Arlesheim. Dazwischen machte sie mehronatige Sprachaufenthalte in Italien und England. «Italien hat es mir besonders angetan. Das Leben spielt sich hauptsächlich im Freien ab. Das gefällt mir heute noch.»

Dutzende Reisen

Reisen haben für sie eine grosse Bedeutung. «Andere Länder, Kulturen und Menschen kennenzulernen ist bis heute eine meiner Vorlieben.» Ploke bereiste halb Europa, Mexiko, USA, Kanada, Thailand, Indonesien, Neuseeland und Australien.

In all den Jahren verstärkte sich in ihr der Wunsch, mit Menschen zu arbeiten. So machte sie die Ausbildung zur Sozialpädagogin und arbeitete während Jahren mit geistig behinderten Menschen. Es folgten Weiterbildungen in Psychologie, Autogenem Training, Massagen und manueller Lymphdrainage.

Mit Ende 30 siedelte sie der Liebe wegen von Basel ins Linthgebiet über. 2001 eröffnete sie in Rapperswil ihre naturheilkundliche Praxis. «Neben Körpertherapien, Massagen, Autogenem Training und psychologischer Beratung setze ich insbesondere auch mein Wissen in traditioneller europäischer Naturheilkunde ein.»

Ploke vermittelt ganzheitliche und praktisch umsetzbare Impulse für das

Wohlbefinden. «Die grossen und kleinen Rhythmen, die unser Leben bestimmen, beschäftigen mich stark. Wann ist die beste Tageszeit für die Anwendung von Heilmitteln? Wann zeigen sich Beschwerden? Was gibt mir dies für Hinweise für die Therapie eines Klienten? Diesen und anderen Fragen gehe ich nach.»

Und die Rhythmen ihres Privatlebens? «Eine meiner Leidenschaften ist das Musik machen. Ich spiele Blockflöte, Geige, Bratsche und Po-saune. Mit Letzterer musiziere ich jeden Mittwoch in der Musikgesellschaft St. Gallenkappel. Das gemeinsame Musizieren macht mir viel Freude. Dabei kann ich gut vom Berufsalltag abschalten und nicht zuletzt auch die Geselligkeit pflegen.»

Wertvolles Leben

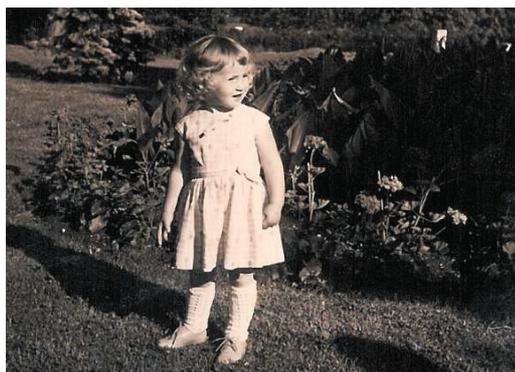
Geboren wurde Brigitta als zweitälteste von vier Geschwistern, einer älteren Schwester und zwei jüngeren Brüdern, in Basel. Aufgewachsen ist sie im Vorort Therwil.

«Wir wuchsen in einem Haus mit grossem Garten auf. Mutter Marie war Damenschneiderin, Vater Jules arbeitete als Möbelschreiner.» Brigitta und ihre Freundinnen liebten Gummitwist, Völkerball, auf Kirschbäume

Brigitta Ploke persönlich

Geburtsdatum: 25. Mai 1961
Sternzeichen: Zwilling
Aszendent: Löwe
Wohnort: Rüeterswil
Heimatort: St. Gallenkappel und Therwil BL
Zivilstand: Verheiratet, eine Tochter
Hobbies: Lesen, Reisen, Musizieren
Liebingsgetränk: Wasser, Süssmost
Liebingsessen: Thaichurry, Geschwilti mit verschiedenen Käsen
Stärke: Offenheit und Einfühlungsvermögen
Schwäche: Ich nehme mir zuviel vor
Meine Musik: Pop, Rock, Klassik
Mein Auto: Renault Scenic
Mein Morgenritual: Blick aus dem Fenster, Kaffee, Zeitung

Mein Lebensmotto: Leben und leben lassen
Mein Spielfilm: Es sind zwei: «Australia» mit Nicole Kidman und «Vitus» mit Bruno Ganz
Das ist wichtig: Menschlichkeit
Mein grosses Ziel: Zufriedenheit, glückliche Familie und nach reich erfülltem Leben friedlich sterben
Liebingszahl: 16
Liebingsfarbe: Weinrot
Da bin ich gerne: Im Wald, am Waldrand, unter dem Sternenzelt oder an einem Bach
Liebingsstädte: Rom, New York und Basel
Wunschreiseziele: Neuseeland, Sahara, Engadin, Italien



Schöne Kindheit: Brigitta wächst mit drei Geschwistern in Therwil, einem Vorort von Basel, auf.

