

doppelpunkt

Das Schweizer Magazin
für Achtsamkeit



HURRA, WIR HABEN DIE WAHL!

MEDIKAMENTE IM ABFALL
**4000 Tonnen
Pillen jährlich
im Müll**

ARBEITSMORAL IM KELLER
**Angestellte
der SBB
unter Druck**

DEUTSCHLAND IM STILLSTAND
**Ost und West
gesellt sich
noch nicht gern**

Wie im Himmel, so auf Erden

In unseren Ferien haben Hund Hugo und ich den Hinterthurgau erwandert und uns in der lieblichen Landschaft und den schmucken Dörfern gut erholt. Unseren Reisebericht finden Sie auf Seite 19. Von «himmlischen» Dörfern weiss auch Redaktionsleiter Anton Ladner zu berichten: In seinem Beitrag ab Seite 28 lernen Sie die Arbeit des deutschen Architekten Ole Scheeren kennen, der in Asien in zahlreichen Projekten Gegensätzliches vereint – Zivilisation und Natur, Individualität und Gemeinschaft. Scheeren macht aus Wolkenkratzern «vertikale Dörfer», integriert auf verschiedenen Ebenen Dachgärten, Kinderspielplätze, Swimmingpools und Wasserfälle, um der in wachsenden Metropolen drohenden Vereinsamung der Bewohnerinnen und Bewohner vorzubeugen.

Gesellschaft geniesst auch Coran, einer der Stiere der Herisauer Bauernbrüder Josef und Andreas Brülisauer. Im Gegensatz zu 85 Prozent ihrer Artgenossinnen werden nämlich die Kühe der Brülisauers nicht vom Besamungstechniker besucht, sondern dürfen auf der Wiese oder im Stall mit Coran anbandeln. Warum Josef und Andreas Brülisauer trotz fehlender wirtschaftlicher Vorteile den sogenannten «Natursprung» für ihre Rinderzucht bevorzugen, erfahren Sie ab Seite 34.

Vor den Kühen aber kommen die Menschen. Im Brennpunkt auf Seite 6 gehen wir anlässlich des Tages der Deutschen Einheit der Frage nach, warum in den vergangenen 30 Jahren noch immer nicht zusammengewachsen ist, was doch eigentlich zusammengehört: Nach wie vor trennen nämlich ideologische und wirtschaftliche Gräben den Osten und den Westen Deutschlands. Zwei Doktorandinnen am Max-Planck-Institut versuchen in Gera und Zwickau herauszufinden, warum das so ist – im Gespräch mit den Menschen. John Micelli



GUTE LEBENSMITTEL UND GUTE BEZIEHUNGEN: In der «Nachhaltigkeitsschule für Nomaden» in Venezuela zählt das Wesentliche



MONATSSERIE: Wir haben die Wahl! – alles rund um das Wahlverhalten in und ausserhalb der Schweiz



BRENNPUNKT: 30 Jahre nach dem Fall der Mauer sind die Differenzen zwischen Deutschlands Osten und Westen noch immer spürbar

UND AUSSERDEM

- 12 **ACHTSAMER BLICK:** Kein Antisemitismus! Kein Rassismus! Niemals! Nirgendwo!
- 19 **SANFTE HÜGEL:** Auf Wanderschaft durch das verträumte Tannzapfenland im Hinterthurgau
- 22 **TEURES GESUNDHEITSSYSTEM:** CVP-Nationalrätin Ruth Humbel und ihre Ideen, die Kosten zu senken
- 28 **VERTIKALE DÖRFER:** Das Hochhaus der Zukunft erfordert neue soziale und ökologische Lösungen
- 34 **NATURSPRUNG:** Auf dem Hof der Brüder Brülisauer in Herisau darf der Stier die Kühe selbst decken
- 36 **STRESS UND KONKURRENZDRUCK:** Männer und Frauen reagieren unterschiedlich
- 38 **GESUNDHEIT:** 13 Anzeichen, dass es Zeit ist, den Arzt zu wechseln
- 41 **HINGEHEN:** Das Fernweh lindern im Kursaal Bern
- 42 **WISSENSCHAFT:** Sprechen für Stumme – künstliche Intelligenz erzeugt Sprache aus Gehirnströmen

VERUNSICHERT: So hinterlässt SBB-Chef Andreas Meyer seine Angestellten



DIE CHRISTLICHSOZIALEN IN DEN NATIONALRAT FÜR EINE SOZIALE, OFFENE UND GERECHTE SCHWEIZ.

Aargau



Ruth Humbel
04a.01



Sabine Sutter-Suter
04a.03



Christina Bachmann
04a.07



Andre Rotzetter
04c.01



Michael Kaufmann
04c.02



Lukas Brunnschwiler
04c.03



Oliver Hippele
04c.04



Etienne Huber
04c.05



Andrea Huber
04c.06



Gabriela Lutz
04c.07



Stefano Omodei
04c.08



Giuseppe Rondinelli
04c.09



Niklaus Rüttimann
04c.10



Theres Schori
04c.11

Bern



Beatrice Wertli
21.02.4



Laura Curau
21.07.5



Alois Studerus
21.04.1

Nidwalden



Alois Bissig
Alt-Regierungsrat

Schwyz



Christina Baumann
01.02

Luzern



Karin Stadelmann
05.07



Priska Wismer
05.08



Elias Meier
09a.03



Daniel Stadelmann
09a.04



Joel Biner
09a.05



Esther Hagmann
09a.08



Lara Helfenstein
09b.02



Viktor Kadlubowski
09b.08



Markus Arnold
25.01



Gerda Jung
25.02



Carlo Piani
25.03



Ramona Thalmann
25.04



Xaver Vogel
25.05



Roger Zurbriggen
25.06

St. Gallen



Thomas Ammann
02a.01



Felix Bischofberger
02a.06



Thomas Hofstetter
02c.01

Wallis



Thomas Egger
02.01

Solothurn



Stefan Müller-Altarmatt
02.05



National- & Ständeratswahlen
2019



bisher

ELISABETH AUGSTBURGER MARIANNE STREIFF

EVP – Damit Werte wieder zählen.
Meine Wahl am **20. Oktober 2019**

kind.

Das christliche Fachmagazin.
Für Kirche, Schule, Familie.

www.kindundkirche.ch



KIND + RCHE

Kinder fördern
Glauben entdecken
Familien stärken
Kirche leben

www.kindundkirche.ch



IHRE MEINUNG



Foto: SODP

Doppelpunkt 38/2019

Opfer bringen

Doppelpunkt 38/2019, Achtsamer Blick – «Die einzige Welt, die wir haben»

Der Autor schreibt, dass es möglich ist, die CO₂-Emissionen der Schweiz auf null zu reduzieren, wie es die Gletscherinitiative will; aber er schreibt nicht, auf welche Weise dies geschehen soll, wie dies in vielen ähnlichen Artikeln der Fall ist. Seien wir ehrlich, niemand will freiwillig auf seinen gewohnten Komfort verzichten, um etwas nachhaltig zu verändern. Somit gibt es leider keine andere Lösung, als Gesetze zu schaffen, wie zum Beispiel eine drastische Erhöhung der Preise für Benzin und Diesel,

um damit Elektroautos stark zu verbilligen, welche kein CO₂ ausstossen und zudem geräuscharm fahren. Diese Fahrzeuge sollten somit billiger werden als lärmige Autos mit Verbrennungsmotoren. Andererseits sollte man den Preis der billigen Flüge, welche den Himmel ebenfalls belasten, wesentlich erhöhen, sowie die mit billigem Schweröl und starkem CO₂-Ausstoss fahrenden Kreuzfahrtschiffe und Frachtdampfer. Mit diesem Geld könnte man die Billette der Bahn stark senken und den Nahverkehr in den Städten mit Trams und Elektrobussen gratis machen. Dazu bräuchte es natürlich viel zusätzlichen Strom, der zurzeit relativ billig ist und den man ebenfalls wesentlich verteuern müsste. Auch da könnte man viel CO₂-Ausstoss vermeiden. Für den Mehrverbrauch von Strom müsste man, ebenfalls mit einem Gesetz, die vielen Gebäudedächer mit süd- und südöstlicher Lage mit Fotovoltaik-Kollektoren versehen, welche mit dem erhöhten Strompreis stark subventioniert werden könnten. Des Nachts und bei schlechtem Wetter würden die Wasserkraftwerke genügend aushelfen. Mit dem erhöhten Strompreis könnte man zudem auch die vielen Heizölanlagen durch sub-

ventionierte Wärmepumpen ersetzen. Es ist verständlich, dass mit einem erhöhten Strompreis leider alle Einwohner der Schweiz betroffen wären; aber seien wir objektiv: Ohne grosse Opfer jedes Einzelnen und ohne staatliche Gesetze werden wir niemals unseren CO₂-Ausstoss wesentlich senken können!
Pierre Müller, Veytaux

Jede Woche eine Freude

Sehr geehrtes Redaktionsteam
Ich bin seit Jahren Abonnentin der Zeitschrift Doppelpunkt. Ich habe die interessanten Veränderungen und die positive Entwicklung des gesamten Konzepts miterlebt und freue mich auf jede neue Nummer.
Freundlichst grüsst
Tina Somandin, St. Gallen

MITMACHEN

Ihre Meinung ist uns wichtig!

In sozialen Medien:

- www.doppelpunkt.ch/facebook
- www.doppelpunkt.ch/twitter
- www.doppelpunkt.ch/youtube

Per Post:

Redaktion «Doppelpunkt»
Täferstrasse 3
5405 Baden-Dättwil

Per E-Mail:

redaktion@doppelpunkt.ch

Die Redaktion behält sich vor, Leserbriefe an unseren Verlag zu kürzen und auch elektronisch zu veröffentlichen. Bitte geben Sie Name und Anschrift an.

HAUSPOST



Foto: Christine Schnapp

Selbst in der Freizeit ...

... setzt sich unsere Redaktion fürs Klima ein. Zu zweit waren wir vergangenen Samstag in Bern, um mit unglaublich beeindruckenden 100 000 anderen Menschen ein Zeichen an die Politik zu senden, beim Klimaschutz vorwärtszumachen. Unter den Demonstrierenden waren auffallend viele Kinder mit auffallend herzigen und kreativen Transparenten wie dem abgebildeten.

Folgen Sie unserer Hauspost auf:  

Immer noch hinter der Mauer?

Der 3. Oktober wurde als Tag der Deutschen Einheit 1990 zum gesetzlichen Feiertag in Deutschland bestimmt. Aber 30 Jahre nach dem Fall des Eisernen Vorhangs ist die Trennung zwischen Ost und West nicht beendet. Eher im Gegenteil: Gerade in politischen Fragen sind die Differenzen zwischen dem ehemals sozialistischen Osten und dem kapitalistischen Westen in letzter Zeit gewachsen.

von Jeannette Goddar

Wer Elisabeth Köditz bei ihrer Feldforschung besucht, nimmt in Gera, in der Kreisstadt im Osten Thüringens, die Tramlinie 3, die den Plattenbaubezirk Bieblach-Ost im Nordosten mit dem Plattenbaubezirk Lusan im Südwesten verbindet. Vorbei an den Gera-Arcaden, Tätowier- und Sonnenstudios, einem Demokratieladen und dem «Café Kanzler» geht es nach Lusan.

Hochburg der Industrialisierung

In der Spätphase der DDR lebten dort 45 000 Menschen – sie fertigten für Carl Zeiss Jena Rüstungstechnik, bauten bei der Sowjetisch-Deutschen Aktiengesellschaft Wismut Uranerz ab oder lieferten für den Volkseigenen Betrieb (VEB) Textilmaschinenbau der Kleidungsbranche zu. Das in der Bundesrepublik weitgehend unbekanntes Gera war, gemessen an anderen DDR-Bezirken, eine Hochburg der Industrialisierung. Jedes Mal, wenn ein Betrieb eröffnete, wurden neue Wohnungen gebaut; allein in Lusan hält die Tram siebenmal. Für einen sonnigen Tag zur Mittagszeit ist es fast gespenstisch ruhig.

«Hier leben nur noch halb so viele Menschen wie in den 1980er-Jahren», sagt Köditz, als die Tram ein verlassenes Gebäude passiert, eine von zwei weiterführenden Schulen, die in den 1990er-Jahren schliessen mussten. Wie es wohl war, Abitur zu machen in einer Umgebung, in der man zusah, wie immer mehr Nach-

barn in den Westen zogen – oder in die Innenstadt, in Wohnungen, die Menschen abgegeben hatten, die bereits weg waren? Die Doktorandin am Max-Planck-Institut für ethnologische Forschung in Halle wird es herausfinden – sie hat Kontakt zu einem Absolventen der 1990er-Jahre. Und sie hat Kontakt zu einem Architekten, der den Rückbau der Plattenbauten organisiert und dessen Vater den Aufbau plante.

Ortswechsel ins sächsische Zwickau, 40 Kilometer südöstlich von Gera. Katerina Ivanova, ebenfalls Doktorandin am Max-Planck-Institut für ethnologische Forschung, ist nach einem Master in Sozialanthropologie von Bratislava hierhergezogen. Anders als Köditz nähert sich Ivanova den Umbrüchen der vergangenen 30 Jahre aus ökonomischem Blickwinkel. Man könnte auch sagen: aus der Klassenperspektive.

Gespräche mit den Dagebliebenen

Die gebürtige Weissrussin spricht mit Mitarbeitern der Autoindustrie; mit solchen, die beim VEB Sachsenring Trabant bauten, ebenso wie mit Menschen, die heute bei Volkswagen oder in einem Zulieferbetrieb tätig sind. «Ich will erfahren», so die Wissenschaftlerin, «wie die Arbeiterinnen und Arbeiter in der Automobilindustrie den enormen Wandel seit dem Ende der DDR erlebt haben – und wie sie ihre Position heute bewerten: in ihren Arbeitsbeziehungen, aber auch in der Gesellschaft. Beides ist,

stelle ich fest, eng miteinander verknüpft.» Für ihre Forschung hat Ivanova einen Ort gewählt, an dem die DDR-Wirtschaft nach der Wende nicht durch ein grosses Nichts ersetzt wurde. Mit viel Symbolkraft aufgeladen rollte in Zwickau zusammen mit der letzten Trabant-Modellreihe im Mai 1990 der erste VW Polo vom Band. Heute steht auf dem Gelände ein Fahrzeugwerk, das an jedem Arbeitstag über 1300 Volkswagen fertigen kann. Inklusiv der Zulieferbetriebe hat Zwickau 40 000 Beschäftigte in der Autoindustrie und gilt als Vorzeigemodell postsozialistischer Transformation. Nur: Die, mit denen Ivanova spricht, erzählen oft keine Geschichte, die sie gerne vorzeigen. Sondern eine, die

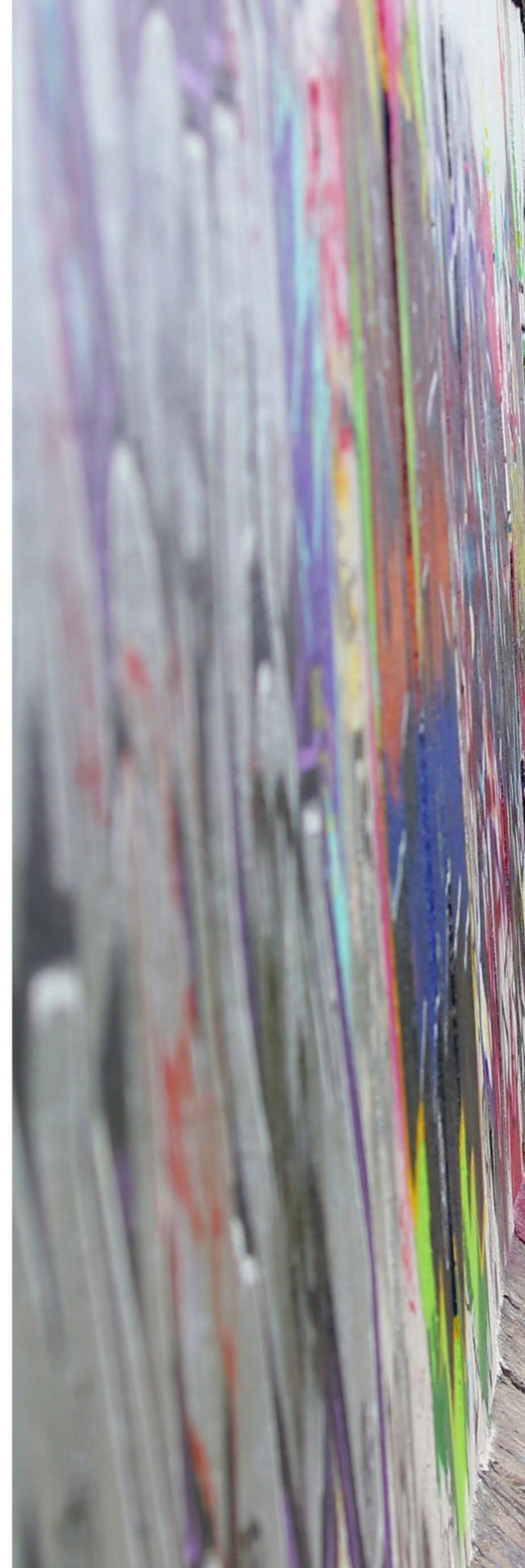




Foto: Keystone/DPA/Wolfgang Kumm

Blick auf das längste Teilstück der Berliner Mauer im August dieses Jahres.

von Erinnerungen an ein System geprägt ist, das sie als Normalität empfanden. Und das abgelöst wurde von einer Zeit, in der Menschen das Sagen bekamen, die noch kurz zuvor in einem anderen Land – der alten Bundesrepublik – gelebt hatten. «Fast alle haben negative Erinnerungen an die 1990er-Jahre», sagt Ivanova. Weil sie von Arbeitslosigkeit, Kurzarbeit oder vorzeitigem Ruhestand betroffen waren, häufig aber auch, weil sie die Freiheit und Demokratie, die 1989 vor allem auf den Strassen von Ostberlin und Leipzig erkämpft wurden, mit einem Gefühl der Fremdbestimmung verknüpften.

