

SCHWEIZER
ILLUSTRIERTE

GRÜEN

100% Grün.
100% Lifestyle.

powered by  **BKW**

Leichtathletin

LEA SPRUNGER

Garten statt
Olympia

+
6 Seiten
Tipps
Lauterbrunnen
& Umgebung

Glückskette
Der neue Chef über die
Rekordspenden während Corona



Bauer Oppikofer begutachtet seine Naturplan-Äpfel

Natürlich.

Weil es natürlich ist, der Umwelt und ihren Ressourcen Sorge zu tragen. Hier und überall auf der Welt.

Richtig.

Weil es richtig ist, respektvoll und achtsam mit der Natur und ihren Produkten umzugehen und nachhaltig zu handeln.

Gut.

Weil es gut ist, sich selbst etwas Gutes zu tun und das Beste der Natur mit gutem Gewissen zu geniessen.

naturaplan



Natürlich. Richtig. Gut.

coop

Für mich und dich.

Fotos: Paul Seewer (1), Lucretia Mettler/Filipa Fernandez (1), Susanne Märki (1)



Lisa Merz und Barbara Halter, Redaktionsleiterinnen SI GRUEN.

«In unserer Modegeschichte sorgen Hund, Huhn & Co. für Jö-Effekte.»

EDITORIAL TIERISCH VIEL NATUR

Ein Interview mit Maske? Ein Wettkampf ohne Gegnerinnen, dazu im fast leeren Stadion Letzigrund? Was vor Kurzem unvorstellbar war, funktioniert eigentlich ganz gut. Hürdenläuferin Lea Sprunger startete an den Inspiration Games in Zürich und posierte tags darauf für unsere Covergeschichte ausserhalb der Stadt im Grünen. In der Natur fühlt sich die 30-jährige Waadtländerin am wohlsten. Nachdem sie einige Jahre in Lausanne wohnte, lebt Lea Sprunger nun wieder in Gingins, wo sie aufgewachsen ist. Das Dorf befindet sich in der Nähe von Nyon – nicht grad um die Ecke von Zürich. Das Interview führten wir während ihrer Heimreise im Schnellzug: maskiert zwar, aber nicht distanziert. Unsere Covergeschichte ab **Seite 12**

Hai-Forscherin Ornella Weideli ist am liebsten im Feld. Oder treffender gesagt: in tropischen Gewässern. Zurzeit weilt sie allerdings in Zürich, wo die 34-Jährige seit langer Zeit wieder mal eine feste Bleibe hat. Mitten im Lockdown verteidigte sie per Videocall erfolgreich ihre Doktorarbeit. Ihre Forschung soll helfen, Tier und Natur zu schützen. Einen Sieg hat sie bereits errungen: Seit diesem Frühling stehen 30 Prozent der Gewässer der Seychellen unter Schutz. Mehr über ihre Arbeit und die grössten Irrtümer über Haie lesen Sie im Porträt ab **Seite 20**

Die beiden Schildkröten sind noch zu haben, alle anderen Tiere in unserer

Modegeschichte sind meist schon älter und gehören fest ins Tierwaisenhaus Oberglatt. Die Non-Profit-Organisation vermittelt heimatlose Haustiere und bietet Ferienplätze. Wichtig: Das gepanzerte Paar benötigt zwingend einen gut abgeschlossenen Garten. Schildkröten sind geschickte Ausreisser. Während des Fotoshootings bewies unser Team Geduld und Nerven mit Gans, Ziege, Hund und Huhn, die danach bei uns für Jö-Reaktionen sorgten. Fashion mit tierischer Unterstützung ab **Seite 50**

Im Lauterbrunnental treffen Bauern auf Basejumper, Wandervogel auf Touristengruppen und Rivella Rot auf Bulletproof Coffee – einen Kaffee, dem ein Stück Butter beigemischt wird. Kurz gesagt: Das Tal im Berner Oberland hat für jeden was! Wir freuten uns besonders auf die Nacht im Berghotel Obersteinberg, wo es keinen Strom, dafür umso mehr Kerzen gibt. Enttäuscht wurden wir nicht: Die Wanderung hoch geht zwar in die Beine, aber man wird belohnt. Wie vielerorts diesen Sommer sind die Zimmer heiss begehrt, vor allem am Wochenende. Weitere Übernachtungstipps und Aktivitäten finden Sie in unserem Weekend-Trip ab **Seite 60**

Wir wünschen Ihnen entspannte Sommertage und viel Freude mit SI GRUEN!

Barbara Halter und Lisa Merz



ZWEIMAL DRAUSSEN
Oben: Die Modegeschichte konnte dank Unterstützung des Tierwaisenhauses Oberglatt ZH realisiert werden. Hier posiert Model Sany mit Alpaka Cusco. Unten: Die Westschweizer Leichtathletin Lea Sprunger wird von Fotografin Véronique Hoegger und Team inszeniert.

GRUEN



COVER
Foto: Véronique Hoegger
Styling: Arianna Pianca, Style Council
Hair & Make-up: Helve Leal, Style Council
Assistenz: Linus Bart
Outfit: Jacke Tara Mabilia, Bikini-Top Kaio Swim, Hosen Lola Studio, Ohringe Claudia Nabholz.

Starter

8 Carla Opetnik: Ihr Bonnieversum ist eine Galaxie aus originellen Ideen

Storys

- 12 Lea Sprunger:** Die Leichtathletin hat das Gärtnern entdeckt, dem Lockdown sei Dank
- 20 Ornella Weideli:** Die Hai-Forscherin will mit ihrer Arbeit falsches Wissen revidieren
- 24 Roland Thomann:** «Spenden gibt Befriedigung», findet der neue Direktor der Glückskette
- 30 Knies Kinderzoo:** Der Tiergarten hat eine neue Attraktion – den Zauberhut
- 38 Sknife:** Die Messer von Michael Bach werden in Biel BE geschliffen und sind Liebhaber-Objekte für die Hosentasche
- 42 Wales:** Wilde Küsten, bergige Nationalparks und viele, viele Schafe
- 50 Mode mit tierischer Begleitung:** An diesen Looks gibt es nichts zu meckern
- 60 Ein Weekend im Lauterbrunnental:** Zu Fuss die Naturschönheiten des Berner Oberlands erleben
- 66 Pensiun Aldier:** Durch das Hotel in Sent GR weht der Geist der Giacomettis

Trend

- 74 Studio Osoi:** Die Berner Designerin Nora Z'Brun setzt auf Schlichtheit
- 76 Bananen retten:** Ein Verein macht aus Food-Waste ein Erfolgsprodukt
- 80 Ich fahre GRUEN:** Sänger Bastian Baker testet den Audi E-Tron Sportback



HAI IN GEFAHR Die Forscherin Ornella Weideli kämpft für die Ozeane.



REKORDMÄSSIG Roland Thomann und sein Start bei der Glückskette.



KUNSTVOLL EINKEHREN Besuch in der Pensiun Aldier in Sent GR.



DOMPTEURIN Model Sany hat auch ein gutes Händchen für Hühner.



ALLES ANDERS Die Waadtländer Leichtathletin Lea Sprunger durchlebt turbulente Zeiten.



ZNÜNI NÄH Schlemmen und Wandern im Lauterbrunnental BE.



IMMER DER KÜSTE NACH Ein Roadtrip durch Wales, Grossbritannien

**Taten statt Worte
 Nr. 234**



Damit in den Bergen alles beim Alten bleibt. Auch für die Jungen.