Auf Brigitta Ploke folgt Andrea Lieberherr

Rüeterswil. – Brigitta Ploke behandelt im mental/psychischen Bereich Stressproblematiken, Angstzustände, innere Unruhe, Panikattacken, Burn-out oder Depressionen. Sie berät in allen Lebensbereichen. Im körperlichen Bereich behandelt sie alle Beschwerden und Erkrankungen am Bewegungsapparat, Erkrankungen der Organe und Verspannungen. «Die Verbindung von altem Heilwissen und modernen wissenschaftlichen Erkenntnissen ist mir wichtig.» Im nächsten Wunschgespräch folgt Detailhandelsfachfrau Andrea Lieberherr aus Ernetswil. (mtr)

IMPRESSUM
DIE SÜDOSTSCHWEIZ
 Unabhängige Schweizerische Tageszeitung mit Regionalausgaben in den Kantonen Graubünden, Glarus, St. Gallen und Schwyz.
Herausgeberin
 Samedia (Südostschweiz Presse und Print AG)
 Verleger: Hanspeter Lebrument
 CEO: Andrea Masiger
Redaktionsleitung
 Chefredaktor: David Sieber
 Stv. Chefredaktoren: Pieder Caminada, René Mehrmann
 Mitglieder der Redaktionsleitung: Reto Furter, Rolf Hösli, Patrick Nigg, Thomas Senn, René Weber
Redaktion Graubünden
 Reto Furter (Leitung), Philipp Wyss (Stellvertretung, Online), Tatjana Jaun (Chefreduzentent), Denise Alig, Hansruedi Berger, Olivier Berger, Stefan Biscumil, Mileana Caderas, Gion-Mattias Durband, Mario Engi (Leser-

betreuung), Pierina Hassler, Fadrina Hofmann, Petra Luck, Dario Morandi, Jano Felice Pajarola, Hans-Jürg Toggweiler (Online), Béla Zier
Redaktion Glarus
 Rolf Hösli (Leitung), Marco Häusler (Dienstchef), Daniel Fischli (Dienstchef), Ruedi Gubser (Sport), Lukas Bertschi, Lisa Koch, Claudia Kock Marf, Marco Lüthi, Martin Meier, Fridolin Rast, Brigitte Tiefenauer, Maya Rhyner (Bild)
Redaktion Gaster/See
 Thomas Senn (Leitung), Urs Zweifel (Stellvertretung), Bernhard Camenisch (Sport), Roland Lieberherr, Ulrike Nitzsche, Markus Timo Rüegg, Sibylle Speiser, Büro Rapperswil-Jona: Pascal Büsser
Zentralredaktion
 Überregionales: Patrick Nigg (Leitung), Hans Bärtsch (Stellvertretung, Wirtschaft), Mathias Balzer (Kultur), Dennis Bühler (Inland), Valerio Gerstlauer (Kultur), Stefan Schmid (Wirtschaft), Rinaldo Tibolla (Bundeshaus), Anna Wanner (Bundeshaus)

Sport: René Weber (Leitung), Hansruedi Camenisch (Stellvertretung), Kristian Kapp, Johannes Kaufmann, Jonas Schneebberger, Jürg Sigel
Bildredaktion
 Marco Hartmann (Leitung), Yanik Bürkli, Theo Cstöhl, Olivia Item
Redaktion Leben
 Astrid Hüni (Leitung), Andrea Maria Hilber Thelen, Magdalena Petrovic
Beilagenredaktion
 Cornelius Raeber (Leitung), Sarah Blumer
Redaktionelle Mitarbeiter
 Rico Kehli (Grafik), Kristina Ivancic (Überregionales), Carlo Lardi (Online), Andrea Meuli (Kultur), Séverine Murk-Lendi (Grafik)
Verlag und Inserate
 Geschäftsführer: Thomas Kundert

Verbreitete Auflage (Südostschweiz Gesamt)
 81 786 Exemplare (Verlagsangaben)
Reichweite
 164 000 Leser (MACH-Basic 2014-1)
 Erscheint siebenmal wöchentlich
Titel der «Südostschweiz»: Frühere Titel der Südostschweiz Presse und Print AG: Bündner Zeitung, Glarner Nachrichten, Der Gasterländer, Samedia, Neue Bündner Zeitung, Der Freie Rätler, Bündner Volksblatt, Gazzetta Grigionsa, Gazzetta Grischuna, Oberländer Tagblatt, Gazzetta Romontscha, Figli Ladin. Affilierte Titel: March Anzeiger, Höfner Volksblatt, Sarganserländer
Bekanntgabe von namhaften Beteiligungen i.S.v. Art. 322 Ziffer 3 SÜDOSTSCHWEIZ Radio AG, Südostschweiz TV AG, Südostschweiz Emotion AG, Südostschweiz Pressevertrieb AG, Südostschweiz Partner AG
Adressen
Redaktion: Die Südostschweiz, Zürcherstrasse 45, 8730 Uznach, Telefon 055 285 91 00, Fax 055 285 91 11
E-Mail: Redaktion Gaster und See: redaktion-ga@suedostschweiz.ch; Redaktion Online: redaktion-online@suedostschweiz.ch

Abo-/Zustellservice: Samedia, Zürcherstrasse 45, 8730 Uznach, Tel. 0844 226 226, Fax 081 255 51 10, E-Mail: abo@samedia.ch
Verlag: Samedia, Zwinglistrasse 6, 8750 Clarus, Telefon 055 645 28 28, Fax 055 645 28 71, E-Mail: verlag@samedia.ch
Inserate: Samedia Promotion, Zürcherstrasse 45, 8730 Uznach, Tel. 055 285 91 04, Fax 055 285 91 11, E-Mail: uznach.inserate@samedia.ch
Abopreise unter: www.suedostschweiz.ch/aboservice
 Die irgendetwas geartete Verwertung von in diesem Titel abgedruckten Inseraten oder Teilen davon, insbesondere durch Einpreisung in einen Online-Dienst, durch dazu nicht autorisierte Dritte ist untersagt. Jeder Verstoß wird von der Verlagsbesitzerschaft nach Rücksprache mit dem Verlag gerichtlich verfolgt
 © Samedia