«Natürlich finden sie die Vereinigung nicht per se schlecht», erzählt Ivanova. «Dennoch berichten viele, dass fortan

Menschen aus dem Westen ihr Leben bestimmten – weil sie ihnen erklärten, welche Ausbildung etwas wert ist und welche nicht. Oder weil sie versuchten, schnelle Profite zu machen mit Versicherungen, die niemand brauchte, oder mit Autos, die in den alten Ländern niemand mehr fahren wollte.»

Bürger zweiter Klasse

Auch die Treuhandanstalt, die zwischen 1990 und 1994 mehr als 20 000 ostdeutsche Unternehmen privatisierte, an die Alteigentümer zurückgab oder stilllegte, prägte die Erinnerungen. «Mein Eindruck ist, dass deren Arbeit als ebenso korrupt wie kolonialisierend empfunden wurde», so Ivanova. All das habe zu

dem Gefühl geführt, Bürger zweiter Klasse zu sein. Und heute, bald 30 Jahre später? Die Gleichstellung zwischen denen, die in Sachsen, und jenen, die in Niedersachsen arbeiten, ist immer noch Thema. Öffentlichkeitswirksam deutlich wurde das im Mai 2019, als Vertrauensleute der IG Metall dem VW-Vorstand einen Schuldschein übergaben, darauf notiert: 16 Millionen Arbeitsstunden, die VW-Beschäftigte in Zwickau durch die tarifvertraglich festgeschriebene höhere Wochenarbeitszeit seit 1990 mehr arbeiten mussten als ihre Kollegen in den westlichen Bundesländern.

Und so sei, berichtet Ivanova, das Verhältnis zu Volkswagen durchaus ambivalent: «Einerseits wissen die Leute, dass die Lage ohne VW weit schlechter wäre. Andererseits erleben sie die Ungleichbehandlung als Zurücksetzung.» Immer wieder höre sie zudem, dass die Führungsetagen nach wie vor westdeutsch besetzt seien – «nicht selten mit Mitarbeitern, die nur für ein paar Jahre zwecks Karriereförderung nach Zwickau kommen».

Erfolg der Rechtspopulisten

Im Verlauf ihrer Forschung wird Ivanova sich fragen, inwieweit all das mitverantwortlich ist für das Erstarken von Nationalismus und ethnischer Abgrenzung und wie sehr es dem Erfolg einer rechtspopulistischen Partei den Boden bereitet hat: «Meine These ist, dass in Ostdeutschland eine gewisse ökonomische Enteignung auf sehr besondere kulturelle und historische Bedingungen trifft: auf kollektive Erinnerungen an den Sozialismus, negative Erfahrungen nach der Wende und ein bis heute herrschendes Gefühl, vom Westen dominiert zu werden.»

Die Hoffnung, in den Gesprächen Erklärungen für das Erstarken der AfD zu finden, verbindet die beiden Promovierenden. Elisabeth Köditz zog es zu einer Kundgebung der AfD in Erfurt, kurz nachdem diese 2014 mit rund jeder zehnten thüringischen Stimme in den Landtag eingezogen war – nicht als Demonstrierende, sondern als Fragende. «Ich spürte, dass in meiner Umgebung etwas gärt. Ich wollte verstehen, was das ist», erzählt sie. «Wie konnte ich das besser herausbekommen, als im Gespräch mit den Menschen?» ■

Pelze, die man tragen darf

Stadtfüchse sind heute weitverbreitet. Sie werden oft bestaunt, doch für ihre Felle gab es bisher keine Verwendung. Zwei Frauen in Zürich haben das jetzt geändert.

Vergangenen Juli schlich ein Stadtfuchs im Universitätsspital Zürich in ein Patientenzimmer und biss in die Hand einer Frau. Die Wildtierbiologin Sandra Gloor erklärte diesen Zwischenfall mit der verspielten Natur der Füchse. Sie hat über Stadtfüchse, die heute zum urbanen Raum gehören, dissertiert. Wie viele Rotfüchse in der Schweiz leben ist jedoch unbekannt. Aus der eidgenössischen Jagdstatistik geht aber hervor, dass in den vergangenen Jahren um 25 000 Füchse pro Jahr geschossen wurden. Weit mehr 10 000 Füchse kommen jährlich im Strassen- und Schienenverkehr ums Leben. Für ihre Felle, die am Tier allgemein Bewunderung auslösen, gibt es jedoch keine Verwendung. Der allergrösste Teil der Felle wird mit den Tieren verbrannt, weil die Nachfrage und somit auch der Preis für Fuchsfelle zusammengebrochen ist.

Kadri Vunder Fontana, eine promovierte Chemikerin, und Conny Thiel-Egenter, promovierte Biologin und Jägerin, sehen darin eine enorme Verschwendung. Gleiches gilt auch für die Hirschhäute aus der Jagd, die weitgehend im Abfall landen. Deshalb gründe-

ten die zwei Frauen mit Partnern in Zürich Unternehmen, um aus diesen Ressourcen mit ökologischer Umsicht nachhaltige Produkte zu produzieren. Die Schuhe, Taschen und Accessoires werden unter der Marke Cervo Volante in der Boutique am Zürcher Neumarkt und im Webshop vertrieben. Der Name Cervo Volante bezieht sich auf den Hirschkäfer, dessen Larven für ihre Entwicklung drei bis fünf Jahre benötigen. Diese Zeit nehmen sich auch die Frauen und ihr Team für die Entwicklung nachhaltiger Produkte.

Nach langen Vorarbeiten liegt nun ein Wintermantel mit herausnehmbarem Fuchsfell für Damen und für Herren vor. «Besser ein Naturpelz aus der Schweiz, als Kunstpelz aus der Petrochemie oder ein Marderhund aus chinesischer Qualität», sagt Kadri Vunder. Für die Gerbung werden ausschliesslich pflanzliche Extrakte unter Verzicht auf Aluminium und giftige Aldehyde verwendet. «Ein ökologisch hergestellter Naturpelz, der sonst verbrannt würde, ist die bessere Wahl für Kälteschutz als andere Materialien wie Kunstpelz aus Erdöl, Daunen ungewissen Herkunft und erdölbasierte



Fotos: zVg

Kunstfaserisolationen.», so Vunder Fontana. «Der Fuchspelz ist als Futter aber ziemlich dick. Es ist eine design-technische Herausforderung, eine Jacke zu entwerfen, die den Träger und die Trägerin trotzdem elegant und nicht dick eingepackt aussehen lässt. Und ein Fell von einem wildlebenden Fuchs ist nicht so gleichmässig wie das Fell von Tieren, die in Gefangenschaft gezüchtet wurden.»

Der Mantel besteht aus Schafschurwolle einer österreichischen Lodenmanufaktur, während das Futter aus Lyocell gefertigt ist. Lyocell, auch Tencel genannt, ist das nachhaltigste Zellstoffgewebe auf dem heutigen Markt. Es wird aus Buchenholz gewonnen und in einem geschlossenen Kreislaufsystem veredelt, in dem 99 Prozent des verwendeten ungiftigen Lösungsmittels recycelt werden. Bei der Produktion der Faser gibt es nahezu keine Abfallprodukte. Mit 3200 Franken ist der Wintermantel mit Fuchsfell nicht gerade günstig, aber um einiges nachhaltiger als ein Fast-Fashion-Mantel.

Anton Ladner



Kadri Vunder Fontana (Dritte von rechts) und Conny Thiel-Egenter (rechts) mit ihrem Team.



Illustration: Keystone/AP/Jefferson County Sherriff

Muss man ...

... einfach anzeigen?

Es muss furchtbar gewesen sein: Eine Mutter hat im Tagebuch ihres 17-jährigen Sohnes gelesen, dass der Jugendliche am 21. Jahrestag des Columbine-Massakers einen Anschlag auf die College Place High School in Washington plant. Am 20. April 1999 kam es in einem Vorort von Denver im US-Bundesstaat Colorado an der Columbine High School zu einem Amoklauf. Zwei Schüler der Abschlussklasse erschossen zwölf Mitschüler im Alter von 14 bis 18 Jahren, einen Lehrer und sich selbst. Weitere 24 Menschen wurden zum Teil schwer verletzt. Laut Tagebuch plante der Junge für den 20. April 2020 an seiner Schule ein Massaker – zur Erinnerung. Als die Mutter diese Tagebucheinträge ihres Sohnes gelesen hatte, rief sie die Polizei an, die den Jugendlichen daraufhin festnahm. Er habe alles detailliert aufgeschrieben, auch Schusswaffen und Sprengstoffe erwähnt, berichteten später US-Medien. Das Tagebuch habe auch Ausführungen enthalten, wie der 17-Jährige seine Mutter und ihren Freund töten wollte. Wie

die Medien weiter berichteten, fand die Polizei im Zimmer des 17-Jährigen keine Waffen, aber Bücher über das Columbine-Massaker und Bücher über den Bau von Sprengkörpern und Waffen.

Hier stellen sich mehrere Fragen: Darf eine Mutter im Tagebuch ihres Sohnes lesen? Darf sie das, was dort steht, für bare Münze nehmen? Tagebücher sind Ventile, Verarbeitungsstätte, Müllhalden und auch Traumwelten. Was im Tagebuch steht, kann, muss aber nicht wahr sein. Vor dem Anruf bei der Polizei hätte deshalb die Mutter ihrem Sohn gestehen müssen, dass sie in seinem Tagebuch gelesen habe und sehr beunruhigt sei. Sie hätte ihn mit seinen Einträgen konfrontieren müssen, nachfragen müssen, ob er tatsächlich einen Anschlag plane und auch sie umbringen wolle. Ein Kind verdient bei einem Vertrauensbruch, was die Lektüre im Tagebuch darstellt, dieses Vertrauen. Die Anzeige bei der Polizei ohne Anhörung ist ein weiterer Vertrauensbruch. Sollte sich erweisen, dass es sich nur um Fantasien eines Pubertierenden in der Krise

Wissen, was richtig ist, wird mit Ethik und Philosophie einfacher. Denn oft hilft es schon, über die Folgen von Handlungen nachzudenken. Obschon es kein Rezept für richtiges Handeln gibt, gehen wir hier alternierend den zwei Fragen nach: Darf man ...? Muss man ...?

handelte, um einen «schriftlichen Abbau» von Aggressionen gegen sich und seine Umwelt, wie geht es dann mit der Mutter-Sohn-Beziehung weiter? Die Öffentlichkeit lobte die Mutter für ihre «mutige Tat». Sie habe das einzig Richtige getan, schrieben die Medien. Aber in den USA gilt ja auch das Recht, Waffen zu tragen, für eine grosse Mehrheit als das einzig Richtige. In den USA sind geschätzte 300 Millionen Waffen im Umlauf, beinahe eine pro Einwohner. Und kein anderes Land erlebt so viele Schusswaffenmassaker.

Anton Ladner



Foto: yacobchuk, iStock

Thema in dieser Ausgabe

Anregungen zur kognitiven Selbstfürsorge. Nächstenliebe setzt Selbstliebe voraus. Der achtsame Umgang mit der Umwelt beginnt mit Achtsamkeit für das eigene Innenleben. Und Fürsorge für andere beinhaltet Fürsorge für sich.



Das Ringen um die Ich-Beziehung

Man muss sich Selbstfürsorge gedanklich vornehmen, im wahrsten Sinne des Wortes. Denn mit Selbstfürsorge übernimmt man Verantwortung für sich und seinen Alltag. Dem entzieht man sich allerdings oft gern.

von Anton Ladner

Kann man am Morgen aufstehen und sagen: Heute gilt Selbstfürsorge. Ja, man muss es sogar. Die echte Selbstfürsorge setzt nämlich Bewusstsein und auch etwas Mut zur Wahrheit voraus. Das sind gedankliche Herausforderungen. Denn bei der Selbstfürsorge geht es um einen fürsorglichen Teil und um einen bedürftigen Teil. Es braucht in dieser Sorge um sich eine Seite, die sich dem eigenen Ich wohlwollend zuwendet und schaut, wo Anspannung, Angst oder Enttäuschung herrschen. Bei der kognitiven Selbstfürsorge geht es nicht darum, sich etwas zu gönnen, um für zwei, drei Stunden zu einem guten Gefühl zu kommen. Es geht darum, sich wohlwollend um eine Krise im eigenen System zu kümmern. Und hier beginnt die Schwierigkeit: Wie kann man sich um etwas kümmern, das man als Ursache nicht wahrnehmen will?

Bei einer echten Selbstfürsorge muss es um den bedürftigen Teil gehen, der Wahrnehmung und fürsorgliche Zuneigung benötigt. Da ist ehrliche Selbstprüfung gefordert, was unangenehm und oft auch schmerzlich ist. Wenn diese gedankliche Arbeit geleistet ist, folgt die zweite Schwierigkeit. Selbstfürsorge funktioniert nur, wenn der fürsorgliche Teil mit viel Wohlwollen der eigenen Bedürftigkeit begegnet. Hand aufs Herz: Wie viel Wohlwollen haben Sie für sich, wenn es bei Ihnen schief läuft? Gesellschaftlich ist ein liebevoller Blick auf sich selbst verpönt. Die Nächstenliebe ist

das grosse Gebot, ohne zu betonen, dass Nächstenliebe – auch im christlichen Sinne – Selbstliebe voraussetzt. Oder in den Worten des Dalai Lama: «Damit jemand imstande ist, wahrhaft Mitgefühl gegenüber anderen zu entwickeln, benötigt er oder sie zunächst eine Grundlage, auf der Mitgefühl kultiviert werden kann. Diese Grundlage ist die Fähigkeit, mit seinen eigenen Gefühlen verbunden zu sein und für sein eigenes Wohlergehen zu sorgen.» Für den Dalai Lama steht ausser Frage: Fürsorge für andere setzt Fürsorge für sich selbst voraus.

Selbstfürsorge basiert darauf, dass verschiedene Persönlichkeitsanteile miteinander in Beziehung treten. Das geschieht nicht automatisch. Im Gegenteil: Bei Schwierigkeiten wird diese Beziehung oft auf Eis gelegt, vor allem der fürsorgliche Anteil. Die Hilfe wird dann von aussen erwartet. Meist vergeblich.

*In der nächsten Ausgabe:
Körperliche Selbstfürsorge
Emotionale Selbstfürsorge
Kognitive Selbstfürsorge
Soziale Selbstfürsorge
Spirituelle Selbstfürsorge*

Was für mich zählt:

«Die künstlichen Grenzen zwischen «uns» und «den anderen» niederreißen»



Foto: zVg

Shelley Kästner arbeitete 20 Jahre lang als Theater- und Filmschauspielerin, studierte anschliessend Psychologie und ist heute als Neuropsychologin an der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich tätig.

Obwohl immer wieder versucht wird, «die Juden» von «den anderen» abzugrenzen, gibt es keine einheitliche Definition, wer oder was denn ganz genau jüdisch ist. Antisemitismus gründet auf dem Klischee des vermeintlich generalisierbaren «typisch Jüdischen».

Mithilfe der sogenannten Nürnberger Gesetze versuchten die Nationalsozialisten, «die Juden» als homogene Gruppe zu definieren, um diese dann mit einer vordergründig gesetzlich abgesicherten Legitimation ausgrenzen, vertreiben, enteignen, ausrauben, quälen und in letzter perverser Konsequenz industriell ermorden zu können.

Eingeteilt wurde in «Volljuden» (ab drei jüdischen Grosseltern), «Halbjuden» (bei zwei jüdischen Grosseltern) bis hin zu «Vierteljuden» (bei einem jüdischen Grosselternanteil). Die solchermaßen als Juden Definierten wurden von den sogenannten «Deutschblütigen» abgegrenzt. Während Juden und Halbjuden ins KZ deportiert wurden, blieb ihren «vierteljüdischen» Verwandten dieses Schicksal erspart. Die Nationalsozialisten waren aber bei Weitem nicht die Einzigen, welche eine willkürliche und perfide Grenze zwischen Nichtjuden und Juden zogen, um diese hinterher stigmatisieren und verfolgen zu können. Durch die Jahrhunderte des vergangenen Jahrtausends hindurch gab es in Europa immer wieder verheerende Judenpogrome.

Einen Teil meines Lebens habe ich dem Kampf gegen den Antisemitismus und den Rassismus verschrieben. Was für mich zählt, ist, die künstlichen Grenzen zwischen «uns» und «den anderen» niederzureißen, um fadenscheinigen Be-

gründungen für jedwede Ausgrenzung den Boden zu entziehen. Dies war auch meine Motivation, das Buch «Jewish Roulette: Vom jüdischen Erzbischof bis zum atheistischen Orthodoxen» zu schreiben. Mithilfe von 21 literarisch verarbeiteten Interviews ging es mir vor allem darum, Vorurteile abzubauen und aufzuzeigen, dass es sich bei «den Juden» nicht um eine homogene Gruppierung handelt. Hätten Sie gedacht, dass beispielsweise Marilyn Monroe, Elizabeth Taylor, Heinrich Heine, Ludwig Wittgenstein und David Beckham dem Judentum zugerechnet werden können?

Übergeordnet werden in meinem Buch anhand der Kurzbiografien gesellschaftsrelevante Fragen abgehandelt. Wie entsteht ein Kulturwandel? Wie bildet sich Zugehörigkeit heraus? Was lösen vorgefasste Vorstellungen aus? Wie bildet sich Identität? Es geht um freiwillige oder unfreiwillige Zugehörigkeit, um Aus-, Ab- und Eingrenzung und deren Folgen. Sicher ist auf jeden Fall, dass es weltweit sehr viel mehr Menschen gibt, die einen jüdischen Hintergrund haben, vielfach wahrscheinlich sogar, ohne sich dessen bewusst zu sein. Nach dem Krieg wurde die religiöse, kulturelle und/oder verwandtschaftlichen Zugehörigkeit zum Judentum in vielen Familien totgeschwiegen, aus Angst vor Vernichtung. So wirkt selbst nach dem Fall des «Dritten Reiches» in der Gesellschaft immer noch das Gift des Antisemitismus nach, und das gilt es zu bekämpfen. ■

In dieser Rubrik wirft jede Woche eine prominente Persönlichkeit einen achtsamen Blick auf die Schweiz und beschreibt aus ihrer Sicht, was zählt.