Die Zutaten für die einzigartigen Pro Montagna-Produkte stammen allesamt aus den Schweizer Berggebieten und werden auch dort verarbeitet. So bleiben Arbeitsplätze erhalten und die ländlichen Handwerksbetriebe haben einen zuverlässigen Vertriebskanal für ihre authentischen Spezialitäten. Mit jedem Kauf eines Pro Montagna-Produktes fliesst ein Teil des Erlöses an die Coop Patenschaft für Berggebiete. Ein nachhaltiger Kreislauf, der Zukunft und Berge sichert. taten-statt-worte.ch



Fotos: Véronique Hoegger (2), Ornella Weideli (1), Roland Tännler (1), Fabian Häfeli (1), Laurette Suter (1), Flurina Rothenberger (1), Daniel Start (1)

Nachhaltig und fair: Ein Herz für Schweizer Kleinproduzenten



Bei Lidl kommen die Kleinen nicht zu kurz:

Seit 2016 haben kleine Produzenten mit lokalen kulinarischen Spezialitäten die Chance, für mehrere Wochen in unser schweizweites Sortiment zu kommen. Damit unterstützen wir die Wertschöpfung in der Schweiz, was ökonomisch und ökologisch Sinn macht. Und die Krönung für den Konsumenten ist, dass diese hausgemachten Köstlichkeiten auch noch hervorragend schmecken! Bald ist es wieder soweit: ab 3. September beginnen die «klein aber fein»-Wochen – entdecke mehr als 100 Spezialitäten von über 85 Schweizer Kleinproduzenten!

Das sagen ausgewählte Lieferanten-Partner über das «klein aber fein»-Programm:



Michael Muller
Sweet Basel AG
Birsfelden (BL)

Handgemachte Nougat-Kreationen und traditionsreiche Zuckerbäckerkunst für besondere Genussmomente



«Unsere Manufaktur besteht bereits seit 1921 und nach wie vor werden alle Produkte von unseren Zuckerbäckerinnen und Zuckerbäckern nach traditionellen Rezepturen von Hand hergestellt. Wir haben es geschafft, klein zu bleiben und exklusive Produkte zu produzieren. Darauf sind wir stolz. Die Aktion «klein aber fein» hat für uns eine neue Vertriebsmöglichkeit eröffnet, weshalb wir vor drei Jahren mit Freude das erste Mal dabei waren. Seitdem beliefern wir Lidl in regelmässigen Abständen mit unseren feinen Bonbons. Auch diesen Herbst sind wir wieder bei der Aktion dabei. Gerade in dieser schwierigen Zeit sind wir darüber sehr froh. Corona hat uns hart getroffen, viele unserer bisherigen Absatzmöglichkeiten sind weggefallen, weshalb wir umso dankbarer sind, bei der Aktion «klein aber fein» dabei sein zu können. Ein echter Lichtblick am Ende des Tunnels.»

Hausgemachte «Kapellhof-Salatsauce», hergestellt nach dem «Geheimrezept» des familieneigenen Restaurants

«Angefangen hat alles, als meine Gäste im Restaurant immer wieder nach meinen Salatsaucen gefragt haben. Die feinen selbstgemachten Saucen sind frisch, kommen aus dem Kühlschrank und können über alles Mögliche gegossen werden, nicht nur über Salate. Viele nehmen sie einfach zum Tunken mit Brot. Etwas Gutes an der Corona-Zeit war, dass ich mich wegen dem geschlossenen Gasthof voll und ganz der «klein aber fein»-Produktion widmen konnte. Zusammen mit meinem Neffen haben wir alles in Ruhe hingekriegt und freuen uns auf den Verkaufserfolg im Lidl.»



Barbara Krieg
Gasthaus Kapellhof
Tuggen (SZ)

KLEIN ABER FEIN

Feinste Schweizer Spezialitäten
ab 3. September

! Kennst Du ein Produkt, das im «klein aber fein»-Sortiment noch fehlt oder möchtest Du als Produzent bei «klein aber fein» dabei sein? Teilnahmebedingungen und Bewerbungsmöglichkeiten auf: www.lidl.ch



Lidl lohnt sich.

CARLA OPETNIK

Ein Kosmos an Ideen

BESSER LEBEN Die Zürcherin Carla Opetnik, 29, sprudelt nur so vor Ideen. Und im Gegensatz zu vielen anderen Leuten setzt sie diese auch um. Ihr Bonnieversum ist eine quirlige, bunte Welt: Carla gibt Kurse im Kleiderflicken (Manuflicktur), hat ein Buch über Lieblingsorte herausgegeben («Geliebtes Zürich») oder betreibt die Facebook-Seite «Will öpper?», auf der Leute Dinge verschenken, die sie nicht mehr wollen. Das Verbindende ihrer Projekte sind Kreativität und Nachhaltigkeit. «Ich möchte zeigen, dass man **anders konsumieren** kann.» Carla Opetnik – sie ist gelernte Schneiderin, hat in Bars gejobbt und studiert Kunst und Vermittlung – lebt seit drei Jahren nach dem Prinzip des Minimal Waste. Ihr Tipp: «Es gibt nicht einen Weg, um Müll zu vermeiden und weniger zu konsumieren. Wichtig ist, dass man für sich Lösungen findet, die sich längerfristig umsetzen lassen.» www.bonnieversum.com



Zu Carla Opetniks Bonnieversum gehört auch die Verschenkenplattform «Will öpper?».



FOTOSAFARI DER ANDEREN ART

SCHAURIG SCHÖN Bienen, Schmetterlinge, Käfer und Co. sind die Superhelden der Natur. Doch sie sind bedroht. Der Bildband «Die schönsten Insekten der Schweiz» erklärt die Zusammenhänge – und lässt einen staunen. **Thomas Marents** Makroaufnahmen geben Einblicke in eine fremde Welt, die praktisch vor unserer Haustür liegt. Er ist durch Wälder und Feuchtgebiete gestreift, hat Feuerlibellen, Buchen-Zahnspinner oder die Raupe des Totenkopfschwärmers (auf dem Cover) unfassbar nah herangeholt. <https://shop.landliebe.ch>



«Ziel muss sein, Termine besser zu bündeln, weniger zu fliegen, noch nachhaltiger zu leben. Das ist mir wichtig.» Ex-Rennfahrer Nico Rosberg investiert in ökologische Technologien



NACHHALTIG MUSKELKATER

CLEAN STUDIO Pilateslehrerin Karolina Schmid eröffnete in Zürich Höngg ein «clean studio». Alles – von der Yogamatte über die Handseife bis zum Holzboden – ist **aus nachhaltigen Materialien** gefertigt. Die Idee kam Schmid beim Entwerfen eines Pilates-Trainingsboards, welches an der Wand angebracht wird. «Zu Beginn bestellte ich die Teile aus aller Welt», erzählt sie. Dann suchte sie während des Lockdown nach Schweizer Herstellern. Bis auf eine einzige Schraube wurde sie fündig. «Und das Gerät ist sogar günstiger, wenn ich es hier produzieren lasse.» www.pilateswiss.ch

Fotos: Daniel Podhetti (1), Thomas Marents/Pro Natura/Schweizer Landliebe (1), Getty Images (1), zig (4), Museum zu Allerheiligen Schaffhausen (1)



Ein Kaffee mit Georg

EINKEHREN Wer die Drei Weieren in St. Gallen besucht, bekommt hier einen guten Cappuccino: An der Bergstation der Mühleggbahn eröffnete diesen Frühling der **Kiosk Georg**. Er wird von Workaut betrieben, einer Organisation für Menschen mit Autismus. Im Kiosk arbeiten Leute mit und ohne Beeinträchtigung zusammen. Übrigens: Neben Kaffee gibts auch ein breites Angebot an Lesestoff und Schleckereien. Täglich 9 bis 17 Uhr. www.kioskgeorg.ch

ICH WOLLT, ICH WÄR EIN HUHN ...