Foto: Keystone/EPA/Srdjan Suki

WHAT IS AVAXHOME?

AVAXHOME-

the biggest Internet portal,
providing you various content:
brand new books, trending movies,
fresh magazines, hot games,
recent software, latest music releases.

Unlimited satisfaction one low price

Cheap constant access to piping hot media

Protect your downloadings from Big brother

Safer, than torrent-trackers

18 years of seamless operation and our users' satisfaction

All languages

Brand new content

One site



AVXLIVE **ICU**

AvaxHome - Your End Place

We have everything for all of your needs. Just open <https://avxlive.icu>

Wahl

TEIL 1

Im Oktober stehen die eidgenössischen Wahlen an. Wer die Wahl hat, hat auch die Auswahl. Die Auswahl wird immer grösser – das dokumentiert die Zahl der Kandidatinnen und Kandidaten für die Sitze im Nationalrat. Von den 4652 Kandidierenden sind 1875 Frauen. Eine grössere Auswahl macht die richtige Wahl aber nicht einfacher – besonders nicht bei der Partnerwahl, der mit neuen Onlinekontakten neue Welten eröffnet wurden. Warum eine grössere Auswahl nicht automatisch zu besseren Entscheiden führt, liegt in der Psychologie begründet. Menschen entscheiden nämlich weitgehend nach Bauchgefühl. Deshalb fällt es auch schwer, falsche Entscheide zu korrigieren. Das sind die vier Themen unserer Monatsserie Wahl: Eidgenössische Wahlen, Partnerwahl, Kriterien der Wahl, Konsequenzen der falschen Wahl.



Wahlverhalten in der Schweiz – immer besser?

1971 lag die Beteiligung bei den eidgenössischen Parlamentswahlen noch bei 56,9 Prozent. Dann nahm die Wahlbeteiligung Jahr für Jahr ab. 1995 gingen noch 42,2 Prozent der Berechtigten wählen. Seither entwickelt sich die Wahlbeteiligung positiv und erreichte 2011 und 2015 mit 48,5 Prozent ein neues Hoch. Einiges weist darauf hin, dass bei den kommenden Wahlen mehr als die Hälfte wählen wird.

von Anton Ladner

Wer in diesen Tagen auf der Strasse Unterschriften für eine Initiative sammelt, erlebt sehr unterschiedliche Welten und Haltungen – von Furcht, Desinteresse über Gleichgültigkeit bis hin zur engagierten Unterstützung. Besonders diskussionsfreudig und engagiert zeigen sich Menschen im AHV-Alter und Junge. Daraus resultiert die politische und apolitische Schweiz: Die Stimm- und Wahlberechtigten, die am Urnengang teilnehmen, und jene, die fernbleiben.

Blickt man auf die vergangenen 20 Jahre zurück, war bei den Aktiven das Hauptmotiv für die Beteiligung «die Mitbestimmung». An zweiter Stelle stand das Motiv «Tradition und Pflicht» für die Teilnahme an den eidgenössischen Wahlen. Die-

ser Beweggrund nahm aber über die Jahre von 24 auf 19 Prozent ab, was darauf hinweist, dass vor allem ältere Wahlberechtigte von dieser Motivation geleitet sind. Blickt man auf die sozialen Merkmale der Wählenden, ergibt sich ein klares Bild: Bürgerinnen und Bürger mit Matura, Fachhochschul- oder Universitätsabschluss beteiligen sich immer stärker an den Wahlen. 1995 waren es 53 Prozent, 2007 stieg die Beteiligung auf 61 Prozent. Der Umkehrschluss daraus lautet: Von den Menschen mit einem Einkommen von über 9000 Franken pro Monat gehen fast doppelt so viele wählen wie von jenen, die unter 3000 Franken verdienen. Das stützt die These, dass Menschen, die sich abgehängt fühlen, sich auch politisch abwenden. ▶

«Ältere Wahlberechtigte sind oft von der Motivation **Tradition und Pflicht** geleitet»



«Seit 1995 entwickelt sich die Beteiligung bei eidgenössischen Wahlen wieder positiv»

Zurück auf die Strasse zur Unterschriftensammlung für eine Initiative: Da zeigen sich Seniorinnen, Senioren und junge Erwachsene besonders disponibel. Das spiegelt sich in ihrem Wahlverhalten. Bei den 18- bis 24-Jährigen hat die Wahlbeteiligung in den vergangenen 20 Jahren stets zugenommen. Lag sie 1995 noch bei 21 Prozent, hat sie sich seither fast verdoppelt. Bei den anstehenden Wahlen im Oktober wird sie wohl aufgrund der Klimadiskussion und der klimabewegten Jugend nochmals stark zunehmen. Derweil ist bei den älteren Bürgerinnen und Bürgern die Wahlbeteiligung mit plus/minus 60 Prozent seit Jahren überdurchschnittlich hoch.

Wenn alle wählen würden

Die interessanteste Frage lautet somit: Wie würde das eidgenössische Parlament aussehen, wenn alle Berechtigten zur Urne gingen? Der Politologe Andreas Ladner kam aufgrund der Ergebnisse der Wahl 2007 zum Schluss, dass nur die SVP, und zwar zulasten der FDP, von den Nicht-

wählerinnen und Nichtwählern profitiert hat. Bei den Parteien SP, CVP, Grüne hätte sich derweil mit den Stimmen der Nichtwähler nichts verändert.

Seit 1995 entwickelt sich die Beteiligung bei eidgenössischen Wahlen wieder positiv. Sie stieg von einem Schweizer Durchschnitt von damals 42,4 auf 48,5 Prozent. Hängt das mit den wachsenden Budgets für nationale Wahlen zusammen? Für die Wahlen 2019 mit dem neuen Rekord von 4652 Kandidierenden für die 240 Sitze im National- und Ständerat steigen auch die Budgets für Werbematerial. Die Gesamtausgaben für den Wahlkampf 2019 werden bei über 50 Millionen Franken liegen. 2003 betrug sie noch knapp 30 Millionen Franken. Es handelt sich dabei um eine Schätzung, weil die persönlichen Ausgaben der Kandidierenden nicht ermittelbar sind. Ohne Plakate an Hauswänden und Strassenrändern geht es nicht, lautet das Credo über alle Parteien hinweg. Ob die Präsenz bei dieser neuen Dichte aber noch zieht, bleibt eine reine Glaubensfrage.

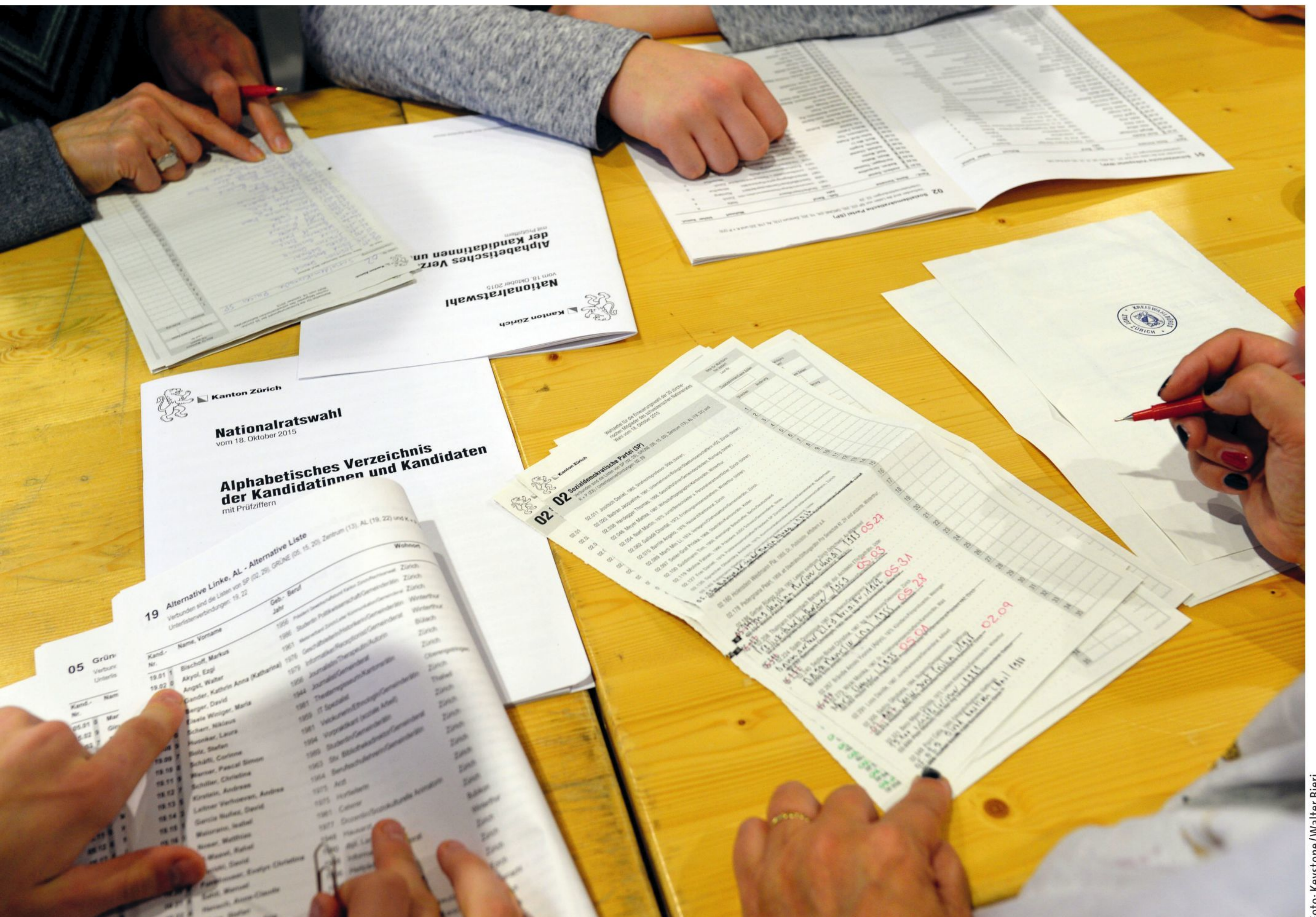


Foto: Keystone/Walter Bieri

Wie wählt die Fünfte Schweiz?



Foto: Keystone/Peter Kläumzer

Alain Berset erhielt 2018 als Bundespräsident von Auslandschweizerkindern eine Zeichnung. Vielleicht wird diese Begegnung lebensprägend für eine spätere Wahlbeteiligung.

Seit dem 1. Juli 1992 können Auslandschweizerinnen und Auslandschweizer wählen. Gemäss Wahlbarometer wird deren Wahlverhalten ökologischer ausfallen. Aber dennoch bleibt es bedeutungslos.

Die Auslandschweizerinnen und Auslandschweizer sind bei ihrem Wahlentscheid von der internationalen Klimadebatte geprägt. Die Umfrage, wem sie bei den bevorstehenden eidgenössischen Wahlen ihre Stimme geben, zeigt, dass die Grünen bei den Auslandschweizerinnen und -schweizern das beste Resultat erzielen werden. 23 Prozent von ihnen, die am letzten SRG-Wahlbarometer des Instituts Sotomo teilgenommen haben, wählen die grüne Partei. 18 Prozent geben ihre Stimme den Freisinnigen (FDP), 16 Prozent der Schweizerischen Volkspartei (SVP), ebenso 16 Prozent der Sozialdemokratischen Partei (SP), 11 Prozent den Grünliberalen (GLP) und 8 Prozent den Christdemokraten (CVP).

Dieses Ergebnis zeigt, dass die Wahlabsichten der Fünften Schweiz ökologischer geworden sind. Die Position der Fünften Schweiz ist derzeit deutlich grüner als jene der Stimmberechtigten im Inland: «Generell ist klar, dass die im Ausland

lebenden Wählerinnen und Wähler deutlich weniger nationalkonservativ denken als die in der Schweiz lebenden», stellt Sotomo fest. «Sie sind traditionell linksgerichteter und umweltfreundlicher. Aber es handelt sich eher um eine grünliberale als um eine grünsoziale Position.»

Einfluss der Klimadebatte

Der Politologe Claude Longchamps kommentiert das Umfrageergebnis auf Swissinfo: «Der Hauptgrund für die neue Tendenz ist offensichtlich: Die Klimadebatte wird seit Anfang 2019 global geführt. In Europa, ja überall auf der Welt, gibt es Schülerstreiks. Sie wollen die Öffentlichkeit aufrütteln und längst bekannte wissenschaftliche Erkenntnisse zum Klimawandel popularisieren.» Claude Longchamp relativiert aber die politische Wirkung der Stimmen der Auslandschweizer: «2015 beteiligte sich genau ein Viertel der als Wahlberechtigte registrierten Auslandschweizerinnen und Auslandschweizer bei den Nationalratswahlen.

Bezogen auf die knapp 800 000 Schweizerinnen und Schweizer, die im Ausland leben, gaben gar weniger als fünf Prozent ihre Stimme ab.» ▶

«Laut Umfrage werden die Grünen bei den Auslandschweizerinnen und -schweizern das beste Resultat erzielen»



Das Künstlerkollektiv «Die Regierung» ist eine heilpädagogische Grossfamilie mit eigenem Gastrobetrieb. In Ebnat-Kappel wird vorgelebt, dass nur regieren kann, wer sich selbst regiert. Dazu gehört auch die Teilnahme an Wahlen.

Jede Stimme zählt

Geistige Behinderung darf kein Hindernis mehr für die Ausübung politischer Rechte sein. So lautet das Credo von Insieme Schweiz. Mit Blick auf den 20. Oktober hat die Dachorganisation der Elternvereine für Menschen mit einer geistigen Behinderung eine Broschüre mit Wahlinformationen in leichter Sprache herausgegeben.

von Samuel Jaberg

Emmanuelle Seingre:

«Man muss den Behinderten nur Zeit geben und die notwendigen Werkzeuge zur Verfügung stellen»

Menschen mit einer geistigen Behinderung haben die gleichen Rechte wie jeder andere Bürger. Sofern sie nicht einer Beistandschaft unterstellt sind, gehört dazu auch das Stimm- und Wahlrecht. Die Schweiz hat 2014 die Uno-Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderungen ratifiziert und sich damit verpflichtet, für Menschen mit Behinderung die Teilnahme am politischen und öffentlichen Leben sicherzustellen.

In der Praxis präsentiert sich die Situation allerdings nicht so idyllisch. Die Schweiz betont gerne, bei der Bürgerbeteiligung und dem Schutz von Minderheiten an vorderster Front zu stehen. Doch stossen Menschen mit Behinderungen nach wie vor auf viele Hindernisse, die es ihnen verunmöglichen, ihre politischen Rechte voll auszuüben.

Obwohl die meisten Menschen mit einer geistigen Behinderung wählen dürften, werden viele aufgrund der Komplexität des demokratischen Prozesses entmutigt. «Viele Menschen mit einer

geistigen Behinderung sind an der Politik interessiert und möchten sich mehr an Wahlen und Umfragen beteiligen. Aber es ist für sie sehr schwierig, die offiziellen Informationen in den per Post verschickten Stimmmaterialien zu verstehen», sagt Susanne Schanda, Sprecherin von Insieme. Dies gelte insbesondere für die Parlamentswahlen. Zu verstehen, was kumulieren und panaschieren bedeute, sei oft eine echte Herausforderung für diese Bevölkerungsgruppe. Um dieser die Entscheidungsfindung zu erleichtern, hat Insieme zusammen mit der Plattform Easyvote eine Broschüre herausgegeben, die in leichter Sprache erklärt, wie Wählen geht.

«Menschen mit einer geistigen Behinderung sind natürlich unsere Zielgruppe. Aber diese Broschüre kann auch für andere nützlich sein, die manchmal Schwierigkeiten haben, die komplizierte Behördensprache zu verstehen. Ich denke zum Beispiel an junge Menschen, die zum ersten Mal wählen», sagt Schanda.

Besteht bei Behinderten die Gefahr, dass sie beim Ausfüllen des Wahlzettels instrumentalisiert werden? «Sie sind genauso fähig wie alle anderen auch, eine überlegte Entscheidung zu treffen und somit zu wählen. Man muss ihnen nur Zeit geben und die notwendigen Werkzeuge zur Verfügung stellen», sagt Emmanuelle Seingre, die Vizepräsidentin von Insieme.

Auszug aus einem auf Swissinfo erschienen Text.

In der nächsten Ausgabe:
Partnerwahl im Internet – die Probleme.

*Traumhafter Blick über
das Tannzapfenland von
der Ottenegg.*



Foto: John Micelli

Höhenrausch im Hinterthurgau

Die Schnauze voll vom Dichtestress? Redaktor John Micelli und Hund Hugo haben sich im Tannzapfenland umgesehen, wo der Kanton Thurgau einen Keil zwischen Zürich und St. Gallen treibt. Gefunden haben sie sanfte Hügel, freundliche Menschen und viel Ruhe.

Der Höhepunkt der Wanderung ist eine Enttäuschung: Zwar schweift der Blick des erschöpften Wanderers auf dem Grat – oder «Groot», wie ihn die Einheimischen nennen – über üppige Wiesen und verträumte Weiler, in der Ferne grüssen Säntis und die Churfürsten. Die Hoffnung aber,

dass uns vom höchsten Punkt des Kantons auf 996 Metern über Meer der Thurgau zu Füßen liegt, erfüllt sich nicht: Die liebevolle Landschaft unter uns ist das sankt-gallische Toggenburg – der Hinterthurgau gibt sich als anspruchsvolle Diva, die sich hinter dem dichten Wald auf der Westseite des steilen Grats versteckt und ihre Schönheit nur denjenigen offenbart, die bereit sind, sich etwas Zeit für sie zu nehmen.

Der Blick auf sanfte Hügel, vereinzelte Gehöfte und verschlafene Weiler öffnet sich erst nach einer guten halben Stunde steilen Abstiegs, der indes zur Einsicht verhilft, wie das Tannzapfenland zu seinem Namen kam: Dicht stehen die schwer behangenen Fichten, bevor der Wald der offenen Landschaft Platz macht, wo saftige Wiesen und lichte Hochstamm-Obstgärten vorherrschen. Wir durchqueren die «Höll» auf dem Weg zur Ottenegg und entscheiden uns, vor dem Besuch der St. Iddakapelle im Staatswald

am Hang unter der Marienstatue auf der Kuppe hoch über dem Kloster Fischingen eine Pause einzulegen und die Aussicht zu geniessen.

Häusliche Gewalt im Mittelalter

Idda von Toggenburg war nach der Legende eine Tochter des Grafen von Oberkirchberg bei Ulm und mit dem Grafen Heinrich von Toggenburg verheiratet. Froben Christoph von Zimmern beschreibt in der «Zimmerischen Chronik» um 1560 wie der Gräfin von einem Raben der Ehering gestohlen wurde, was zu rasender Eifersucht Heinrichs führte: «Darumb in grossem Zorn eilet er ins Frawenzimmer und ohne ainich weiter Bedenken oder Barmherzigkeit do ergreift er sein Gemahl, würfft die zum höchsten des Schloss zum Laden hinaus, da schon die from Grefin von Höche des Falls erstickt oder zerschmetteret und das kain Glidt oder Pain bei dem anderen biben were.» Die gottesfürchtige



Ruhe und Besinnung findet man im sanft renovierten Kloster Fischingen.

Idda aber soll den Sturz überlebt und sich für mehrere Jahre im Wald versteckt haben. Als sie von Bediensteten Heinrichs aufgespürt wurde und sich der Graf bei ihr entschuldigen wollte aber entschied sie, auf dem Ottenberg zu bleiben: «Ir hapt mich umb Unschuld von euch geworfen, darumb will ich auch bei euch und der vergiften Welt, daraus ich geworfen worden, lenger nit bleiben, sonder hab mir ain andern Gemahl usserwelt, der mir Seel, Leben und Ehr hat errett.»

Das Benediktinerkloster Fischingen war 1138 vom Konstanzer Bischof Ulrich II. gegründet worden und soll zur Hochblüte um 1210 – kurze Zeit nach dem Tod Iddas, die neben der Klosterkirche begraben liegt – rund 150 Mönche und 120 Nonnen beherbergt haben. 1496 wurde ein spätgotisches Grabmal über der Grabstätte Iddas errichtet, welches heute das älteste Monument in Kirche und Kloster darstellt. Der Konvent erlebte eine wechselvolle Geschichte: 1526 erlosch das Klosterleben, als Abt Heinrich Stoll und seine vier verbliebenen Mitmönche den reformierten Glau-

ben annahmen. 1540 erwirkten die katholischen Orte der Tagsatzung die Wiedererrichtung. Im 18. Jahrhundert wurden das Kloster und die Kirche unter Abt Nikolaus Degen im Rokoko-Stil erweitert, bevor 1848 sämtliche Thurgauer Klöster vom Grossen Rat aufgehoben wurden. Erst 1977 – nach Abschaffung des Ausnahmeartikels in der Bundesverfassung, der die Errichtung neuer und die Wiederherstellung aufgehobener Klöster verbot – kehrten die Benediktiner nach Fischingen zurück. Heute beherbergt die historische Anlage neben fünf betagten Benediktinermönchen ein Seminarhotel, eine Schreinerei, eine Förderschule und die einzige Klosterbrauerei der Schweiz.

Schnell im Kontakt

Das Dorf Fischingen stand vergangenes Jahr im Finale der von den Zeitschriften Schweizer Illustrierte, L'illustré und Il Caffè gemeinsam jährlich veranstalteten Suche nach dem schönsten Schweizer Dorf. Wir erreichen es nach einer weiteren halben Stunde, wandern durch Wälder und Himbeerplantagen

und beziehen im beeindruckend grossen Klosterkomplex, der auf einer kleinen Anhöhe über dem 600-Seelen-Dorf thront, unser sanft und stilvoll renoviertes Hotelzimmer. Znacht gibt es im «Sternen», das letzte verbliebene Speiserestaurant in Fischingen, das einst die Gemeinde mit der grössten Restaurantdichte im Thurgau war.

2017 hat Daniel Bumann, Restauranttester des Privatsenders 3+, die Landbeiz auf Vordermann gebracht. Hugo und mir ists wohl in der heimeligen Gaststube, wo Einheimische und Feriengäste ins Gespräch kommen. Während ich mir von der Wirtin einen Thurgauer Blauburgunder empfehlen lasse, versucht Hugo erfolglos, unbemerkt in die Küche zu gelangen, und Pilger erörtern am Nebentisch die Strapazen der bevorstehenden Etappen. Denn Fischingen liegt am sogenannten «Schwabenweg» von Konstanz nach Einsiedeln, jenem Teil des mittelalterlichen Jakobswegs, der die deutschsprachigen Länder an die französische Route anbindet. Auch beim Frühstück am kommenden Morgen im Klosterhotel wird am Tisch eifrig über

Wanderwetter und überflüssiges Gewicht im Pilgerrucksack diskutiert. Hugo und ich sind die Einzigen, die nicht übers Hörnli ins zürcherische Tösstal und von da weiter nach Rapperswil wollen, sondern uns die Etappe des Thurgauer Rundwanderwegs nach Bichelsee vorgenommen haben. Natürlich sind das nicht die einzigen Varianten, um die Umgebung zu erkunden. Trotzdem hat sich der Verein PRE Tannzapfenland in Zusammenarbeit mit dem Verkehrsverein Fischingen zum Ziel gesetzt, das bis anhin überschaubare touristische Angebot in der Region in den kommenden Jahren laufend zu erweitern.

Wellness und Ungeheuer

Nach dem Höhenrausch vom Vortag auf dem Groot freuen wir uns auf eine gemächliche Wanderung durch das leicht gewellte Alpenvorland. Bis zum nächsten Dorf – Dussnang, seit der grossen Fusion von 1972 zusammen mit Au, Oberwangen und Tannegg Teil der politischen Gemeinde Fischingen – gehts denn auch mehr oder weniger flach dem Talgrund entlang, bis wir an den Schärlibach kommen, an dem eine öffentliche Kneippanlage zum Verweilen

«Hugo und mir ists wohl in der heimeligen Gaststube, wo Einheimische und Feriengäste ins Gespräch kommen»

einlädt. Wir verzichten aber aufs Wellnessen, was wir kurz darauf bitter bereuen, denn nach der Kirche von Dussnang steigt der Weg steil an, bis wir die Ruine der Burg Tannegg erreichen. Die Burg Tannegg könnte einst die grösste Burganlage Europas gewesen sein, wie der pensionierte Reallehrer und Hobby-Archäologe Edgar Kopieczek in der Wiler Zeitung vermutet. Genaues weiss man nicht. Zwar sind 1997 Teile der Anlage freigelegt und restauriert worden, auf vertiefte archäologische Abklärungen wartet die einstige Machtdemonstration des Bischofs von Konstanz noch. 1240

errichtet und 1407 von den Appenzellern aufgrund deren Rivalität mit dem Grafen von Montfort (Vorarlberg) zerstört, erlangte die Burg und das am selben Ort vermutete Städtchen nie grosse Bedeutung. Auch Hugo und ich verlassen die Ruine bald wieder – nicht zuletzt, weil ein sagemuwobenes Ungeheuer im Kerker tief unter der Burg sein Unwesen treiben soll –, kämpfen uns weiter auf dem auf beiden Seiten steil abfallenden Tannegg-Grat und wissen bald nicht mehr, ob wir uns noch im Thurgau oder schon in Zürich befinden, weil die Kantonsgrenze hier eigentümliche Haken schlägt.

Fragen können wir niemanden, weil wir trotz Prachtwetter allein unterwegs sind. Und für die wunderbare Rundschau, die stolzen Hochstämme, den Geruch nach frisch gemähtem Gras und das beruhigende Gebimmel der Kuhglocken spielt die politische Zugehörigkeit keine Rolle. Nach der Überquerung des «Chabischopf» auf 875 Metern über Meer erreichen wir am verschlafenen Bichelsee erste Vorposten der Zivilisation – eine Haltestelle des Postautos, das uns viel zu schnell wieder zurück in die Stadt bringt. ■



Foto: John Micelli

*Gipfelstürmer:
Stolzer Hund Hugo
auf dem «Groot»,
dem höchsten
Punkt im Kanton
Thurgau.*

Was Sie wissen müssen

Das Tannzapfenland im Hinterthurgau ist durch den öffentlichen Verkehr bestens erschlossen: Aus dem Turbenthal, ab Sirnach und Wil fahren Busse nach Balterswil-Bichelsee, Dussnang und Fischingen. Der Verkehrsverein Fischingen erteilt auf www.fischingen-tourismus.ch Auskunft über Veranstaltungen in den Dörfern wie den traditionellen Herbstmarkt am 19. Oktober. Informationen über das Seminarhotel finden Sie auf www.klosterfischingen.ch, ihr Meditationsangebot beschreiben die Mönche auf www.benediktiner-fischingen.ch. Nützlich sind auch die Adressen www.tannzapfen-land.ch und www.thurgau-bodensee.ch.

Medikamente für über eine Milliarde Franken pro Jahr im Müll

Die Aargauer CVP-Nationalrätin Ruth Humbel wird nach ihrer Wiederwahl die Gesundheitskommission präsidieren. Für sie steht fest: Der andauernde Anstieg der Krankenkassenprämien muss mit einer Kostenbremse in der Verfassung gestoppt werden.

von Anton Ladner

Ruth Humbel, Sie sind im Nationalrat weit über die CVP hinaus als Gesundheitspolitikerin respektiert. Was motiviert Sie dazu?

Da ich beruflich praktisch immer im Gesundheitswesen tätig war, kenne ich die Zusammenhänge sehr gut. Wir haben ein gutes Gesundheitswesen und das Personal in der Gesundheitsversorgung leistet grossartige Arbeit. Aber durch das ungebremste Kostenwachstum werden die Prämien für mittelständige Personen, insbesondere Familien, zu einem immer grösseren Problem.

Die Gesundheitspolitik hat viele frustrierende Seiten. Lösungen gegen die Kostenexplosion erscheinen zunehmend als Quadratur des Kreises.

Im Gesundheitswesen haben es Reformen schwer, und es ist frustrierend, wenn eine Reform nach jahrelanger Arbeit scheitert. Ein Beispiel ist die Reform des Bundesgesetzes über die Krankenversicherung (KVG) zur integrierten Versorgung «Managed Care». Die Vorlage wurde überparteilich von Vertretern von SVP, FDP, CVP, SP und Grünen erarbeitet und fand in den Räten grosse Zustimmung. In einer eigenwilligen Allianz bekämpften die Chirurgen (FMCH) und die Gewerkschaft VPOD die Vorlage mit einer Angstkampagne vehement, sodass sie an der Urne deutlich scheiterte. Die anstehende Reform einer einheitlichen Finanzierung von stationären und ambulanten Leistungen wird von links und von den Kantonen heftig bekämpft, obwohl die Nachteile des jetzigen Finanzierungssystems unbestritten sind.

Die CVP sammelt derzeit Unterschriften für eine Initiative, die einen Prämienanstieg mit der Lohnentwicklung koppelt. Die CVP geht von einem Sparpotenzial von 20 Prozent pro Jahr aus. Wo können konkret sechs Milliarden Franken eingespart werden?

Gemäss der Studie der Akademien der Wissenschaften «Effizienz, Nutzung und Finanzierung des Gesundheitswesens» liegen die Kosten für Ineffizienzen, also mangelnde Koordination, Mehrfachuntersuchungen, unnötige Eingriffe und Anspruchshaltung der Versicherten, bei etwa sechs Milliarden Franken. Es geht darum, dieses Sparpotenzial auszuschöpfen: zum Nutzen der Patientinnen und Patienten sowie der Prämienzahler.

Gegner der Initiative fürchten bei dieser Koppelung einen Leistungsabbau. Stimmt die Gleichung «weniger Geld gleich weniger Leistung» im Gesundheitswesen nicht?

Das ist pure Angstmacherei. Es geht nicht um Leistungsabbau, sondern um Effizienz und Effektivität. In diesem Sinne heisst weniger Leistungen nicht weniger Qualität. Weniger ist oft besser für die Gesundheit der Patientinnen und Patienten sowie für die Kosten.

Seit Jahren sind die hohen Medikamentenpreise in der Schweiz ein Thema. Der Preisüberwacher hat klare Vorschläge, aber keinen Rückhalt im Parlament. Wann wird sich das ändern?

Die Medikamentenpreise werden regelmässig überprüft. So haben die Preissenkungen in den



vergangenen beiden Jahren zu Einsparungen von über 300 Millionen Franken geführt. Meines Erachtens muss ein neues Preismodell für die neuen, sehr teuren Medikamente gefunden werden. Die Krankenversicherer sollten nur bezahlen, wenn der versprochene Therapieerfolg eintritt. Ansonsten muss das finanzielle Risiko bei der Pharmaindustrie liegen.

Pro Jahr werden in der Schweiz Medikamente für eine Milliarde Franken weggeworfen. Wo liegen die Gründe für diese Verschwendung? Verschreiben die Ärzte einfach zu oft und zu viel?

Gemäss Sonderabfallstatistik des Bundesamtes für Umwelt (Bafu) landen in der Schweiz jährlich 4000 Tonnen Medikamente im Müll. Das ist eine extrem teure Vergeudung. Die Gründe liegen sicher in einer grosszügigen Verschreibung durch Ärzte sowie einer fehlenden Koordination zwischen Hausärzten und andern Spezialärzten. Ein elektronisches Patientendossier, das alle Diagnosen, Therapien und Medikamente erfasst, könnte Abhilfe schaffen.

Die Kostenexplosion hängt auch mit der schon angesprochenen Anspruchshaltung zusammen. Hat die Nachfrage so weit geführt oder das ständig wachsende Angebot?

Wir beklagen einen Ärztemangel und Mangel an Pflegepersonal. Tatsächlich gehören wir aber zu den Ländern mit der höchsten Dichte an Gesundheitspersonal. Im Angebotsmarkt schafft das Angebot die Nachfrage, und der einfache Zugang zu Gesundheitsleistungen wird rege genutzt. Dank der guten Gesundheitsversorgung haben wir das Glück, bei guter Gesundheit älter zu werden. In der Folge gibt es aber auch mehr pflegebedürftige hochbetagte Menschen. Des Weiteren bringt uns der medizintechnische Fortschritt bessere Diagnose- und Therapiemöglichkeiten, was sich auch kostentreibend auswirkt.

Wer vorsichtig Auto fährt und keine Unfälle verursacht, erhält bei der Versicherung einen erheblichen Bonus. Wer gut und erfolgreich auf seine Gesundheit achtet, wird nicht belohnt. Ist das ein systemischer Fehler?

Prävention im Unfallbereich ist viel einfacher als bei Krankheit. Aber trotzdem ist es ein Systemfehler, wenn gesundheitsbewusstes Verhalten nicht honoriert wird. Persönlich bin ich der Überzeugung, dass sich gesundheitsbewusstes Verhalten lohnen soll. Gemäss Daniel Scheideg-



Foto: Larissa Hauger

Die Aargauer CVP-Nationalrätin Ruth Humbel im Interview.

ger, Präsident der Schweizerischen Akademie der Medizinischen Wissenschaften, wirken folgende Faktoren auf die Gesundheit: 50 Prozent Ernährung, Bildung, Wirtschaft, 20 Prozent Umwelt, 20 Prozent Genetik, 10 Prozent medizinische Versorgung. Aus diesen Zahlen ist klar ersichtlich, dass der Aspekt des Lebensstils der wichtigste Faktor für die Gesundheit ist und Anreize für gesundheitsbewusstes Verhalten nötig sind.

Aber die Eigenverantwortung ist im Gesundheitswesen irgendwie zu wenig bewertet. Wie könnte man das ändern?

Die Solidarität in der Krankenversicherung ist mir sehr wichtig. Unser Gesundheitswesen garantiert allen Menschen einen Zugang zu qualitativ guten Behandlungen. In der ordentlichen Versicherung haben alle die gleichen Prämien, und die Kostenbeteiligung ist auf 1000 Franken begrenzt (Franchise 300 Franken, Kostenbeteiligung 10 Prozent der Kosten bis maximal 700 Franken), selbst wenn eine Therapie mehrere 100 000 Franken kostet. Als Präsidentin der IG Seltene Krankheiten setze ich mich auch für eine Besserstellung betroffener Menschen im KVG ein. Ich stehe klar für eine Stärkung der Eigenverantwortung. Wenn Krankenversicherer auf freiwilliger Basis Versicherungsmodelle für messbares, gesundheitsbewusstes Verhalten anbieten können, stärkt das auch die Solidarität zu den Menschen, die an gesundheitlichen Beeinträchtigungen leiden. Und wenn gesundheitsbewusstes Verhalten zu weniger Gesundheitskosten und damit zu weniger Prämien-erhöhungen führt, profitieren alle davon. ■



Eine Alternative in Venezuelas Krise

Seit Jahren befindet sich Venezuela in einer politischen und wirtschaftlichen Krise. Die Nachhaltigkeitsschule für Nomaden ist davon nur am Rande betroffen. Ihre Gründer sehen die Lage auch als Chance für ein Umdenken. Sie konzentrieren sich auf Nahrung, gute Beziehungen und innere Ruhe.

von Romano Di Grecia

Als am Dienstag in Caracas die Panzerwagen auffuhren, sass Mari mit geschlossenen Augen auf einer dünnen Kunststoffmatte und reckte ihre Arme gen Himmel. Zusammen mit einer Handvoll Gleichgesinnter hatte sie sich zum Yoga im Wald getroffen, nur wenige Meter von dort, wo sie wohnt. Mérida heisst der Ort und liegt weit weg vom Chaos in der Hauptstadt, genauer gesagt im Westen von Venezuela in einer Tallage des Andenhochlands. Seit einem Monat trifft sich die Gruppe zum Yoga. «Damit unterstützen wir uns gegenseitig und fördern sowohl Spiritualität als auch körperliche Gesundheit», heisst es auf der Facebook-Seite.