EI, EI, EI Nein, beneiden tut man sie eigentlich nicht. Oft werden Hühner nur noch in Form von Eiern oder Pouletfleisch wahrgenommen. Das Museum zu Allerheiligen Schaffhausen will dies ändern und stellt in seiner Ausstellung **«Hühner – Unterschätztes Federvieh»** das Tier in den Mittelpunkt. Dazu gibt es regelmässig Veranstaltungen – wie am 1. September mit dem ETH-Start-up Planted, das «Poulet» aus Erbsen herstellt. www.allerheiligen.ch

NICHTS ZUM ANZIEHEN?

SLOW FASHION 12 Labels, 1 Onlineshop lautet die Formel von **Laufmeter**. Die Plattform ist aus der gleichnamigen Berner Modenschau heraus entstanden und vertritt Schweizer Labels. Allen gemein ist das Streben nach fairer, hochwertiger Mode. Sie entwerfen moderne Basics, machen Upcycling, verwenden Restenstoffe und geben Kleidern ein Gesicht: Alle zwölf Designer werden in kurzen Filmen porträtiert. www.shop.laufmeter.ch



Klassisch das Angebot, einzigartig das Team: Im «Georg» arbeiten Menschen mit Beeinträchtigung.



NATURLIEBE
Wilde, nicht zurechtgestutzte Gärten bieten Lebensraum für verschiedene Arten und sind gleichzeitig Erholungsgebiete für den Menschen.

DER GRUEN-FOOTPRINT

Sind Sie ein Naturschützer?

Nebst dem Klimawandel ist das weltweite Artensterben eine der grössten Bedrohungen für unsere natürlichen Lebensgrundlagen. Welchen Beitrag leisten Sie für den Erhalt der Arten? Machen Sie den Test!

IHR PERSÖNLICHER GRUEN-FOOTPRINT

1 Garten

2 Freizeitaktivitäten

3 Praktischer Umweltschutz

4 Gesellschaftliches Engagement

5 Ernährungsstil

6 Lebensmitteleinkauf

7 Ersparnisse



TOTAL PUNKTE

1 WIE SIEHT IHR BALKON ODER GARTEN AUS?

- Aufgeräumt, exotisch und schädlingsfrei. → 8
- Farbenfroh, biologisch, wild, mit vielen Nützlingen. → 0
- Funktionaler Steingarten, tier- und pflanzenfrei. → 10
- Rasen, ein paar ausgewählte Pflanzen, ohne Pestizide. → 5
- Ich habe weder einen Garten noch einen Balkon. → 3

2 WAS MACHEN SIE IN IHRER FREIZEIT AM MEISTEN?

- Gärtnern, Velo fahren, joggen oder chillen in der Badi. → 1
- Gesellschaftsspiele, gamen, TV schauen, lesen. → 2
- Motorrad- oder Autospritzfahrten. → 12
- Aktivitäten in der Halle, zum Beispiel im Tennis-, Kletter- oder Fitnesscenter. → 6

3 BETREIBEN SIE PRAKTISCHEN UMWELTSCHUTZ?

- Ich beteilige mich an Tier- oder Pflanzenmonitorings, Clean-up-Days, säubere Bäche oder helfe Bergbauern. → 0
- Selbst nicht, aber ich unterstütze Natur- und Umweltorganisationen, damit sie das für mich übernehmen. → 3
- Nein, ich engagiere mich lieber anderweitig. → 6
- Nein, aber ich Sorge dafür, dass den Naturschützern die Arbeit nicht ausgeht, und lasse ab und zu etwas Müll liegen. → 18

Foto: Adobe Stock (1), Illustration: Pirmin Beeler

4 ENGAGIEREN SIE SICH FÜR EINE ÖKOLOGISCHERE GESELLSCHAFT?

- Ja, ich entscheide mich an Abstimmungen und Wahlen für umweltschonende Lösungen und Politiker. → 2
- Ja, sowohl bei Abstimmungen und Wahlen als auch im Alltag, zum Beispiel am Arbeitsplatz, in Diskussionen mit Kollegen, mit Leserbriefen oder mit Anträgen an Behörden. → 0
- Nein, Umweltschutzorganisationen und Öko-Hippies machen da bereits genug. → 15
- Mein Lebensmotto ist YOLO – «you only live once». Wie es mit der Natur und der Menschheit weitergeht, ist mir egal. → 22

5 WELCHER ERNÄHRUNGSSTIL TRIFFT AUF SIE ZU?

- Zu jeder Mahlzeit eine ordentliche Portion Fleisch, zum Beispiel Hamburger und Pommes. → 8
- Traditionelle Gerichte, ergänzt mit Fleisch für die Würze – wie Spaghetti Bolognese oder Rösti mit Speck. → 5
- Vegetarische Gerichte mit Milch und Ei wie zum Beispiel Gemüse-Lasagne. → 2
- Vegane Gerichte wie Spaghetti aglio e olio, getoppt mit etwas Spinat. → 1
- Seltene und edle Fleischstücke wie Rinds-Entrecôte oder Filet. → 16
- Ein bisschen was von allem. Jedoch Fleisch und deftige Käsespeisen nur gelegentlich. → 3

6 WAS FÜR LEBENSMITTEL KAUFEN SIE?

- Nahrungsmittel mit besonders guter Bio-Auszeichnung wie beispielsweise dem Knospe- oder Demeter-Label. → 0
- Mehrheitlich Bio-Produkte, unabhängig vom Label. → 1
- Mir sind regionale Lebensmittel aus der Schweiz wichtig, unabhängig von der Produktionsweise. → 3
- Bei Nahrungsmitteln achte ich ausschliesslich auf Kriterien wie Geschmack und Preis. → 12

7 WAS TUN SIE MIT IHREM ERSPARTEN?

- Das habe ich mit möglichst hoher kurzfristiger Rendite angelegt. → 12
- Das ist ökologisch nachhaltig angelegt, und/oder ich investiere es in ökologisch nachhaltige Projekte. → 0
- Meine Vermögensverhältnisse erlauben mir kein Ersparnes, das ich anlegen kann. → 1

AUSWERTUNG

- 0 bis 20 Punkte → Bravo! Sie sind top engagiert und helfen mit, dass gesunde Ökosysteme auch zukünftige Generationen erfreuen können.
- 21 bis 50 Punkte → Sehr gut. Sie tun bereits viel für die Natur und Umwelt. Weiter so.
- Mehr als 50 Punkte → Echt jetzt? Da wäre mehr möglich. Checken Sie mal Ihre Antworten mit den besonders hohen Punktzahlen!

DIE ZAHL

3000

Obstsorten gab es um 1900 in der Schweiz.