Wir haben über Wochen versucht, Kontakt zu Mari aufzubauen. Dann hat es endlich geklappt. Sie und ihr Partner William, die beiden Initiatoren der Escuela Nomada Sostenible (Nachhaltigkeitsschule für Nomaden) hatten Elektrizität und Internetverbindung, konnten also wieder einmal mit der Aussenwelt kommunizieren. Durch die Stromausfälle der vergangenen Wochen war das zwischenzeitlich nicht möglich gewesen. In der Gegend gebe es keine Festnetz-Kommunikation, erzählt Mari, deshalb hätten sie auch keinen Breitbandanschluss. Die Antenne, die sie mit der Aussenwelt verbinde, stehe auf einem Berg in der Nähe und sei ziemlich teuer.

September 2019: Bürger und Bürgerinnen transportieren 13 Millionen Unterschriften, die sie für eine Petition gegen das US-amerikanische Handelsembargo gesammelt haben.

Unser Gespräch fand über Whatsapp statt – derzeit die einzige mehr oder weniger stabile Form der Kommunikation mit Venezuela.

Eine Oase auf der Müllhalde

Der venezolanische Staat befindet sich am Abgrund, und das schon seit einiger Zeit. Lebensmittel sind knapp, genauso wie Medizin und Transportmittel. Es gibt zwar Arbeit, aber der Monatslohn reicht meistens nicht weiter, als den Bedarf eines einzigen Tages zu decken. Im vergangenen Jahr verzeichnete das Land eine Inflationsrate von über einer Million Prozent. Wer keine Freunde oder Verwandte im Ausland hat, die Dollar-Scheine nach Venezuela schicken, hofft auf das Lebensmittelpaket der Regierung, wühlt im Müll, hungert, flüchtet oder stirbt. Oder er beginnt, sich selbst zu versorgen und zu tauschen.

Für diesen Weg haben sich Mari und William entschieden, und zwar bereits 2010. Nach einem Jahrzehnt in Europa sind sie in ihre Heimat zurückgekehrt, zuerst nach Maracaibo, dann nach Mérida. Sie suchten nach einem Ort, wo sie sich niederlassen konnten, und stiessen auf eine Müllhalde im Wald. Über Jahre hatte sich hier Dreck, Schrott und Abfall angesammelt, und das junge Paar fand den Platz ideal. Ideal, weil sie im Wiederaufbau Erfahrung hatten. Sie begannen aufzuräumen und zu putzen, zu recyceln und wiederzuverwenden, sie schaufelten, säten, pflanzten, kompostierten und begannen schliesslich ihr eigenes Haus zu bauen – teilweise mit Abfall von der Müllhalde, mit Glasflaschen zum Beispiel.

Sie taten es wie viele junge Menschen in Lateinamerika, die die Städte nicht mehr ertragen, und suchten Ratschläge und Vorbilder in der Permakultur-Bewegung. Die Theorie kam aus dem Internet, die Praxis aus Workshops und dem geduldigen Pendeln zwischen Versuch und Irrtum. «Wir betreiben nun zwar diese Schule», sagen beide unisono, «aber wir sind weiterhin Schüler und werden es auch das ganze Leben lang sein.»

Der Schwerpunkt ihrer Schule ist die Lebensmittelproduktion. «Einerseits wegen den ständig steigenden Preise, andererseits weil Venezuela praktisch keine eigene Landwirtschaft hat», erklärt William. Tatsächlich importierte das nördlichste Land Südamerikas über



Foto: Romano Di Grecia

Mari und William mit Tochter Maia Isabel auf ihrem Anwesen in Venezuela.

Mari:

«Das Gute am Tauschhandel ist, dass wir die Bedürfnisse unserer Nachbarn kennenlernen»

Jahrzehnte hinweg Lebensmittel, insbesondere aus den USA. Das machte Venezuela abhängig, trotz unglaublich fruchtbarer Erde im eigenen Land. Die Wirtschaft hing am Erdöltropf. Produktion und Export machten fast die gesamte Wirtschaftsleistung des Landes aus.

«Insofern ist die heutige Situation auch eine Chance», sagt William, «nicht nur für Venezuela.» Schliesslich hätten sich viele Menschen auf der Welt daran gewöhnt, Industrienahrung zu konsumieren. «Und es ist kein Geheimnis, dass diese Nahrung eine der Ursachen für die Krankheiten unserer Zeit ist.» Deshalb halten sie sich an den Grundsatz, nur unverarbeitete Lebensmittel zu kaufen. Aus Kostengründen und wegen der Gesundheit. Statt also Zeit fürs Geldverdienen zu vergeuden, um dann übertriebene Importwaren zu kaufen, säen und ernten sie von ihrem Grundstück und machen Früchte und Gemüse ein.

«Alle helfen einander»

Zusätzlich sensibilisiert wurden Mari und William durch die Geburt ihrer Tochter Maia Isabel vor vier Jahren. Die Suche nach einem Leben in Einklang mit der Natur sei dadurch nochmals verstärkt worden, sagt Mari. Und während sich die Situation in Venezuela langsam zuspitzte – niedriger Erdölpreis, hohe Inflation, Verfolgung von Oppositionellen –, begann sich die Familie auch am Trueque, dem lokalen Tauschmarkt von Mérida, zu beteiligen. Der Tauschhandel war Teil des politischen Programms der Revolución Bolivariana, begründet von dem verstorbenen Präsidenten Hugo Chávez (1954–2013), und besteht in der Bergstadt seit über 15 Jahren.

«Das Gute am Tauschhandel ist, dass wir die Bedürfnisse unserer Nachbarn kennenlernen», sagt Mari. In Mérida geht es längst nicht nur um Lebensmittel, sondern auch um Kleider, Schuhe oder Accessoires, genauso wie um Wissen und Service. «Es kamen auch schon Veterinäre und haben uns zum Beispiel erklärt, wie Tiere sterilisiert oder gegen Parasiten geschützt werden können.» Auch Ärzte seien am Trueque zugegen. «Alle helfen einander, so wie es am besten geht.»

Das tun auch Mari und William. Auf ihrem Grundstück, das ihnen das zuständige Ministerium inzwischen kostenlos überlassen hat, haben sie vor zwei

Jahren das «Zentrum für nachhaltiges Leben» eröffnet, wo sie nebst Yoga-Kursen auch Workshops zu Recycling, Selberbauen, Agrarökologie, Alternativmedizin und Pädagogik anbieten. Tochter Maia wird zu Hause unterrichtet, was aufgrund der vielen parallel laufenden Projekte nicht immer einfach sei. «Home-schooling ist ziemlich zeitaufwendig», findet Mari. Und dennoch ist dies der einzige Weg im Moment. Sie wollen, dass ihre Tochter die Grundsätze des nachhaltigen Lebens und der Selbstorganisation kennenlernt.

Wie man wirklich frei wird

Es sind jene Prinzipien, die Mari und William in Europa entdeckt und schätzen gelernt haben. Zuerst in Amsterdam, danach in Berlin. Dort spielten sie Musik, oft auf der Strasse, sie besetzten Häuser oder brachliegende Flächen und sahen, dass Selbstorganisation nicht nur Teil der europäischen Kultur ist, sondern auch von der öffentlichen Hand unterstützt wird. Es war die Basis dessen, was heute ihr heute Leben ausmacht.

Reisen und Reisende waren beim Aufbau der Schule ein wichtiger Faktor. Es kamen Freiwillige aus Argentinien, Chile, Mexiko, aber auch aus Europa und sogar aus Ägypten – was ganz im Sinne von Mari und William ist. «Was wir hier und auf unseren Reisen gelernt haben, ergibt nur dann Sinn, wenn wir es an andere Menschen weitergeben und mit der Gemeinschaft teilen», sagt William. Der beste Weg, um wirklich frei zu sein, sei Nachhaltigkeit in Wissen und Technik. «So können wir unsere primären Bedürfnisse selber stillen und sind unabhängig bei der Produktion von Nahrungsmitteln, Energie und beim Wohnen.»

Nach einer Dekade am selben Ort zieht es die junge Familie nun weiter; daher auch der Name Nachhaltigkeitsschule für Nomaden. Mit einem Kleinbus wollen sie das Gelernte in die Gemeiden Venezuelas tragen und von dort weiter Richtung Süden, am liebsten bis nach Argentinien. Während in Caracas möglicherweise bald wieder Schüsse fallen

und ein erneuter Putschversuch gestartet wird, während Hunderttausende Venezuela verlassen und Millionen ausharren und darauf hoffen, dass es irgendwann besser wird, werden Mari und William auf ihrer Mission der Nachhaltigkeit weiterziehen – vermutlich unter dem Radar jener Kräfte hindurch, die die Eskalation suchen. ■



Foto: Romano Di Grecia

Mari mit ihrer Tochter beim Kochen. Sie und ihr Partner William kaufen bewusst keine verarbeiteten Lebensmittel. Das spart Geld, ist gesünder und auch ökologischer.

William:

«So können wir unsere primären Bedürfnisse selber stillen und sind unabhängig bei der Produktion von Nahrungsmitteln, Energie und beim Wohnen»

Links: Das Leben auf der Strasse in Caracas. Rechts: Die Flucht nach Brasilien. Viele Venezolaner und Venezolanerinnen wissen nicht mehr weiter. Die Inflation hat die Kaufkraft eines Monatslohns auf einen Tagesbedarf reduziert, deshalb gilt die Flucht als letzte Hoffnung.



Foto: Keystone/EPA EFE/Migel Guitierrez





Ein Mittagstisch für Strassenkinder in Caracas: Mütter und Sozialarbeiterinnen haben sich zusammengeschlossen, um die Kinder ernähren zu können.



Foto: Keystone/EPA EFE/Migel Guiterres



Foto: Keystone/EPA EFE/Joedson Alves

Dörfer im Himmel

*Der deutsche Architekt
Ole Scheeren hat in Asien
Hochhäuser zu vertikalen
Dörfern weiterentwickelt.
Er setzt dabei auch auf
grüne Lungen in oberen
Stockwerken. Mit seinen
Projekten hat er deswegen
zahlreiche Preise gewonnen.*

von Anton Ladner



28

Nr. 40/2019

Foto: Keystone/EPA/OMA



Foto: Wikipedia

«Ich glaube, es gibt Möglichkeiten, die Natur in den Wohnbereich zurückzubringen», sagt der Karlsruher Architekt Ole Scheeren. Seine Spuren hat er bisher vor allem in Asien mit spektakulären Hochhäusern hinterlassen, weil er aufgrund der dortigen Bauordnungen die entsprechenden gestalterischen Freiheiten findet. Ihm geht es dabei darum, das Lebensgefühl in oberen Stockwerken zu verbessern. Sein sogenannter Pixelturm in Bangkok, mit 314 Metern der höchste Wolkenkratzer Thailands, sorgte bei der Eröffnung 2016 mit ungewöhnlichen Terrassen, Balkonen und Glasern für internationale Schlagzeilen.

Scheeren spricht bei seinen Projekten von «vertikalen Dörfern», was die Interlace-Überbauung in Singapur auf beeindruckende Weise dokumentiert. Die Wohnanlage umfasst 1040 Wohnungen. Sie wirken aber durch Dachgärten, Wasserfälle, Swimmingpools und Spielplätze wie Dorfgemeinschaften. Interlace wurde 2015 zum Weltbau des Jahres gewählt. Scheerens Arbeiten sind eine Antwort auf die steigenden Bodenpreise und die wachsende Wohnungsnachfrage in den grossen Zentren. Der Bau in die Höhe wird zur einzigen Option. Das hochverdichtete Bauen erfordert aber

neue soziale und ökologische Lösungen. Der Mensch brauche Individualität und Gemeinschaft, Zivilisation und Natur, was die Architektur laut Scheeren heute einlösen müsse. Für die drei Hochhäuser Empire City in Ho-Chi-Minh-Stadt (Vietnam) hat er in der oberen Mitte einen Himmel-Wald eingeplant, eine grüne Lunge. Man müsse der oft öden Mitte eines Wolkenkratzers ein neues Gewicht geben, man könne sie «emotionaler, komplexer und extravaganter» gestalten.

Architektur in die Wiege gelegt

Als Sohn eines Architektur-Professors war ihm die Weiterentwicklung von Bauten in die Wiege gelegt. Er studierte in Karlsruhe, Lausanne und London Architektur und bereiste während des Studiums China. Stark geprägt wurde der heute 48-jährige Architekt von Rem Koolhaas, in dessen Rotterdamer Architekturbüro und China-Vertretung er insgesamt 15 Jahre arbeitete. Unter seiner Aufsicht entstand damals der Bau des Chinesischen Staatsfernsehens, der zu einem sehr oft fotografierten Wahrzeichen geworden ist. 2010 machte sich Scheeren selbstständig. Heute hat er Niederlassungen in Peking, Hongkong, Bangkok und Berlin. ■

Thailands höchstes Gebäude mit 314 Metern und einer 360-Grad-Sicht auf Bangkok.

Unten links: Das neue Gebäude des Chinesischen Fernsehens CCTV.

Unten Mitte: Die Interlace-Überbauung in Singapur.

Unten rechts: Studie für Empire City in Ho-Chi-Minh-Stadt (Vietnam).

Foto: Keystone/AP Photo/Sakchai Lalit





Foto: Keystone/Christian Beutler

Arbeitsbedingungen bei den SBB

Stimmt die Richtung noch?

Der hoch subventionierte Staatsbetrieb SBB gehört zu den besten Bahnbetrieben der Welt – und kämpft doch täglich mit Problemen. Unpünktlichkeit und Stellwerkstörungen gehören dabei noch zu den vergleichsweise harmlosen Pannen – der tragische Todesfall eines Zugbegleiters im August hingegen zu den dramatischen. Offen ist noch, ob dieser Unfall zu vermeiden gewesen wäre. So oder so ist das Vermächtnis von SBB-Chef Andreas Meyer, der per Ende 2020 zurücktreten will, bisher ein durchzogenes. Ein Gespräch mit Barbara Spalinger von der Gewerkschaft des Verkehrspersonals SEV über die Arbeitsbedingungen derjenigen SBB-Mitarbeiterinnen und -Mitarbeiter, die täglich dafür sorgen, dass das Kerngeschäft der SBB, nämlich der Personen- und Warentransport, reibungslos funktioniert.

von Christine Schnapp

Barbara Spalinger, Andreas Meyer hat seinen Rücktritt als SBB-Chef auf Ende 2020 bekannt gegeben. In welchem – jetzigen – Zustand hinterlässt er den Betrieb?

Ich würde mal sagen: gestresst und verunsichert. Die Stichworte dazu sind bekannt: Pünktlichkeit, Pannen, zu wenig Personal, insbesondere bei den Lokführerinnen und Lokführern sowie im Unterhalt. Dazu kommen ständige Reorganisationen unter hohem Spardruck. Und die Herausforderungen der Zukunft sind auch nicht ohne: Digitalisierung, Instandhaltung beim Rollmaterial und der Infrastruktur und enorme Rekrutierungsanstrengungen, da die anstehenden Pensionierungen der Babyboomer-Generation einen markanten Abfluss von Eisenbahn-Know-how bedeutet. Es geht hier um rund 10 000 Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer, die ersetzt werden müssen.

Kürzlich wollten die SBB die Schmutzzulage für das Reinigungspersonal streichen. Davon sind sie zum Glück wieder abgerückt. Ist damit punkto Arbeitsbedingungen wieder alles in Butter für die Betroffenen?

Eine Zulage von 1,45 Franken pro Stunde für jene zu streichen, die WCs putzen müssen, ist einfach nur peinlich. Bedenklich ist dabei vor allem, dass die Verantwortlichen dies als legitim ansahen. Das zeigt nicht nur die mangelnde Nähe zum eigenen Personal, sondern auch mangelnde Sensibilität. Erst als der SEV und dann auch die Öffentlichkeit heftig darauf reagierten, haben sie begriffen. Die Arbeitsbedingungen bei den SBB sind eigentlich gut, ihre Umsetzung in einer so grossen Unternehmung ist allerdings nicht immer einfach. Und der Druck für das Personal ist sehr hoch.

Den Lokführermangel gibt es nicht erst seit den vielen Sonderzügen dieses Jahres. Viele Fahrerinnen und Fahrer müssen Überstunden leisten, um Kollegen zu ersetzen. Wie wirkt sich das auf die Arbeitsbedingungen des Personals und damit auch auf die Sicherheit im Schienenverkehr aus?

Die Sicherheit ist insbesondere auch durch die klaren Regelungen über Arbeits- und Ruhezeit nicht gefährdet. Aber natürlich ist das Lokpersonal gestresst durch die ständigen Umdisponierungen und kurzfristigen Einsätze, die sich nicht gerade gut auf ihr Privatleben auswirken. Kommt dazu, dass die elektronische Einsatzplanung von einem neuen System abgelöst wurde, das auch nach zwei Jahren noch viele Macken hat, alles andere als optimal ist und viel Ärger verursacht.



Foto: Keystone/Peter Klauzner

Barbara Spalinger ist Vizepräsidentin der Gewerkschaft des Verkehrspersonals SEV.

Hätten die SBB diesen Mangel, der hauptsächlich auf absehbaren Pensionierungen beruht, nicht besser voraussehen können?

Davon sind wir überzeugt – zumal die anstehenden Pensionierungen nur ein Teil des Problems sind, der andere ist der Leistungsausbau und der damit verbundene Unterhalt, der nicht nur mit neuen digitalen Mitteln zu leisten ist, sondern mit gut ausgebildetem und qualifiziertem Personal in genügender Zahl.

Werden die Lokführerinnen und Lokführer für Überstunden und Ferienverzicht angemessen honoriert?

Die SBB müssen im Moment Lokführerinnen und Lokführer mit Prämien dazu ermuntern, in der Freizeit zu kommen. Die Zeitguthaben sind garantiert, werden allerdings zur wachsenden «Bugwelle», da nicht abzusehen ist, wann die Leute ihre Freizeit beziehen können.

Auch Mitarbeiter von SBB Cargo und der Instandhaltungswerkstätten beklagen eine zunehmende Arbeitsbelastung bei gleichzeitig nur langsam steigendem Lohn. Können Sie bestätigen, dass auch in diesen Abteilungen Handlungsbedarf besteht?

Auf alle Fälle. Cargo wird seit über zehn Jahren praktisch pausenlos reorganisiert und auch beim Unterhalt sind Reorganisationen die Regel. Wenn keine Zeit mehr da ist, dass sich die Neuerungen einspielen, ist das extrem belastend. Man sollte das Tempo herausnehmen und auch hinschauen, was die einzelne Reorganisation

bringt, und zwar nicht nur auf der Ebene Jahresrechnung. Das Motto «Gring ache u seckle» hat sich hier als nur beschränkt tauglich erwiesen!

In den vergangenen Jahren wurden die Verwaltung und der IT-Bereich bei den SBB massiv ausgebaut. Wird dafür im Gegenzug beim «Bodenpersonal» gespart?

Viele Beschäftigte haben diesen Eindruck. Die unzähligen Reorganisationen und Sparübungen haben jedenfalls dazu geführt, dass betriebliche Probleme weniger beachtet worden sind. Natürlich braucht es qualifizierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter – sowohl in der Verwaltung als auch bei der IT – bei letzterer umso mehr, als dass hochkomplexe Systeme administriert werden müssen, was sehr anspruchsvoll ist. Züge fahren aber real und nicht virtuell, und wenn sie ausfallen oder Störungen haben, sind alle Bahnkundinnen und -kunden betroffen.

Ist der tragische Unfall eines Zugbegleiters im August die Folge davon?

Die Untersuchungen laufen noch. Was wir in diesem Zusammenhang wissen, ist, dass viele Mitarbeitende sehr frustriert sind, weil ihre Hinweise auf technische Probleme und ihre Anregungen zu Verbesserungen so oft versanden und nicht wahrgenommen werden. Das muss sich dringend ändern. Denn das betriebliche Know-how befindet sich bei der Basis und nicht auf Managementebene!

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der SBB bei der Gedenkfeier für den im August tödlich verunfallten Arbeitskollegen.

Der Gesamtarbeitsvertrag (GAV) 2019 der SBB und der SBB Cargo AG ist unter Dach und Fach – kommt er allen Beschäftigten zugute?

Das will ich doch sehr hoffen mit den 95 Prozent aller Beschäftigten, die den beiden GAV SBB und SBB Cargo unterstellt sind.

Was würden Sie bei den SBB ändern, wenn Sie Nachfolgerin von Andreas Meyer würden?

Ohne mich als Nachfolgerin von Andreas Meyer qualifizieren zu wollen: Was wir als notwendig ansehen, ist eine Rückbesinnung auf das Kerngeschäft. In den vergangenen Jahren ist vor allem im Bereich Digitalisierung eine Art Goldgräberstimmung aufgekommen, die dazu verleitet hat, überall die Ersten sein zu wollen. Das kann zum Risiko für eine ÖV-Unternehmung werden, deren Leistungen alltagstauglich sein müssen. Ergeben sich dort Probleme, und das ist heute der Fall, so muss der Grossteil der Energien zuallererst auf deren Lösung gerichtet werden. Dies bedeutet auch, die vielen laufenden Reorganisationen auf ihre Wirksamkeit für den Betrieb und nicht nur auf Spareffekte zu überprüfen. Das ist machbar, da die SBB nach wie vor über ein wertvolles Kapital verfügen: Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die ihre Arbeit kennen und mit Herzblut leisten. Denn was die Bevölkerung von den SBB will, sind gute, sichere und zuverlässige ÖV-Leistungen zu angemessenen Preisen. Kurz: guten Service Public. ■





Aufgefallen

Den Sommer nutze ich jeweils, um meine Bekannten und Verwandten in der Schweiz zu besuchen, die ich nicht oft zu Gesicht bekomme, seit ich in Spanien wohne. Wenn ich mich bei ihnen aufhalte, sehe ich natürlich auch, wie sie leben – und da ist mir etwas aufgefallen: Die Schweizer sind umweltbewusster als die Spanier. Woran mag das liegen? In diesem Zusammenhang verweisen viele Hersteller häufig auf die Verantwortung der Konsumentinnen und Konsumenten, – im Sinne von: Wir stellen das her, was die Konsumenten auch bereit sind zu kaufen. Im Umkehrschluss hiesse das, dass die Spanier kein Interesse hätten, umweltfreundlicher einzukaufen. Und das, finde ich, ist eine freche Unterstellung.

In Alicante ist es nämlich so, dass viele Läden gar keine ökologische Option anbieten. Mir bleibt nichts anderes übrig, als das zu kaufen, was da ist. Darüber hinaus werde ich als Konsumentin im Ungewissen gelassen, wie die Waren hergestellt wurden. Wüsste ich mehr darüber, würde ich auf den Kauf vieler Produkte wohl verzichten. In der Schweiz haben sich hingegen bereits Reformhäuser und Bio-Produkte etabliert, bei denen man zumindest ansatzweise erfährt, wie die Produkte hergestellt wurden. In Alicante gibt es leider nur wenige solche Produkte und Geschäfte. Ich bin davon überzeugt, dass auch die Spanier ökologischer einkaufen würden, gäbe es mehr Bio-Produkte oder Reformhäuser. Mein Fazit: Auch die Hersteller stehen in der Verantwortung, etwas für die Umwelt zu tun.

Florencia Figueroa



Foto: Alexandra Neumann

Blickpunkt

Ich kann mich nicht erinnern, dass in den vergangenen 30 Jahren, die ich politisch miterlebt habe und deshalb persönlich überblicken kann, eine soziale Bewegung ein Thema derart schnell präsent gemacht hat, wie die Klimabewegung die Klimakatastrophe – nachdem Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler schon seit Jahrzehnten auf die Klimaveränderungen aufmerksam gemacht haben. Selbst der Frauenbewegung, die weltweit grösser ist, länger aktiv und von Anfang an Mitstreiterinnen quer durch alle Generationen hat, ist es nicht gelungen, innert kurzer Zeit so viele politische Entscheidungen zu ihren Gunsten zu drehen. Wie lange mussten doch Frauen auf die Mutterschaftsversicherung warten, auf die Gleichstellung im Ehegesetz – und auf flächendeckend gleichen Lohn für gleiche Arbeit warten wir immer noch. Der Klimabewegung gebührt grosser Dank für ihr Engagement. Für jede Demonstration, jeden Streik, aber auch für all die kleinen Aktionen, wie etwa der abgebildete Kartonelefant. Bleibt zu hoffen, dass das Tempo in der Klimapolitik hoch bleibt, damit sich bei diesem Thema schneller etwas ändert als in der Gleichstellungspolitik.

Christine Schnapp

«Manchmal kommen dem Stier Flausen in den Kopf»

Die meisten Milchviehbetriebe in der Schweiz lassen ihre Kühe künstlich besamen. Gemäss der Genossenschaft Swisgenetics, grösster Schweizer Produzent von Sperma für künstliche Besamung, wurden im Jahr 2018 etwa 85 Prozent der Kühe künstlich besamt. Einige setzen jedoch auf Natursprung wie die Brüder Brülisauer in Herisau.

von Michael Götz

Josef und Andreas Brülisauer halten einen eigenen Stier. «Der Stier ist jederzeit parat», sagt Josef Brülisauer. Das sei ein wichtiger Grund für die Haltung des Stiers. Wird eine Kuh am Abend noch brünstig, können sie die Kuh noch am selben Tag decken lassen. Der Besamungstechniker käme erst am anderen Tag. «Wir sind es gewohnt, die Kuh zum Stier zu führen», sagen die zwei Landwirte. Ob die Kühe deswegen besser aufnehmen als bei der künstlichen Besamung lassen sie dahingestellt. Wichtiger als eine hohe Erfolgsrate ist ihnen, dass sie bei der Auswahl ihres Zuchtstieres den Stier vor Augen haben. Sie wollen seinen Gang, sein Gehabe und auch seinen Charakter sehen. «Der Stier muss eine Freude für das Auge sein», erklären die Landwirte.

Zur Auswahl gehen sie zu Züchtern, deren Herde ihnen gefällt, und kaufen den Stier noch als Kalb. Es müssen nicht nur Original Braunvieh-Stiere sein, sondern können auch Brown-Swiss-Stiere sein, wenn diese zum Zuchtziel passen. Die beiden Brüder legen bei der Auswahl grossen Wert darauf, das Stierkalb und dessen Familie vor Augen zu haben und vom Züchter über die Eigenschaften der Mutter und auch der Grossmütter zu erfahren. Beim Kauf beruht vieles auf Vertrauen zwischen den Züchtern.

Der Gesamteindruck zählt

Der Abstammungsausweis ist den Landwirten eher zweitrangig. Ihre Braunvieh-Herde ist nicht dem Herdebuch angeschlossen. Mit dem Satz «Das Gesamtbild muss stimmen», erklären



die Züchter ihre Anschauung über Tierzucht, die sie von ihrem Vater übernommen haben. Diese diente ihnen in den vergangenen 20 Jahren als Leitfaden. Sie sind sich bewusst, dass sie ein relativ grosses Risiko eingehen, indem sie alles auf einen Stier setzen.

Deswegen wählen sie jedes Jahr einen neuen Stier aus. In der Regel halten sie einen ein-, zwei- und dreijährigen Stier. Finanziell gesehen müsste der Natursprung nicht unbedingt günstiger sein als die künstliche Besamung, sagen Brülisauers auf die Frage, ob sich der Natursprung lohne. Schliesslich müssen sie



Der zweijährige Stier Coran inmitten seiner Kühe.



Sepp Brülisauer mit einem Stier in Herisau.

auch die Stallplätze für die Stiere, das Futter und den Mehraufwand an Arbeit rechnen. Im Sommer ist der Stier mit den Kühen auf der Weide, aber immer nur einer pro Gruppe. Er findet die brünstigen Kühe selbst und stimuliert sie durch sein Verhalten. Ausserdem bringt er Ruhe in die Herde. Er bleibt bei der brünstigen Kuh und hält andere Kühe vom Bespringen ab. Die gemeinsame Weidehaltung verlangt allerdings von den Landwirten ein aufmerksames Auge. «Manchmal kommen dem Stier Flausen in den Kopf. Er will Chef sein», sagt Josef Brülisauer.

Trächtige Kühe machen ihn wild

Meist passiert es dann, wenn alle Kühe trächtig sind und es dem Stier langweilig wird. Er scheuert mit den Hörnern an den Bäumen, bohrt die Hörner in den Boden oder wirft halb volle Wasserbehälter um. Fängt der Stier dann auch noch an, am Zaun entlangzulaufen, wenn eine fremde Person sich nähert, wird es Zeit, sich vom Stier zu trennen. Zu gross wird die Gefahr für den Menschen. Im Winter führen die Landwirte den Stier in den Auslauf. «Wir führen den Stier immer zu zweit», sagt Josef Brülisauer. «Damit wollen sie verhindern, dass es zu Unfällen kommt. Man darf keine Angst haben, aber man muss Respekt haben», sagt Andreas Brülisauer. «Stiere spüren, wenn jemand Angst vor ihnen hat», ergänzt er. Er führt den Stier am Strick, der hinter den Hörnern hindurch über die Stirn zum Nasenring verläuft. Dabei sollten immer ein oder zwei Finger durch den Ring gehen, be-

tont der Stierhalter. Der Stier kennt seinen Halter und anerkennt ihn als Meister. Gefährlich kann es werden, wenn eine fremde Person den Stier führt, vor der er keinen Respekt hat.

Den Stier gleich wie die Kühe zu behandeln, lautet ein Grundsatz von Brülisauers. Der Stier soll nicht allein im Stall bleiben, wenn die Kühe in den Auslauf oder auf die Weide dürfen. Er soll denselben Tagesrhythmus haben wie die Kühe, denn er ist Teil der Herde. Der Stier wird zwar mit dem Alter insgesamt ruhiger, aber er wird auch unberechenbarer. «Heute kann er so, morgen ganz anders sein», sagen die beiden Stierhalter. Man dürfe ihn nie für etwas bestrafen, sondern nur zurechtweisen. Der Stier handle schliesslich nur nach seiner Natur. Er muss allerdings lernen, was erlaubt ist und was nicht. Das ist etwas, das er in der Natur im Umgang mit Artgenossen auch lernen muss. Während Strafen Aggressionen hervorrufen, macht Lob den Stier zugänglich und vertraut. «Mit Lob erreicht man viel», sind die Landwirte überzeugt. Ordnet sich der Stier nicht mehr unter, dann sind seine Tage bei Brülisauers gezählt. Sie wissen um die Gefahr, die von der geballten Kraft ausgeht, und dass sie beim Versuch, den Stier zu bändigen, schnell einmal den Kürzeren ziehen. ■

Frauen reagieren anders auf Stress und Wettbewerb

Wettbewerb spornt zu besseren Leistungen an. Sind Frauen jedoch zusätzlich erhöhtem Stress ausgesetzt, haben Wettbewerbssituationen auf sie den gegenteiligen Effekt: Ihre Leistung nimmt ab. Folglich vermeiden gestresste Frauen verstärkt den Wettbewerb. von **Christa Manta**

Die wichtigsten Karriereereignisse – etwa Vorstellungsgespräche, Aufnahmeprüfungen oder Gehaltsverhandlungen – ereignen sich häufig unter Stress und in Wettbewerbssituationen. Zu verstehen, wie sich Stress auf das Wettbewerbsverhalten von Menschen auswirkt, ist daher von entscheidender Bedeutung, um Geschlechterunterschiede auf dem Arbeitsmarkt zu analysieren oder optimale Einstellungspraktiken und Anreizsysteme für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu gestalten.

Die Ökonomen Jana Cahlikova vom Max-Planck-Institut für Steuerrecht und Öffentliche Finanzen, Lubomir Cingl von der Wirtschaftsuniversität Prag und Ian Lively vom King's College London haben Laborexperimente mit 190 Studentinnen und Studenten (95 Männer und 95 Frauen) in der Tschechischen Republik durchgeführt, um zu untersuchen, wie Frauen und Männer auf Stress und Wettbewerb reagieren. Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer musste zunächst über ihre oder seine Stärken und Schwächen sprechen und anschliessend eine ziemlich anspruchsvolle kognitive Aufgabe lösen. Das Ganze passierte unter den Augen einer Kommission, die darauf trainiert war, keine Emotionen zu zeigen, um den Stress weiter zu erhöhen. Zudem wurde die Situation von einer Kamera aufgezeichnet. Die zweite Hälfte der Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die Kontrollgruppe,

musste einen kurzen Artikel laut vorlesen und eine triviale kognitive Aufgabe lösen. Im Anschluss mass das Forscherteam Herzfrequenz und Cortisolspiegel der Teilnehmer und stellte fest, dass sowohl Männer als auch Frauen, die dem Stressverfahren ausgesetzt worden waren, hohe Stresswerte aufwiesen.

Wettbewerb spornt Männer an

Nun mussten die Probandinnen und Probanden einfache Additionsaufgaben lösen – binnen zwei Minuten so viele wie möglich. Sie wurden unterschiedlich dafür entlohnt: In den sogenannten Stücklohnrouden erhielten sie einen Lohn pro korrekt gelöster Aufgabe. In den sogenannten Wettbewerbsrouden mussten sie paarweise gegeneinander antreten. Hatten sie mehr Aufgaben gelöst als die Gegenspielerin oder der Gegenspieler, erhielten sie einen doppelt so hohen Lohn wie in den Stücklohnrouden. Schnitten sie schlechter ab, gingen sie leer aus.

Die Ergebnisse der Untersuchung zeigen, dass Männer und Frauen auf die Kombination aus Stress und Konkurrenzdruck unterschiedlich reagieren. Wettbewerb spornt Männer grundsätzlich an: Unabhängig davon, ob sie unter erhöhtem Stress standen oder in der Kontrollgruppe waren, schnitten die männlichen Probanden in den Wettbewerbsrouden besser ab als in den Stücklohnrouden.

Die Probandinnen reagierten, abhängig von ihrem Stress-Level, signifikant unterschiedlich auf die Wettbewerbssituation: Frauen aus der Kontrollgruppe schnitten in den Wettbewerbsrouden deutlich besser ab als in den Stücklohnrouden. Stark gestresste Probandinnen hingegen zeigten mit Wettbewerb eine schwächere Leistung als ohne. Interessanterweise erzielten sowohl stark als auch wenig gestresste Probandinnen die gleiche Leistung, solange sie nicht im Wettbewerb standen. Erst die Kombination von starkem Stress und Wettbewerb wirkt sich also negativ auf die Leistung





von Frauen aus: Stress an sich mindert die Leistungsfähigkeit nicht, und Wettbewerb an sich spornt wenig gestresste Frauen an.

Frauen schrecken zurück

In den nun folgenden Runden durften die Probandinnen und Probanden selbst wählen, ob sie mit einem Stücklohn oder mit einem Wettbewerbslohn vergütet werden. Dabei stellte sich heraus, dass im Durchschnitt sowohl männliche als auch weibliche Probanden der Stressgruppe trotz Aussicht auf höhere Entlohnung den Wettbewerb stärker mieden als Probandinnen und Probanden aus der Kontrollgruppe.

Bei Frauen lässt sich dieses Verhalten mit der vorhergehenden Erfahrung der schlechteren Leistung im Wettbewerb erklären. Frauen, die ohnehin eher vor Wettbewerbssituationen zurückschrecken als Männer, sind unter starkem Stress noch weniger bereit, zu konkurrieren. Bei Männern konnte das Forscherteam zwar keine negativen Auswirkungen von Stress auf die Leistung feststellen, auch nicht in Wettbewerbssituationen. Dennoch vermeiden Männer wie auch Frauen den Wettbewerb eher, wenn sie unter psychosozialen Stress stehen.

«Unsere Ergebnisse können dazu beitragen, geschlechtsspezifische Unterschiede auf dem Arbeitsmarkt zu erklären», sagt Jana Cahlikova. «So entfalten zum Beispiel Frauen in Einstellungsver-

fahren, die gleichzeitig Stress und Wettbewerbssituationen beinhalten, nicht ihr volles Potenzial. Vor allem, wenn in Vorstellungsgespräch oder Assessment Center ein höheres Ausmass an Stress und Wettbewerb erzeugt wird, als die eigentliche Arbeit oder Position später erfordern, ermittelt ein solcher Auswahlprozess nicht die geeignetste Kandidatin oder den geeignetsten Kandidaten.»