BESSER LEBEN

Sagt Ihnen «Alkmene», «Clapps Liebling» oder «Webers Säm-ling» etwas? Es sind die **Namen alter Obstsorten**, die heute als Raritäten gelten. In der Schweiz sind seit 1900 rund 1000 Obstsorten verschwunden. **Biologische Vielfalt aber ist wichtig** für die Natur, sonst gerät sie aus dem Gleichgewicht. Biologische Vielfalt liefert

sauberes Wasser und saubere Luft, sie versorgt uns mit Nahrung und Arzneimitteln und sorgt für fruchtbare Böden sowie angenehmes Klima. Indem Sie alte Sorten in Bioläden oder auf dem Wochenmarkt kaufen, helfen Sie der Natur. Oder: Wieso nicht gleich eine solche Rarität im eigenen Garten pflanzen?

WEITERE TIPPS FÜR MEHR VIELFALT

- Ein Balkon oder Garten mit bunten, einheimischen Wildblumen bietet Wildbienen, Schmetterlingen und anderen Insekten Nahrung und Lebensraum.
- Verzichten Sie auf Pestizide, wählen Sie biologische Mittel, und setzen Sie die Pflanzenarten so, dass sie zueinander passen. So erreichen Sie auch ohne Gift einen hohen Ertrag.
- Geben Sie biologischen Lebensmitteln den Vorzug, indem Sie sie selber anbauen, sich Genossenschaften anschliessen oder in Lebensmittelgeschäften, Bioläden und Reformhäusern nach entsprechenden Produkten verlangen.



Der WWF unterstützt Menschen dabei, ihren ökologischen Fussabdruck zu verringern. Für eine Standortbestimmung bietet der WWF den Footprint-Rechner im Internet und in der WWF Ratgeber-App an. Konkrete Tipps und Tricks ebenfalls.



Swisscom unterstützt als Partnerin den WWF Footprint-Rechner und die WWF Ratgeber-App. www.wwf.ch/footprint

A woman with long brown hair, wearing a light purple jacket and shorts, is captured in a dynamic pose as if running or jumping through tall green grass. She is positioned on the left side of the frame, moving towards the right. In the background, there is a calm pond surrounded by lush green trees and foliage under a bright, slightly overcast sky. The overall scene is vibrant and natural.

Sie trotzt allen Hürden

Olympia abgesagt, sämtliche Pläne vergebens: Leichtathletin Lea Sprunger erzählt, wie sie in der Krise ihre Motivation wiederfand und das Gärtnern entdeckte.

Interview: Barbara Halter/Fotos: Véronique Hoegger
Styling: Arianna Pianca, Style Council

Hair & Make-up: Helve Leal, Style Council

Für die Inspiration Games im Stadion Letzigrund kam Lea Sprunger nach Zürich. Tags darauf posierte sie am Schübelweiher in Küsnacht und in Zollikon.

GRUEN: Lea Sprunger, eigentlich hätten Sie im August an den Olympischen Spielen in Tokio teilgenommen. Spielen Sie manchmal mit dem Gedanken, was wäre wenn ...?

Ja, natürlich frage ich mich, wo ich ohne die Pandemie stehen würde. Normalerweise wäre ich jetzt in Topform. Aber es bringt nichts, solchen Gedanken nachzuhängen. Ich probiere, die Situation positiv zu nehmen: Es bleibt mir nun ein Jahr mehr Zeit, um besser zu werden.

Was passiert mit Ihnen als Sportlerin, wenn die Wettkämpfe wegfallen?

Es ist sehr schwierig, das Training richtig zu planen, vor allem, wenn sich ständig wieder etwas ändert. Während des Lockdown kämpfte ich mit Motivationsproblemen. Ich bin jemand, der immer genau weiss, was, wann, wo. Von einem Tag auf den anderen fühlte ich mich verloren.

Wer hat Sie in dieser Zeit am meisten unterstützt?

Statt im Trainingszentrum in Holland war ich zu Hause, und meine Familie und mein Freund waren ganz, ganz wichtig. Sie wissen genau, wie viel ich investiere für den Sport und was er für mich bedeutet.

Was für Strategien halfen?

Loslassen! Und sich sagen: Es ist, wie es ist. Ich war ja auch nicht die Einzige. Für alle Athleten war und ist die Situation schwierig.

Kam die grundsätzliche Frage:

Warum mache ich das überhaupt?

Nein, nie.

Sie haben angekündigt, 2021 zurückzutreten, ändert sich dieser Entscheid?

Nein, mein letztes Ziel waren die Olympischen Spiele, danach wollte ich ein entspannteres Jahr anhängen, um zu geniessen. Nun mache ich das halt dieses Jahr und nicht 2021.

Von Ihnen wird gesagt, dass Sie auf der Bahn gut leiden können.

Wie bekommt man diese Fähigkeit?

Das ist eine gute Frage, aber ich habe darauf keine Antwort. Entweder kann man es – oder nicht.

Sie konnten schon als Kind gut leiden?

Nein, diese Fähigkeit ist langsam und intuitiv gewachsen. Über den Sport habe ich sehr viel über mich gelernt: wohin ich will, was ich mag und was es braucht, um eine Top-Athletin zu sein.

«Über den Sport habe ich sehr viel über mich gelernt: wohin ich will, was ich mag und was es braucht, um eine Top-Athletin zu sein.»

Am 5. März sind Sie 30 geworden. Hat dieser Geburtstag für Sie eine besondere Bedeutung?

Ich bin kein Geburtstags-Mensch, ich zelebriere diesen Tag nicht besonders. Aber 30 ist schon eine coole Zahl, darum habe ich im Voraus mit Freundinnen und Familie gefeiert. Am Tag selbst war ich im Trainingszentrum in Holland.

Als Sportlerin ist das Älterwerden sicher schwieriger.

Klar, in der Leichtathletik gelten die Jahre zwischen 26 und 30 als «Golden Age». Ich spüre keine Panik, dass ich nun am Ende dieser Zeit bin, aber das Thema Alter kommt in meinem Alltag fast täglich auf den Tisch.

Spüren Sie das Alter denn?

Ja. Nicht leistungsmässig, aber mein Körper braucht mehr Zeit zum Aufwärmen. Ich muss gut auf mich achten und spüre vermehrt kleine Wehwehchen. →



Lea Sprunger pendelt zwischen ihrem Wohnort Gingins VD und den Niederlanden. Sie folgte ihrem Trainer Laurent Meuwly, der seit rund einem Jahr am Nationalen Sportzentrum Papendal für den holländischen Leichtathletikverband arbeitet.

Styling: Seite 12 und 13: Mantel Tara Mabbala, Backkleid Round Rivers, Uhr Omega, Schuhe Vögele. Seite 14: Kleid Samsee & Samsee by Zalando, Uhr Omega. Seite 15: Backkleid Round Rivers



2020 hätte ihr Jahr werden sollen, die Olympischen Spiele in Tokio der Höhepunkt in Lea Sprungers Karriere als Hürdenläuferin.

Beschäftigen Sie sich mit dem Leben nach dem Sport?

Ja, seit Langem. Als Sportlerin weiss man, dass es plötzlich fertig sein kann. Ich kann morgen umfallen, mein Knie kaputtmachen, und das wars mit meiner Karriere. Mein Leben nach dem Sport habe ich darum stets im Hinterkopf. Was genau, ist noch offen, wahrscheinlich etwas im Bereich Leichtathletik oder Sportevents. **Sie sollen davon träumen, Floristin zu werden.** (Lacht). Ja, mit Blumen arbeiten würde ich gern. Aber das bleibt wohl ein Traum.

Ich weiss nichts über Blumen, sie gefallen mir einfach sehr.