Darüber hinaus legen die Ergebnisse von Cahlikova, Cingl und Levely nahe, dass es kontraproduktiv sein kann, wenn Unternehmen Anreize für ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter schaffen, miteinander zu konkurrieren, und zusätzlichen sozialen Druck aufbauen. Einstellungs- und Managementpraktiken, die die Forschungsergebnisse der Ökonomen berücksichtigen, zahlen sich aus und tragen gleichzeitig dazu bei, geschlechtsspezifische Unterschiede auf dem Arbeitsmarkt zu nivellieren. ■

Zeit zu wechseln?

Eine gute Arztwahl ist kein leichtes Unterfangen. Einige Ärztinnen oder Ärzte mögen in Bezug auf Fähigkeiten und Kenntnisse zu den Besten zählen, aber es fehlt ihnen an Menschlichkeit. Andere erscheinen zu vertraulich, zu wenig professionell. 13 Hinweise, wann die Zeit reif für eine neue Wahl ist.

von Sara Huber

Nicht ernst genommen

Wenn Ihr Arzt Ihre Bedenken und Ihre Symptome in den Wind schlägt und sich zu stark auf die Zahlen des Labortests stützt, ist es an der Zeit, einen Arzt zu finden, der hinhört und nachfragt.

Von oben herab

Wenn ein Arzt mit Ihnen spricht, als seien Sie ein Kind oder schwer von Begriff, ist das ein Warnzeichen, dass die Patienten-Meinung nicht respektiert wird. Eine gute Ausbildung führt nicht zu einem überlegenen Wesen. Ein ärztliches Gespräch sollte respektvoll, informativ und zweiseitig sein.

Kein Augenkontakt

Fehlender Blickkontakt während Ihres Arzttermins vermittelt negative Gefühle. Man fühlt sich als Objekt, nicht gehört und nicht verstanden. Der Eindruck, vom behandelnden Arzt nicht richtig zur Kenntnis genommen zu werden, ist keine Ausgangsbasis für ein Vertrauensverhältnis. Wenn Ihr Arzt Ihnen nicht in die Augen schauen kann, dann suchen Sie einen, der das kann.



Schlechter Zuhörer

Die Fähigkeit eines Arztes, aktiv auf Ihre Anliegen einzugehen, ist für eine erfolgreiche Behandlung ganz zentral. Das kann er aber nur, wenn er Sie anhört. Deshalb geht man zum Arzt in die Sprechstunde. Wenn Sie sich nicht erklären können, kann er Sie nicht behandeln, auch wenn er meint, er könne das.

Personal ist unangenehm

Die Angestellten in einer Praxis sind eine Art Visitenkarte der Ärztin oder des Arztes. Werden Sie von den Assistentinnen schlecht behandelt, hat der Arzt seinen Laden nicht unter Kontrolle. Mitarbeiter eines Arztes sind das wichtigste Bindeglied zwischen Ihnen und dem Arzt.

Wird sauer bei Fragen

Ein Arzt wird für seine Dienste bezahlt. Fragen zu beantworten ist ein wesentlicher Teil dieser Dienstleistung und massgebend für einer guten Prävention oder Heilung. Reagiert der Arzt auf Ihre Fragen ungeduldig oder ablehnend, ist es Zeit, sich zu verabschieden. Suchen Sie sich einen, der sich Ihren Fragen stellt.

Abgelenkt von anderen Fällen

Wenn Sie sich ständig wiederholen müssen, weil das Telefon klingelt oder die Assistentin immer wieder den Raum betritt, um Fragen zu stellen, sind Sie bei einem Arzt, der keine Disziplin hat. Das verheisst nichts Gutes. Ein Arzt, der sich in der Sprechstunde verzettelt und unaufmerksam ist, kann Ihnen nicht optimal helfen.

Beantwortet Fragen nicht

Fragen anhören ist das eine. Sie so zu beantworten, dass der Gesprächspartner es auch versteht, das andere. Ein Arzt sollte sich die Zeit nehmen, Fragen in nicht-technischen Begriffen zu beantworten. Entscheidend ist, dass Sie seine Antworten verstehen. Falls das nicht der Fall ist, muss er bei Nachfragen schlüssig antworten. Lässt er die Nachfragen unbeantwortet, ist das ein Warnzeichen.



Will immer etwas verkaufen

Wenn Ihr Arzt immer wieder versucht, Sie zum Kauf eines Produkts zu drängen oder neue Behandlungsmethoden anzupreisen, was heute oft bei Dermatologen der Fall ist, sollten Sie einen Arzt suchen, der seine ganze Energie für Ihre Behandlung einsetzt.

Keine Kommunikation mit anderen Ärzten

Jeder Arzt, den Sie konsultieren, sollte in der Lage sein, effektiv mit allen anderen Ärzten Ihres Gesundheitsteams zu kommunizieren. Eine korrekte Kommunikation umfasst alles – von der rechtzeitigen Zusendung von Berichten und Bildgebungsergebnissen bis hin zur Weiterleitung von Empfehlungen und Behandlungsanweisungen. Wenn Ihr Arzt das nicht leistet, fehlt ein wichtiges Stück Ihrer Krankengeschichte, was Folgen hat für Sie.

Kein Rückruf

Wenn Sie Ihrem Arzt telefonisch oder schriftlich ein Anliegen unterbreiten, die Antwort oder der Rückruf aber ausbleibt, ist es an der Zeit, jemand Neues zu finden.

Rät zu teuren und fragwürdigen Behandlungen

Der richtige Arzt wird sich an bewährte Behandlungen halten. Rät ein Arzt zu einer Therapie, die teuer und umstritten ist, gilt Vorsicht. Vor allem, wenn die Krankenkasse dafür nicht aufkommt, weil diese Behandlung im Pflichtkatalog fehlt.

Im Zeitplan immer verspätet

Sie sind auf 10 Uhr bestellt, kommen aber erst um 11 Uhr an die Reihe. Und das geschieht immer wieder. Das Wartezimmer ist bei Ihrem Arzt stets überfüllt. Wenn ein Arzt wie am Fließband arbeitet und für ihn die Zeit der Patienten kein Faktor ist, ist es Zeit für einen achtsameren Arzt.





Empfehlung aus der Redaktion

Von zu Hause günstig die Welt bereisen

Jetzt wo die Tage wieder kürzer werden und man voller Wehmut an die vielen lauen Sommerabende und die Ferien, vielleicht irgendwo in einem fremden Land, zurückdenkt, kann einen durchaus das Fernweh packen. Um dieses zu stillen, brauchen Sie aber weder in den Flieger zu steigen noch unglaublich weit zu verreisen. Akute Sehnsucht nach Abenteuern in fernen Ländern lindert auch das Fernwehfestival, das vom 25. bis 27. Oktober im Kursaal Bern stattfindet. Drei Tage lang darf man dort ungeniert seiner Reiselust frönen. Höhepunkt sind jeweils die bildgewaltigen Livereportagen, bei denen die vielgereis-

ten Vortragenden die Zuschauer hautnah auf ihre Abenteuer mitnehmen. So zum Beispiel der Naturfotograf und Umweltaktivist Markus Mauthe, der seit Jahrzehnten die Welt fernab bekannter Routen erkundet und dort Völker besucht, die in abgelegenen Tropenwäldern, in Hochgebirgen, Savannen, auf dem Ozean oder in der arktischen Tundra leben – untrennbar mit dem Kreislauf der Natur verbunden. Oder die beiden Reisejournalisten Martina Zürcher und Dylan Wickrama, die seit April 2016 in einem VW-Bus leben und die Welt zu ihrem Wohnzimmer gemacht haben. Die Kosten für diese Multimedia-Reisen

rund um den Globus betragen je nach Sitzplatzkategorie zwischen 23 und 36 Franken. Daneben finden aber auch diverse kostenlose Vorträge und Workshops statt, bei denen man Reisetipps zu ausgewählten Ländern oder Inputs zu Themen wie Fotografie oder Umweltschutz sammeln kann. Das kulinarische Fernweh mildert man an den Essensständen mit Köstlichkeiten aus aller Welt, die gemäss den Organisatoren des Festivals – Globetrotter und Explora – die Veranstaltung «schmackhaft umrahmen». Tickets und weitere Informationen gibt es unter www.fernwehfestival.ch.

Leonie Pahud



Sprachprothese für Stumme

Künstliche Intelligenz erzeugt Sprache aus Gehirnströmen

Obwohl sie bei vollem Bewusstsein sind, können sich «Locked-in»-Patienten sprachlich nicht verständlich machen. Aber es gibt Hoffnung, denn die Wissenschaft ist der Sprachprothese einen grossen Schritt nähergekommen.

von Daniela Gschweng

Stephen Hawking, der britische Physiker, erlebte es nicht mehr, für viele andere könnte es ein Weg aus der Isolation sein: Wissenschaftler der Universität von San Francisco haben ein System entwickelt, das Sprachsignale im Gehirn decodieren und dann in Sprache verwandeln kann.

Versuche, Gehirnssignale hörbar zu machen, gibt es schon länger. Bisher resultierten daraus aber nur einzelne, wenig verständliche Worte. Drei Neurowissenschaftlern ist es nun gelungen, ganze Sätze mit einer natürlichen Stimme zu syn-

thetisieren. Ihre Ergebnisse haben sie in der Zeitschrift *Nature* publiziert. Mit Gedankenlesen hat das nichts zu tun – der Vorgang gleicht eher stillem Sprechen. Neurologisch gesehen ist Sprechen in etwa das Komplizierteste, wozu Menschen fähig sind. Bevor wir auch nur einen Ton von uns geben, entscheiden wir bereits, was wir sagen wollen, in welcher Sprache und in welcher Form. Wir treffen Entscheidungen über Satzbau und Betonung. Was danach kommt, ist keinesfalls einfacher. Mehr als 100 Muskeln bewegen sich nach den Regieanweisun-

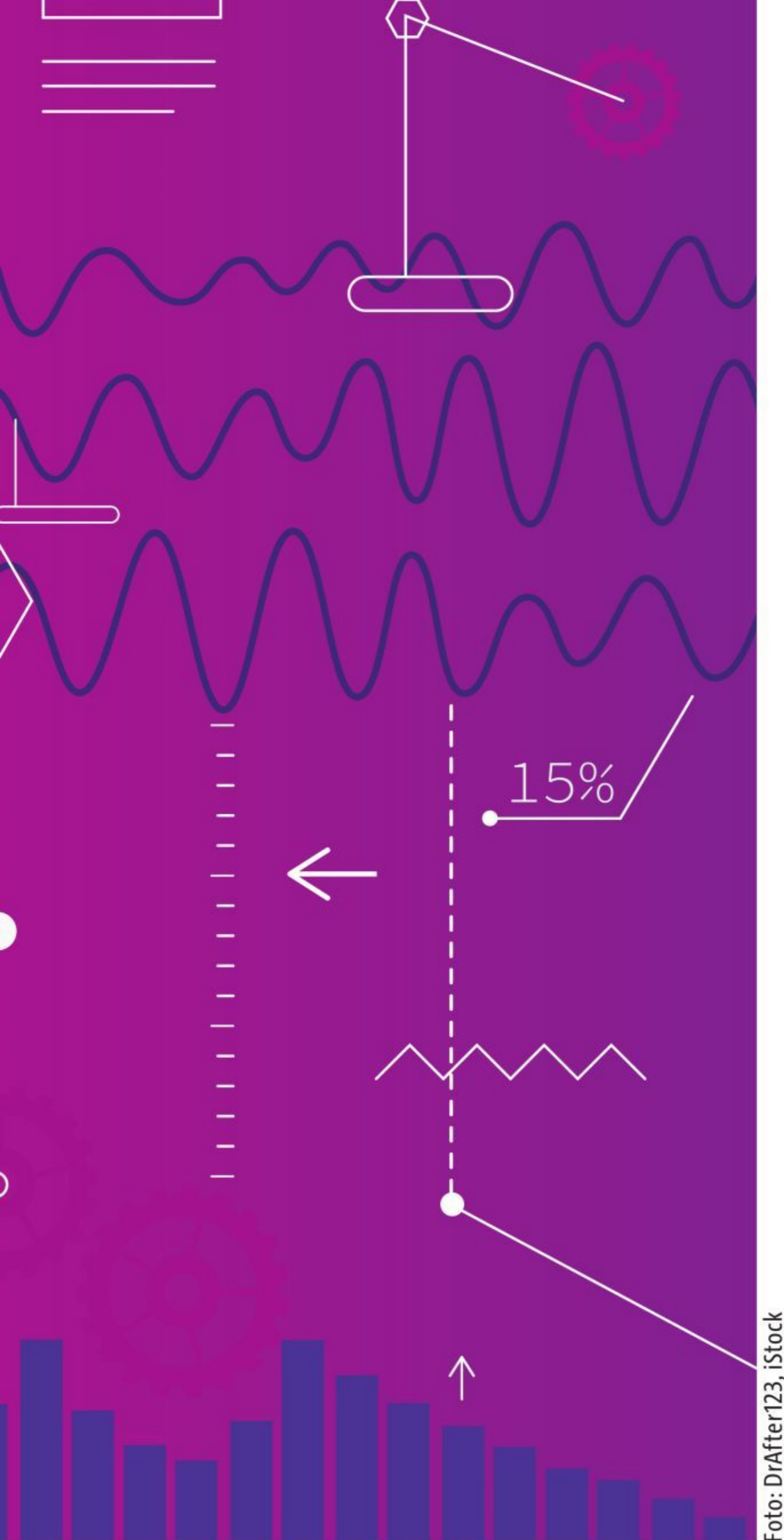
gen des Gehirns, damit ein Ton entsteht. Die Lunge pumpt Luft; Wangen, Kehlkopf und Zunge bewegen sich.

Dieses Sprachballett haben die Wissenschaftler hörbar gemacht. Dafür fingen sie die neuronalen Signale ab, die den Sprechapparat steuern, und trainierten lernende Software an einem virtuellen Modell des Sprachapparates.

Um die Hirnströme zu decodieren, trainierten die Forscher die künstliche Intelligenz (KI) zuerst mit fünf Freiwilligen, denen als Teil einer Epilepsie-Therapie ein Elektrodenpad auf die Oberfläche des Gehirns eingepflanzt worden war. Diese hörten und sprachen Hunderte Sätze, während die Elektroden ihre Gehirnaktivität aufzeichneten. Dadurch lernte ein Algorithmus, ein neuronales Signal einer spezifischen motorischen Aktivität zuzuordnen, beispielsweise einer Bewegung der Zunge. Ein zweites Programm setzte diese Bewegungsdaten in akustische Signale und schliesslich in Sprache um. Tat der Proband nur so, als würde er sprechen, ohne dabei einen Ton von sich geben, verstand und synthetisierte das System den Satz ebenfalls.

Probleme macht das englische «th»

Das Ergebnis des zweistufigen Prozesses hört sich etwas verwaschen an, etwa wie bei einem Schlaganfallpatienten,



und ist, je nach Satz, mehr oder weniger verständlich. Denn ganz wie beim menschlichen Lernen hapert es mit der Aussprache gelegentlich noch. Wie sehr, das hängt vom Gesagten ab. Den Zungenbrecher «Is this seesaw safe?» (Ist diese Schaukel sicher?) konnten alle Testhörer gut verstehen. Bei komplexeren Sätzen wie «At twilight on the twelfth day we'll have Chablis» (In der Dämmerung des zwölften Tages werden wir Chablis trinken) erkannten sie wenigstens ein Wort nicht richtig. Probleme hat das System mit dem englischen «th». Die Laute «sh» und «z» sowie mehrsilbige Worte sind hingegen einfacher zu verstehen.

Die künstliche Stimme ähnelt in Rhythmus und Melodie der des Probanden. Wie eine individuelle Stimme klingt, hängt unter anderem vom Körperbau ab, beispielsweise der Grösse des Kiefers, der Lage der Zähne, der Form des Gaumens und des Kehlkopfes sowie von deren Bewegungen.

Dafür, dass diese Methode auch dann funktioniert, wenn sich ein Mensch nur vorstellt zu sprechen, spricht zweierlei: Tat der Proband nur so, als würde er sprechen, ohne dabei einen Ton zu machen, synthetisierte die Software den gleichen Satz. Und die Sprachausgabe gelang auch, wenn das System nicht auf den betreffenden Satz trainiert worden war.

Freiwillige, die die synthetisierten Sätze abhörten, konnten zwischen 21 und 43 Prozent der synthetisierten Sätze fehlerfrei transkribieren. Wie viele, hing davon ab, wie gross der Wortschatz war, den sie dafür zur Verfügung gestellt bekamen. Je mehr Wahlmöglichkeiten, desto grösser wurde die Fehlerrate.

Die neue Methode ist den bisherigen Modellen der künstlichen Spracherzeugung klar überlegen. Dabei erweist sich die Zweistufigkeit, also das Übertragen von Signalen in Artikulation und erst dann in Sprache, als Vorteil. Bisherige Modelle übertragen Signale der Sprachwahrnehmung aus dem Gehirn direkt in Sprache, was nur bedingt gelingt.

Die Studie beweist, dass es grundsätzlich möglich ist, ein Brain-Computer-Interface zu konstruieren, das mit einer fast natürlichen Stimme spricht und sich in angenehmer Geschwindigkeit unterhalten kann. Mehr als ein «Proof of Principle» (Nachweis des Wirkprinzips) sind die Versuche jedoch nicht. «Wir haben gezeigt, dass wir Sprache simulieren können, die genauer und natürlicher klingt als synthetisierte Sprache, die auf der Extraktion von Klangdarstellungen aus dem Gehirn basiert», kommentierte der Hauptautor der Studie, Edward F. Chang, gegenüber der New York Times.