Haben Sie ein Faible fürs Handwerkliche?

Ob ich Talent habe, weiss ich nicht, aber ich mache gerne Sachen mit den Händen: kochen, draussen im Garten sein. Meist fehlt mir allerdings die Zeit dazu.

Sie wohnten ein paar Jahre in Lausanne, sind nun aber wieder in Gingins zu Hause. Im Dorf, wo Sie aufgewachsen sind. Wieso der Rückzug aufs Land?

Ich brauche meine Ruhe. Die Stadt war lässig für die Zeit zwischen 23 und 28. Aber jetzt möchte ich draussen im Garten

sein können, und meine Kinder sollen mal so aufwachsen können wie ich einst.

Was haben Sie für Erinnerungen an Ihre Kindheit?

Wir vier Kinder waren immer draussen, ob es regnete, schneite oder die Sonne schien. Wir haben im Wald Hütten gebaut und spielten oft mit meinem Vater Fussball.

Welche Werte haben Sie als Kind mitbekommen?

Respekt, Ausdauer – wenn man etwas anfängt, dann macht man es fertig. Ausserdem hatten meine Eltern immer eine positive Lebenseinstellung. Das will ich weitergeben.

Was bedeutet für Sie die Natur?

Ich bin immer noch viel und gern draussen, dies war auch ein Grund, wieder nach Gingins zu ziehen. Ich wohne praktisch in der Natur, das Haus liegt gleich neben dem Wald, 200 Meter von meinen Eltern entfernt. Ich freue mich sehr darauf, nach meiner Karriere wieder mehr Zeit zum Wandern und Velofahren zu finden. →

Begonnen hat Lea Sprunger mit Siebenkampf. Diesen Sommer hat sie nun Zeit, sich wieder mal zum Spass Disziplinen wie 100- und 200-Meter-Lauf oder Kugelstossen zu widmen.

«Ich möchte draussen im Garten sein können, und meine Kinder sollen mal so aufwachsen wie ich.»



Styling: Seite 16: Kleid Cassac by Karin Kari, Mantel Lidia Noba, Schuhe Doerenbach. Seite 17: Hemd Anna Nis, Hosen Jungle Folk, Ohrringe Claudia Nabholz, Uhr Omega, Schuhe Vögele



Sie kochen gern. Worauf achten Sie dabei?

Eine gesunde Ernährung ist für mich als Sportlerin ein grosses Thema, besonders wenn man älter wird. Vieles ist für mich auch selbstverständlich. Meine Mami hat immer sehr gut und gesund gekocht, mit Gemüse aus dem eigenen Garten. Das möchte ich weiterführen.

Haben Sie einen eigenen Garten?

Ja, in der Corona-Zeit hatten wir Zeit, Gemüsebeete anzulegen. Wir probieren vieles aus. Unser Dorf liegt auf 600 Metern, da wächst nicht alles. Karotten, Salat, Tomaten und Radieschen und Zucchini kommen gut, mit den Peperoni klappte es nicht.

Könnten Sie sich vorstellen, vegetarisch zu leben?

Ui nein, ich mag sehr gern Fleisch. Darauf werde ich nie verzichten können. Aber ich versuche, möglichst Fleisch vom Nachbarshof zu essen und nicht aus Argentinien oder sonst wo. Für mich macht es zum Beispiel mehr Sinn, Fleisch aus der Schweiz zu essen als Avocados aus Peru.

Haben Sie Ferienpläne für den Sommer?

Ja, ich fahre im September für zwei Wochen nach Südfrankreich, in die Provence. Mein Freund lebte dort sieben Jahre lang, und seine Eltern besitzen immer noch ein Haus. Das Dorf hat bloss 30 Einwohner. Es ist mega ruhig, man hat fast keinen Handyempfang. Das liebe ich: Zeit nur für mich und meinen Freund zu haben.

Schweizer Rekord über 400 Meter und 400 Meter Hürden, in Letzterem wurde Lea Sprunger 2018 Leichtathletik-Europameisterin.

Haben Sie einen speziellen Kraftort?

Meine Familie, mein Elternhaus. Als ich noch in Lausanne lebte und nach einem Wettkampf oder einem Trainingslager wieder Energie brauchte, ging ich oft für einen Tag zu ihnen.

Einer Ihrer Neujahrsvorsätze, so schrieben Sie auf Instagram, war mehr Umweltschutz. Was ist daraus geworden?

Ich probiere vor allem, im Kleinen anzusetzen: weniger Plastik verwenden, recyceln, regionale Produkte essen. Leider fliege ich zu viel, das geht mit meinem Job nicht anders.

Wie halten Sie es privat mit dem Fliegen?

Ich gehe zum Beispiel nicht für eine Woche nach Amerika, sondern mache lieber Ferien in Frankreich. Früher flog ich schon mal für zwei Tage nach Barcelona, das mache ich nicht mehr. Ein solches Verhalten ist blöd.

DER GRUEN-FOOTPRINT

Wie engagiert ist Lea Sprunger als Naturschützerin?

1 Garten	0
2 Freizeitaktivitäten	1
3 Praktischer Umweltschutz	3
4 Gesellschaftliches Engagement	-
5 Ernährungsstil	16
6 Lebensmitteleinkauf	3
7 Ersparnisse	0
Total Punkte	23

23 Punkte = Für einmal kein Spitzenplatz, aber immer noch gutes Mittelfeld für Lea Sprunger. Ihr Resultat liesse sich leicht steigern: ab und zu das Fleisch weglassen und vegetarisch essen.

Der GRUEN-Footprint wurde vom WWF Schweiz für SI GRUEN entwickelt. Der Test soll für den Alltag sensibilisieren und Spass bereiten. Berechnen Sie Ihren eigenen Footprint auf den Seiten 10 und 11.

Styling Seite 18: Kleid Kathrin Eckhardt Studio, Produktion: Susanne Märki, Assistenz: Linus Bart

Lohnt sich eine Solaranlage?



Jetzt online berechnen

Entfesseln Sie die Kraft der Sonne in Ihrem Eigenheim. Mit Home Energy produzieren und nutzen Sie Strom aus nachhaltiger Quelle mit der eigenen Solaranlage.

Solarrechner auf www.home-energy.ch





Bernerin auf Hai-Mission

Fotos: Flurina Rothenberger (1), Michael Scholl / SOFS (1)

Die Meeresbiologin Ornella Weideli hat sich dem Schutz von Haien verschrieben: «Den Leuten ökologische Zusammenhänge zu erklären, ist viel schwieriger, als Plastikröhrli zu verbannen.»

1 + 2 Die letzten paar Jahre forschte Ornella Weideli immer wieder auf dem Saint-Joseph-Atoll in den Seychellen. Dort untersuchte sie zwei Hai-Arten, die miteinander aufwachsen. Momentan wohnt sie in Zürich und plant neue Projekte.



1 Ornella Weideli an ihrem Arbeitsort auf den Seychellen: Manchmal wartet sie stundenlang, bis sich ein junger Zitronenhai nähert. 2 Dem Schwarzspitzen-Riffhai entnimmt sie im Wasser eine Blutprobe. 3 + 4 Die Tiere werden vermessen, gewogen und gepippt, die Daten akribisch aufgezeichnet.

Text: Lisa Merz

Manchmal werden Träume wahr. Dann springen Wale aus dem türkisblauen Wasser, Schildkröten spielen im weissen Sand, und die Sonne verschwindet tiefrot am Horizont. Diese Szenerie malte Ornella Weideli als Mädchen immer und immer wieder.

Heute arbeitet die Bernerin genau an solchen Orten. Plus ein bisschen Realität, zugegeben. Was auf den Kinderzeichnungen nicht zu sehen war: die Tausenden von Mücken und die rudimentäre Hütte ohne Strom, wo die Meeresbiologin für ihre Doktorarbeit auf der 1,7 Quadratkilometer grossen Insel D'Arros in den Seychellen lebte. «Meer und weisse Strände – ich kann mir noch heute keinen schöneren Ort auf der Welt vorstellen», sagt die 34-Jährige, die momentan in Zürich wohnt. Sie weiss, dass ihr Paradies bedroht ist und das marine Ökosystem leidet. «Mit meiner Arbeit will ich für dessen Schutz kämpfen. Daten alleine sind zwar interessant, nützen der Natur aber nicht viel. Wir Wissenschaftler haben eine Verpflichtung.»

«Haie lösen Emotionen aus. Oft fragen die Leute, ob ich Angst habe»

Ornella Weideli erforscht Junghaie. «Erzähle ich das, folgt prompt eine Reaktion. Haie lösen Emotionen aus. Das ist etwas anderes, als wenn ich sagen würde, dass ich Schnecken untersuche», sagt sie und lacht. Es gibt mehr als 450 Hai-Arten, über die meisten ist bisher we-

nig bekannt. Für ihre Doktorarbeit wollte Ornella Weideli auf den Seychellen herausfinden, wie Schwarzspitzen-Riffhaie und Zitronenhaie im kleinen Saint-Joseph-Atoll miteinander aufwachsen können. Sie untersuchte unter anderem, wann die Tiere geboren werden, wie schnell sie wachsen, was sie fressen und in welchem Umkreis sie sich bewegen. Alles Fakten, die noch wenig erforscht sind. Dafür wartet Ornella Weideli mit ihrem Team Tag für Tag im kniehohen Wasser, Körper und Gesicht mit UV-abweisenden Materialien bedeckt, und wartet, bis sie ein Jungtier fangen und untersuchen können.

«Oft fragen mich die Leute, ob ich keine Angst habe. Dabei interessieren sich Haie eigentlich gar nicht für Menschen», erzählt sie. Was die meisten nicht wissen: Jährlich sterben mehr Personen durch einen Bienenstich als durch einen Hai-Angriff. Menschen hingegen fangen Haie gezielt. Das führt dazu, dass über 30 Prozent der Haie und Rochen vom Aussterben bedroht sind.

Das grösste Problem ist die Fischerei. Jährlich sterben dadurch zwischen 63 bis 273 Millionen Haie. «Und das ist nur die offizielle Zahl. Denn die illegale Fischerei ist ein Riesen-Business», sagt Ornella Weideli. Die High Seas, Gewässerzonen, welche keiner staatlichen Überwachung unterliegen, werden auch als Wilder Westen der Ozeane bezeichnet. Sie bedecken die Hälfte der Erdoberfläche und waren lange der letzte Rückzugsort für viele Meeresbewohner.

Heute werden Haie auch wegen ihrer lukrativen Flossen gejagt. Vor allem in Asien gelten diese als Delikatesse oder werden für Heilmittel und Kosmetika verwendet. «Beim Shark-Finching schneiden sie dem Hai die Flossen bei lebendigem Leib ab», erklärt Ornella Weideli. «Klar, ob es den Weissen Hai noch

gibt oder nicht, stört uns hier in der Schweiz nicht direkt. Aber wir haben jetzt beim Corona-Ausbruch gesehen, was es heissen kann, wenn wir Wildtiere verdrängen, sie ihres natürlichen Lebensraums berauben und ihnen zu nahe kommen. Das Gleichgewicht gerät längerfristig ins Wanken.»

Neu sind 30 Prozent der Gewässer der Seychellen geschützte Zonen

Neben der Fischerei bekommen Haie auch die globale Erwärmung zu spüren. Ist das Wasser nur ein paar Grad wärmer, sind sie weniger stresstolerant. Weichen sie in kühlere Gewässer aus, hat das Auswirkungen auf andere Meeresbewohner oder ganze Ökosysteme. «Den Leuten diesen Zusammenhang zu erklären, ist viel schwieriger, als ein paar Plastikröhrli zu verbannen», sagt Ornella Weideli. Die Verschmutzung durch Mikroplastik sei im Vergleich zur Fischerei und der Erderwärmung ein viel kleineres Problem.

Einen Sieg hat Ornella Weideli bereits errungen: Seit diesem Frühling sind 30 Prozent der Gewässer der Seychellen geschützte Zonen. «Jetzt müssen

wir sicherstellen, dass diese Zonen auch kontrolliert und patrouilliert werden, damit diese neue Regelung ihren Zweck erfüllt. Zudem sollten wir generell mehr über die lokalen Hai-Populationen erfahren.» Denn solche Schutzzonen bringen nicht viel, wenn man nicht weiss, wie oft sich die Tiere überhaupt darin aufhalten. «Am besten wäre es, wenn Haie in allen Gewässern geschützt wären und nicht nur in einzelnen Zonen. Im Atlantik zum Beispiel stimmen die Routen der Fischereiflotten und die der Haie zu 80 Prozent überein. Diese Überlappung ist gravierend und bedroht die Hai-Bestände drastisch.»

Ornella Weideli ist Vegetarierin aus Überzeugung. Missionieren liegt ihr trotzdem nicht. Viel lieber klärt sie die Leute über Haie auf. Dass diese schon seit über 400 Millionen Jahren auf der Welt existieren, sieben Sinne haben und ihr Skelett nur aus Knorpeln besteht. Dann vergisst sie für einen Moment den schier aussichtslosen Kampf für die Haie und gerät ins Schwärmen – wie damals, als sie Bild um Bild mit Walen, tropischen Sandstränden und Sonnenuntergängen malte.



Der Türlerseer in Zürich ist Ornella Weideli zu kalt für ein Bad. «Ich bin ein extremer Gfrörli.»

Fotos: Ryan Daly/SOSF (1), Clare Daly/SOSF (3), Flurina Rothenberger (1)

«Im Atlantik stimmen die Routen der Fischereiflotten und die der Haie zu 80 Prozent überein – das ist gravierend.»

«Wir haben Ventilfunktion»

Kaum hat er begonnen, gerät die Welt ins Wanken: Roland Thomann legt als neuer Chef der Glückskette einen turbulenten, aber erfolgreichen Start hin.

Interview: Barbara Halter/Fotos: Roland Tännler

Das Kusenbad in Küssnacht ist Roland Thomanns Lieblingsort am Zürichsee. Nicht weit davon entfernt, etwas den Hügel rauf, wohnt er mit seiner Familie. Zum Interview sitzen wir am langen alten Holztisch in der Wohnküche. Es riecht dezent nach frischer Farbe, die Familie ist erst kürzlich eingezogen. Roland Thomann, 45, pendelt zwi-

schen Zürich und Genf, wo sich der Hauptsitz der Glückskette befindet. Im Januar hat er als neuer Direktor der Stiftung angefangen. Mit einem Blitzstart. Denn kurz später befindet sich die Schweiz im Lockdown, und die Glückskette startet eine der grössten Sammelaktionen ihrer Geschichte.
GRUEN: Roland Thomann, wenn die Glückskette zum Spenden aufruft, geht es

meisten um Naturkatastrophen. Passte eine Pandemie überhaupt ins Konzept? Wir mussten tatsächlich erst abwägen, ob eine Sammlung angebracht war – und waren unsicher, ob überhaupt Gelder zusammenkommen würden. Hinzu kam die erschwerte Organisation: Wir sassen alle im Homeoffice. Auch die traditionelle Telefonzentrale konnten wir nicht einrichten. Ein grosser Teil unsererer →



Im Kusenbad am Zürichsee ist Roland Thomann oft anzutreffen. Mit seiner Familie wohnt er ganz in der Nähe.