Sprache für die Stummen

Für Menschen, die aufgrund einer Lähmung oder eines Unfalls kaum oder gar nicht in der Lage sind, sich mitzuteilen, ist die Studie ein grosser Fortschritt. Derzeit müssen «Locked-in»-Patienten mithilfe von Augen- oder Muskelbewegungen Wörter aus einzelnen Buchstaben zusammensetzen, um sich mitzuteilen. Der 2018 verstorbene Physiker Stephen Hawking nutzte einen seiner Wangenmuskeln, um Worte zu formen. Ein mühsames Unterfangen, bei dem pro Minute etwa acht bis zehn Wörter übermittelt werden. Zum Vergleich: bei gesprochener Sprache sind es 120 bis 150. Sprachprothesen, selbst wenn sie nur einzelne Wörter übermitteln können, würden die Kommunikation von Schlaganfallpatienten, Gelähmten oder an ALS Erkrankten wesentlich verbessern. Einige Fehler wären dabei in Kauf zu nehmen.

Obwohl die Gehirnforschung derzeit grosse Fortschritte macht, ist es zu einer Sprachprothese, die flüssiges Sprechen erlaubt, noch ein weiter Weg. Nicht nur deshalb, weil die Anzahl möglicher Versuchspersonen für klinische Tests gering sein dürfte, sondern auch, weil die Decodierung nicht bei allen Menschen gleich funktioniert. Die Beziehung zwischen Muskelbewegung und Sprache lässt sich zwar auf andere Menschen übertragen. Für die Decodierung der Gehirnaktivität gilt das aber nicht. Das System muss für jeden Nutzer individuell eingestellt werden. An Personen, von denen keine Sprachproben vorliegen oder die nie sprechen konnten, wurde die Methode zudem noch nicht getestet.

Aktuelles Thema

Die Forschung an Gehirnströmen, mit deren Signalen Menschen Maschinen steuern können, ist das Thema der Stunde. Prothesen mit denen Gelähmte gehen und Dinge greifen können, gibt es schon seit einigen Jahren, zumindest im Laborexperiment. Meist brauchen sie dazu einen im Gehirn implantierten Chip, damit die Signale sauber erfasst werden können. In die andere Richtung, vom Computer zum Gehirn, funktioniert die Übertragung noch weniger gut. So können die Träger ihre Prothesen zwar bewegen, diese melden jedoch nicht zurück, wenn sie etwas «fühlen».

Die Medizin erhofft sich von der Neurotechnik Behandlungsmöglichkeiten für Erkrankungen wie Alzheimer, Parkinson und Epilepsie. Die Industrie sieht neue Möglichkeiten, Maschinen oder gar Autos zu steuern. Facebook investiert seit mehreren Jahren in die Forschung an Brain-Computer-Interfaces (BCI), nach Angaben von Mark Zuckerberg, damit «Sie direkt aus Ihrem Gehirn heraus etwa fünfmal schneller tippen können, als Sie es heute auf Ihrem Handy können». Und Tesla-Chef Elon Musk kündigte im April 2019 Neuigkeiten von «NeuroLink» an. Die 2016 von ihm gegründete Firma arbeitet ebenfalls an einer Gehirn-Maschine-Schnittstelle. Musks Ziel: die mentalen Fähigkeiten des Menschen so zu erweitern, dass er langfristig mit der Entwicklung von KI mithalten kann. ■

Verhältniswort	Tschechische Republik (Kw.)	Abk.: accelerando (Musik)	Blutgefäßkrankung	Brotröster	Fluss im Kanton Schwyz	Nadelloch	Ortszentrum	stärkster Sturm	Frauenkurzname	40. Präsident der USA †2004	US-Schauspieler (David)	Mutter des Perseus (griech. Myth.)
					Hauptstadt Grossbritanniens				Funkortungsverfahren	10		
Babyflasche							Denksportler				Tadel, Verweis	Siegerpreis, Brautschmuck
		7			Flughafen in Berlin	Hinterschiff		12	von edler Herkunft	Reischnaps		
Hauptstadt von Ghana		Fest der Auferstehung Christi					Schweizer Landsmann					
					ital. Geigenbauermeister	Baustoff			Abschiedsgruß			Stockwerk
Staatsbedienstete		talentiert, befähigt					Getreidebündel	gleicher Meinung werden				
	8					flink, wendig, beweglich			wirklich, tatsächlich	Teil der Tennisanlage		
math.-philos. Lehrsatz		Skilauftechnik		ehem. österr. Rennfahrer (Niki)	5			falscher Weg	9		ungefähr	ungetrübt
ein- und zweimastiges Schiff				Beschädigung im Stoff		Speisenzutat				alle Mitwirkenden eines Films	moderner dt. Komponist, †1983	1
			afr. Storchvogel				Gestell zum Krankentransport	betriebsam	der achte Bruchteil			
franz. unbest. Artikel	süd-amerik. Viehhirt		unbeweglich		Halbwüchsiger	Vitamin-C reiche Kirschenart					Zeugnis, Bescheinigung	ein Schreittanz
österr.: Graupe							städt. Verkehrsmittel (Kw.)	Laubbaum (Mz.)	römischer Grenzwall	steif, unbeugsam		
engl. Biersorte				Eigenname von Irland		Wohnungswechsel	2				Mönch in Tibet und der Mongolei	Schussgeräusch
						Abk.: Gemeinde	Kinderspeise		engl.: eins	Wäschestück	6	
Gummiseil (... jumping)		mit der Zunge gebildeter Laut						Zusammenbau				
	4					zaubern				Gebetschlusswort		11
Lehrmeinung		Matrose		3				Braun- oder Rotalgen				

© RateFUX 2019-517-004

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Lösung Rätsel Nr. 39

■ ■ ■ ■ ■ F ■ J ■ ■ ■ ■ A ■ ■ ■ ■ M ■ ■ ■
 V E N T ■ B H A G W A N ■ E K A R T ■ ■ ■
 ■ R A E T I E N ■ A T H E N E R ■ O ■ ■ ■
 ■ O S T ■ ■ R E T R O ■ ■ D R O G E ■ ■ ■
 ■ T E R E S A ■ ■ E M P F I N D E N ■ ■ ■
 ■ I W A N ■ U L A N ■ A ■ V ■ E T E ■ ■ ■
 S K E ■ K U F E ■ ■ A H O I ■ ■ R ■ ■ ■
 ■ I ■ L ■ B U N D ■ B E U T E L ■ ■ ■ ■ ■
 E R S T A R R E N ■ A D J ■ R E U E ■ ■ ■ ■ ■
 ■ U ■ A V E ■ N E P P ■ E I N E ■ I ■ ■ ■ ■ ■
 V E R L E I H ■ S ■ T ■ K ■ E R O S ■ ■ ■ ■ ■
 ■ T ■ E ■ Z U C C H E T T O ■ ■ F ■ ■ ■ ■ ■
 ■ L I N D ■ N ■ O E R E ■ M A U E R ■ ■ ■ ■ ■
 D I S T A N Z ■ ■ X ■ X ■ E ■ N N O ■ ■ ■ ■ ■
 ■ E ■ U ■ I N S E K T E N ■ D ■ S ■ ■ ■ ■ ■
 T H R E E ■ K A I R O E R ■ K A L I ■ ■ ■ ■ ■
 ■ I ■ G R U E B L E R ■ B I E N E N ■ ■ ■ ■ ■
 ■ P H O N ■ R E L I K T E ■ A K T E ■ ■ ■ ■ ■

PARKPLATZ (1-9)



GRATIS
 Bestellen Sie eine
 grosse BEA-Revue,
 BEA-Verlag, 5200 Brugg
 Tel. 056 444 22 22

Oktober-Preisrätsel

Unter allen Einsendern des richtigen Lösungswortes verlosen wir eine Übernachtung für 2 Personen inkl. Frühstück und Nutzung des Wellnessbereichs und Abendessen 3-Gänge-Menü inkl. Hauswein, Softgetränke und Tee/Kaffee. Gesamtwert CHF 180.– Der Preis wurde von Lindner Hotels (Schweiz) AG zur Verfügung gestellt.

Einsendeschluss:
 11. Oktober 2019

Teilnehmen per Post oder Internet:

Lösungswort, Name, Adresse

Dornbusch Medien AG
 Preisrätsel Oktober
 Täfernstrasse 3
 5405 Baden-Dättwil

www.doppelpunkt.ch.

Teilnahmebedingungen auf unserer Webseite.

BUNDES RAT

Alain, du kennst dich doch mit Computern so gut aus. Kannst du mal schauen: Mein Laptop spinnt irgendwie ...

Zeig mal. Wo liegt denn das Problem, Karin?

Schau: Egal, was ich google – immer erscheint ein Bild von Viola ...

Themen, die uns bewegen und über die Sie demnächst bei uns lesen werden



Foto: Larissa Hauger

TIER MIT EIGENER LOBBY: Pferde sind die ersten Vierbeiner in der Schweiz, die im Parlament auf organisierte Interessenvertreter zählen können.

PARTNER AUS DEM INTERNET: Wählen wir unsere Gefährten fürs Leben anders aus, weil das Onlineangebot endlos ist?



Foto: Eva-Katalin, iStock

FRAUEN ZAHLEN MEHR: Mehr für den Coiffeur, mehr für die Bodylotion und andere Hygieneprodukte – und das bei weniger Lohn.

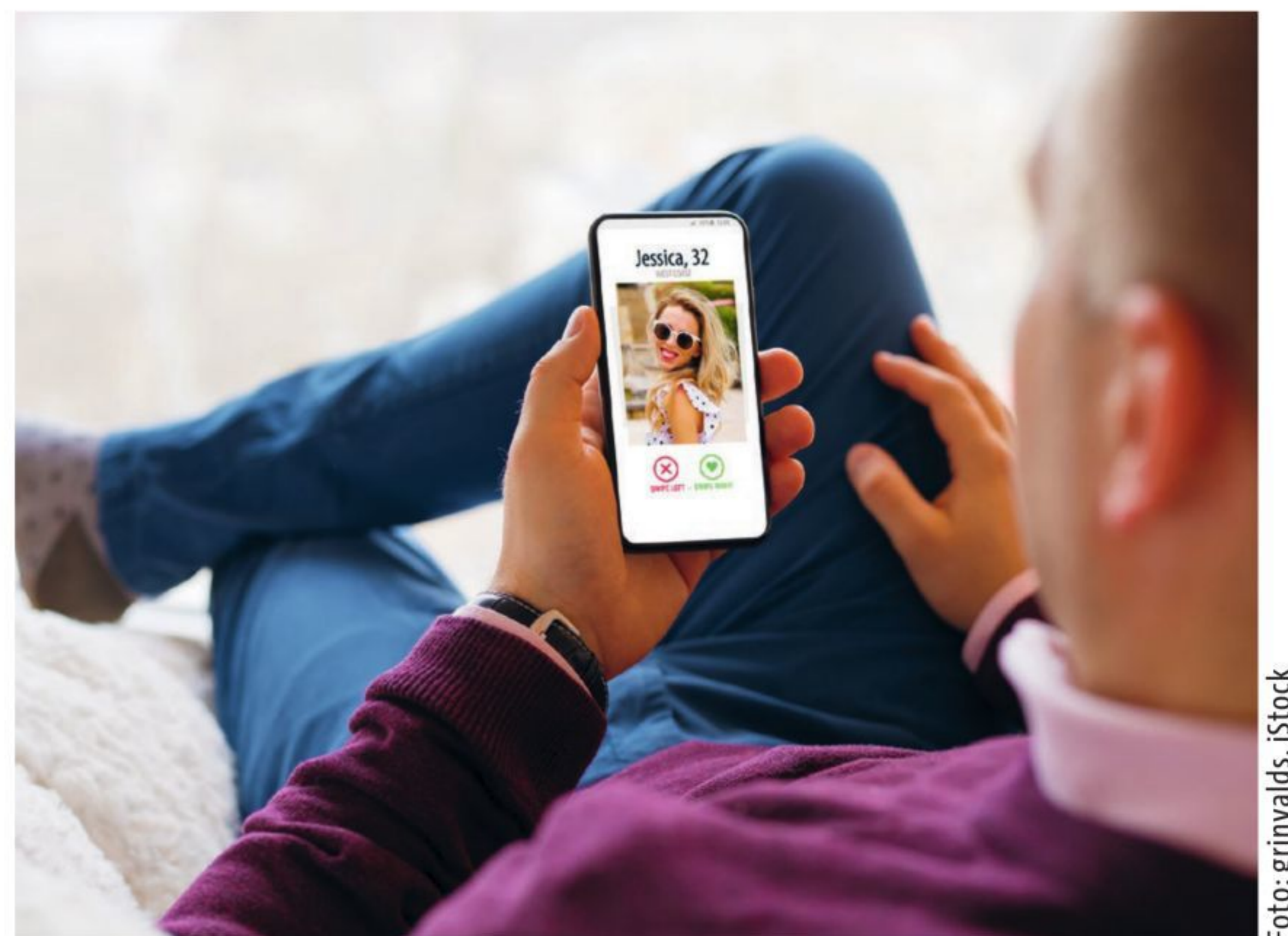


Foto: grinvalds, iStock

Verpassen Sie das nicht!

Abonnieren Sie jetzt den Doppelpunkt unter www.doppelpunkt.ch oder per Tel. 056 203 22 33

IMPRESSUM

doppelpunkt

Das Schweizer Magazin für Achtsamkeit. Gegründet 1925, 94. Jahrgang, www.doppelpunkt.ch | **Redaktion:** redaktion@doppelpunkt.ch.
Verleger, CEO: Fabian Egger. **Redaktionsleiter:** Anton Ladner. **Redaktion:** Christine Schnapp (cs), John Micelli (jmi), Leonie Pahud (lpa),
Florencia Figueroa (ffi), Nadja In-Albon (nia). **Korrektorat:** Birgit Bressa. **Layout:** Larissa Hauger, Alexandra Neumann, Felix Wally.
Bildagentur: Keystone. **Druck:** AVD Goldach.

Anzeigenverkauf: Tel. 056 203 24 00, www.dornbusch.ch/werben.

Abonnieren Sie den Newsletter gratis unter www.doppelpunkt.ch.

Keine Haftung für verzögerte oder ausfallende Lieferung infolge höherer Gewalt oder im Falle von Störung des Arbeitsfriedens. © für alle Beiträge bei der Dornbusch Medien AG. Alle Rechte vorbehalten. Jegliche Reproduktion – auch auszugsweise – nur mit vorgängiger schriftlicher Genehmigung des Verlags. Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos und Illustrationen keine Gewähr. ISSN 1013-3704

gedruckt in der
schweiz

Dornbusch Medien AG
Täferstrasse 3
5405 Baden-Dättwil
www.dornbusch.ch

Abodienst:
Tel. 056 203 22 33
kundendienst@dornbusch.ch

Preise:
Einzelpreis Fr. 5.80
Jahresabonnement Fr. 238.30
Preise Schweiz inkl. MwSt.

olma

77. Schweizer Messe für Land-
wirtschaft und Ernährung
Ehrengast «Schweizer Volkskultur»

St. Gallen
10.–20. Oktober
2019

SBB RailAway-Kombi: 20% Rabatt auf
Eintritt bei Fahrt mit öV olma.ch

Entspannt zurücklehnen

Exzellenter Service für höchste Ansprüche!



Eckkombination, Bezug Leder ruby red, Wellenfederung im Sitz, Metallfuß alufarbig, best. aus 2-Sitzer mit Armteil links inkl. Seitenteilverstellung und Ecksofa mit Hocker rechts. Stellmaß ca. 293x240 cm. Viele Stoff- und Lederfarben zum individuellen Preis. Inklusive Kopfteilverstellungen und Ergoslide-Funktion. Kissen gegen Mehrpreis, **3198.-*** 74080390

Rechenbeispiel:

Polsterbett	1699.-
+ Kleiderschrank	1899.-
+ Kommode	499.-
Komplett-Preis	4096.-

Wir schenken Ihnen für Ihren Einkauf einen **500.- Einkaufs-Wertgutschein**

Einrichtungs-MESSE

Die neuesten Einrichtungstrends bei der Nr. 1 am Hochrhein!

Bis zum 12. Oktober

✓ **Top-Service**

✓ **Messe-Aktionspreise**

Im Aktionszeitraum können wir die exklusiven Messe-Prämien unserer Lieferanten direkt an Sie weitergeben. **Jetzt profitieren Sie richtig!**

✓ **Herstellerberatungen**

immer freitags und samstags. Lassen Sie sich durch unsere namhaften Hersteller detailliert und individuell beraten.

✓ **Messe-Partner**

immer freitags und samstags. Lassen Sie sich durch unsere Messe-Partner detailliert und individuell beraten.

✓ **Messe-PRÄMIE**

Profitieren Sie zusätzlich bei Ihrem Einkauf von der Messe-Prämie.

BEI IHREM EINKAUF

ab 1500.-	schicken wir Ihnen	200.-**
ab 4000.-	schicken wir Ihnen	500.-**
ab 6000.-	schicken wir Ihnen	800.-**
ab 7500.-	schicken wir Ihnen	1000.-**

WOHNWELT
RHEINFELDEN
Einrichten ohne Grenzen

Wohnwelt Rheinfelden

Großfeldstraße 17 | D-79618 Rheinfelden

+49 (0)7623/7230-0

www.moebelmarkt.com

Eine Verkaufsstelle der Firma Mobila Wohnbedarf KG, Großfeldstraße 17, 79618 Rheinfelden



3. Oktober
wegen Feiertag
geschlossen

MÖBEL
MARKT
DOGERN

Möbelmarkt Dogern KG

Gewerbestraße 5 | D-79804 Dogern

+49 (0)7751/8016-0

www.moebelmarkt.com

* **VOLLSERVICE-PREIS** in Euro, inkl. Lieferung und Montage, bereits nach MwSt.-Verrechnung und Verzollung.

**Gilt nicht auf bereits getätigte Aufträge. Diese Aktion ist nur einmal pro Person und Auftrag gültig. Aufträge sind nicht teilbar. Nicht kumulierbar mit anderen Aktionen. Den Betrag erhalten Sie in Form eines Einkaufs-Wertgutscheins für spätere Einkäufe. Ausgenommen dieser beworbene Artikel sowie folgende Markenwaren: Tempur, Leonardo, JOOP, Interliving und WK.