«Viele verspüren beim Spenden eine Befriedigung und fühlen sich danach besser.»

Freiwilligen, die sonst die Anrufe entgegennehmen, sind Pensionäre. Die Spenden gingen dann vor allem digital ein. **Und dies sehr zahlreich. Die Glückskette erreichte eines ihrer besten Resultate: Seit dem 23. März wurden über 40 Millionen gespendet. Gibt es Regeln, wann Menschen besonders grösszügig sind?**

Wichtig ist, dass die Spender eine Verbindung und Nähe zum Thema aufbauen können. Das war zum Beispiel beim Tsunami so, der Gebiete betraf, wo viele schon mal in den Ferien waren. Bei Naturkatastrophen weiss dazu jeder, das könnte theoretisch auch mir passieren. Entscheidend ist auch das Ausmass einer

Katastrophe und welche Präsenz sie in den Medien erhält. **Gab es bei der Pandemie zusätzliche, ganz spezifische Gründe?**

Ja. Alle waren betroffen, man musste zu Hause arbeiten, konnte Eltern oder Grosseltern nicht mehr besuchen, musste sich einschränken. Trotzdem fanden viele Leute:

Okay, es ist zwar schlimm, aber mir geht es gut. Sie haben aus Dankbarkeit gespendet. Viele verspüren beim Spenden eine Befriedigung und fühlen sich danach besser. Die Glückskette erfüllt eine Ventilfunktion gegenüber der Gesellschaft: Über uns kann man Solidarität und Betroffenheit einfach ausdrücken.

Viele Leute hat es zum Beispiel extrem beschäftigt, dass Menschen in der Schweiz für Lebensmittelhilfe anstehen mussten. Dass es bei uns eine Schicht von Working Poor gibt. Menschen, die viel arbeiten, sich mit unsicheren Jobs durchschlagen und dann durch die Pandemie vor dem Nichts standen.

Was passiert nun mit den 40 Millionen Franken?

Sie gehen an 104 Schweizer Organisationen, die sich um die Umsetzung kümmern. Ein Teil wurde für Soforthilfe aufgewendet, etwa für Menschen, die Ende des Monats kein Geld mehr für Lebensmittel hatten. Der andere Teil ist für Lücken gedacht, die nun erst im Nachgang des Lockdown sichtbar werden: Familien, die in finanzielle Engpässe geraten, ihre Krankenkasse nicht mehr bezahlen können. Je nach Grösse der Familien erhalten sie zwischen 300 und 1000 Franken ausbezahlt.

Haben Sie Geschichten mit Spendern erlebt, die Sie besonders berührt haben?

Eine Geschichte ist von meiner fünfjährigen Tochter: Sie hat ihr Kässeli geleert, einen Einfränkler auf ein Papier geklebt und rundherum ein Bild gemalt. Sie habe im Fernsehen gesehen, dass ich Geld sammle, und fand es wichtig zu spenden. Das hat mich sehr bewegt, ihre Zeichnung hängt nun in meinem Büro in Genf. Sie soll mich daran erinnern, dass jeder Franken zählt. Besonders war auch, dass viele Menschen, die selbst nicht so viel haben, trotzdem 50 Franken gaben. Fast ein Viertel der Gelder erhielten wir von Firmen, das ist eher unüblich. Viele haben ihre Belegschaft zum Spenden motiviert und den Betrag verdoppelt. Diese Solidaritätswelle zu spüren und zu merken, dass

die Gemeinschaft zusammensteht, wenn es darauf ankommt, ist ein überwältigendes Gefühl.

Das Wort Solidarität ist mittlerweile auch ein Gummibegriff. Was verstehen Sie darunter?

Für mich bedeutet Solidarität, dass man ungeachtet der Umstände füreinander einsteht, bei Freundschaften, aber auch in losen Gemeinschaften.

Denn wenn es allen gut geht, geht es auch jedem Einzelnen besser. Dabei geht es bei der Solidarität nicht nur um finanzielle Hilfe, sondern auch um jemanden, der einem zuhört, der einfach da ist.

Im Internet kommentierte jemand: «Die Glückskette ist so altmodisch.» Einen gewissen nostalgischen Touch hat die Organisation. Wie sehen Sie das?

Ja, ja, sicher. Die Glückskette wird im nächsten Jahr 75. Es ist nun an der Zeit, einiges neu zu interpretieren. Das ist die Aufgabe, die ich in den nächsten zwei Jahrzehnten zu lösen habe. Darum hat man mit mir auch einen etwas jüngeren Direktor als üblich gewählt. Der Wandel muss aber mit viel Fingerspitzengefühl geschehen. Die Essenz dieser Organisation, dieser solidarische Reflex in der Gesellschaft, dass man andere Leute nicht im Stich lässt, darf nicht verloren gehen. **Sie arbeiteten früher für Ärzte ohne Grenzen, waren in Ländern wie Swasiland, Niger, Tschad und Kongo im Einsatz. Wie setzen Sie diese Erfahrungen ein?** Sie helfen mir, die Realität der Projekte zu verstehen, die wir finanzieren. Oft startet man mit einer bestimmten Absicht, doch dann ändern sich die Bedürfnisse, und man muss umdenken. Ich bin offen für eine gewisse Agilität. Zudem möchte ich auf →



Stürmische Zeiten für den neuen Chef der Glückskette. Als Entspannung bekocht Roland Thomann gerne seine Freunde.

«Wenn die wichtigsten materiellen Bedürfnisse erfüllt sind, ist Glück eine Einstellungs-sache.»

längerfristige, innovative Hilfsprogramme setzen. **Das Thema Klimawandel hat es zurzeit schwer, aber gerade Naturkatastrophen sind eng damit verbunden. Ist dies ein Schwerpunkt bei der Glückskette?**

Der Klimawandel wird enorme Migrationsströme auslösen, für die wir eine gesamtgesellschaftliche Lösung finden müssen. Die Menschen in unseren ausländischen Projekten bekommen die Auswirkungen des Klimawandels als Erste zu spüren und in drastischer Weise. Wir leisten zum Beispiel einen Beitrag, indem nach einem Erdbeben die Infrastruktur ökologischer wiederaufgebaut wird: Solar-kollektoren statt Dieselmotoren, langlebige Bauten. Bei der Nothilfe wird darauf geachtet, dass die Produkte nicht in Unmengen Plastik verpackt sind und – ganz wichtig – lokal eingekauft werden. Seifen sollen nicht in China gekauft werden, sondern vor Ort. Auch damit der regionale Seifenhändler nicht auf seiner Ware sitzen bleibt, wenn sie von den ausländischen Helfern gratis abgegeben wird. **Wann war Ihr letzter Einsatz im Ausland?**

Der ist schon länger her! Geplant war, dass ich für die Glückskette schnell ins Feld gehe. Wir wollten Anfang Jahr zum zehnjährigen Jahrestag des Erdbebens nach Haiti, im März wäre ich nach Nepal geflogen, dort war vor fünf Jahren ebenfalls ein starkes Erdbeben. Beide Besuche wurden abgesagt. **«Y'a du bonheur pour tout le monde, das Glück ist für**

alle da!», mit diesem Lied wurde 1946 die erste Sammelaktion der Glückskette für kriegsversehrte Kinder begleitet. Was haben Sie für ein Verhältnis zum Begriff Glück? Glück ist sehr individuell und ist im Grunde nichts Materielles. Wenn die wichtigsten Bedürfnisse im Leben erfüllt sind, wird Glück nicht mehr von Geld bestimmt, sondern ist eine Einstellungssache. Ich finde bei der Glückskette spannend, dass man die Spender und ihre Grosszügigkeit zelebrieren darf. Das hat mir bei meinen früheren Jobs im humanitären Bereich gefehlt: diese gewisse Leichtigkeit trotz ernsthaften Themen. 🌱

DER GRUEN-FOOTPRINT

Wie engagiert ist Roland Thomann als Naturschützer?

1 Garten	0
2 Freizeitaktivitäten	1
3 Praktischer Umweltschutz	0
4 Gesellschaftliches Engagement	2
5 Ernährungsstil	2
6 Lebensmitteleinkauf	3
7 Ersparnisse	0
Total Punkte	8

8 Punkte = Ein hervorragendes Resultat! Roland Thomann überzeugt mit vegetarischer Ernährung, einem Bio-Garten und nachhaltigen Geldanlagen.

Der GRUEN-Footprint wurde vom WWF Schweiz für SI GRUEN entwickelt. Der Test soll für den Alltag sensibilisieren und Spass bereiten. Berechnen Sie Ihren eigenen Footprint auf den Seiten 10 und 11.

Foto: z/g

OFFENE LEHRSTELLEN BEI DER BKW GRUPPE

Mit Neugierde – Lebensräume gemeinsam gestalten

Eine Lehre bei der BKW bietet eine hervorragende Einstiegsmöglichkeit ins Berufsleben – mit einem grossen Spektrum: In 45 Lehrbetrieben werden 600 Lernende in 25 Berufen zu selbstständigen, kompetenten und verantwortungsbewussten Fachleuten ausgebildet.

Die BKW ist eine international tätige Energie- und Infrastrukturdienstleisterin mit Sitz in Bern. Sie bietet Lösungen in den Bereichen Energie, Gebäude und Infrastruktur an. In diesem innovativen Umfeld arbeiten mehr als 10000 Mitarbeitende und gestalten Lösungen für eine lebenswerte Zukunft. Sie baut Netze, produziert Energie, baut und saniert Gebäude energieeffizient oder realisiert Grossprojekte in den Bereichen Bau und Umwelt. Lernende profitieren von der langjährigen Ausbildungserfahrung und einem zukunftsgerichteten Arbeitsklima. Schweizweit bildet die BKW 600 Lernende in 25 Lehrberufen und 45 Lehrbetrieben aus und bietet Ausbildungen für Jugendliche mit verschiedensten Interessen und Neigungen.

Das sagen die Lernenden

Yannick befindet sich im zweiten Lehrjahr zum Sanitärinstallateur EFZ bei Guggisberg Kurz AG. Diese Ausbildung war quasi ein Kindheitstraum: «Bereits von klein auf habe ich mich gefragt, wie ein Haus gebaut wird. Seit ich in der Lehre bin, verstehe ich die Zusammenhänge und weiss, was es dazu braucht.» Jonas, der sich im dritten Lehrjahr zum Elektroninstallateur EFZ bei der AEK Build Tec AG ausbilden lässt, kann sich dank der BKW einen lange gehegten Wunsch erfüllen: «Ich wollte schon immer Handwerker werden. In der Schule arbeiten wir oft am Computer und simulieren und testen Schaltungen. Im Lehrbetrieb lerne ich, wie ich das umsetzen kann.»



Ein wichtiger Schritt in die Zukunft: Eine Lehre bei der BKW eröffnet den Lernenden viele Perspektiven.

Mit einer Lehre bei der BKW legen Lernende eine gute Basis für spannende berufliche Perspektiven. Sie werden zu selbstständigen, kompetenten und verantwortungsbewussten Fachleuten ausgebildet. Dies bestärkt auch Tabea, die im Sommer die Ausbildung zur Elektroinstallateurin EFZ bei der ISP Electro Solutions AG abgeschlossen hat: «Für das Lösen komplexer Aufgaben ist sowohl mein handwerkliches Geschick als auch mein Verstand gefragt. Ich schätze die Abwechslung und Vielseitigkeit.» Als grosser, fortschrittlicher Lehrbetrieb bietet das Unternehmen während und nach der Ausbildung vielfältige Entwicklungsmöglichkeiten. Gemeinsam gestalten wir Lösungen für eine lebenswerte Zukunft und leisten einen wertvollen Beitrag für die Gesellschaft.

Jetzt bewerben

Offene Lehrstellen, Schnupperangebote und alle weiteren Informationen sind ausgeschrieben auf www.bkw.ch/si-lehre

So profitieren die Lernenden

- Eine Lehre bei der BKW ist vielseitig, zukunftsweisend und sinnvoll.
- Die Ausbildung wird von Berufsleuten mit grossem Fachwissen und von professionellen Berufsbildnerinnen und Berufsbildern eng begleitet.
- Ein Lehrabschluss mit Berufsmaturität wird, wenn möglich, unterstützt.
- Ein grosses Netzwerk bietet viele Chancen. Die BKW Gruppe hat 130 Tochterfirmen im In- und Ausland – ein ideales Sprungbrett für eine erfolgreiche berufliche Karriere.
- Die BKW bietet moderne Anstellungsbedingungen, zum Beispiel 25 bis 30 Tage Ferien, flexible Arbeitszeiten, fairen Lohn oder Vergünstigungen für ÖV und weitere attraktive Angebote.

Kolossal: Die Elefanten genießen die Sommer-
sonne. Im Hintergrund
ragt der Zauberhut
wie ein Vulkan über das
Zoogelände.

Magische Momente im Kinderzoo

Im Kinderzoo wächst mit dem Zauberhut
eine neue Attraktion gegen den Himmel.
Die Elektro Winter AG liefert die Grundlage
für die Spezialeffekte in der neuen Manege.



«Der Neubau leitet eine neue Ära ein. Ab 2022 ist der Zoo ganzjährig geöffnet.» Franco Knie



1 Schöne Aussicht: Franco Knie auf dem Dach des 25 Meter hohen neuen Wahrzeichens des Kinderzoo.

2 Starkes Trio (v. l.): Gabriel Stillhard, Co-Geschäftsleiter der Elektro Winter AG, Franco Knie und Thomas Winter, der frühere Besitzer der Elektro Winter AG.

Text: Thomas Renggli
Fotos: Sophie Stieger

Die Giraffen recken ihre langen Häuse dem Besucher entgegen. Die Flamingos breiten ihre rosaroten Flügel aus. Die Aras kreischen fröhlich vor sich hin. Und im Elefantenpark trotten die grauen Riesen friedlich durch die steppenähnliche Anlage und scheinen mit ihren Rüsseln den Kamelen zuzuwinken. Kinder streicheln mit leuchtenden Augen die Ponys. Im Kinderzoo in Rapperswil-Jona SG herrscht sommerlicher Hochbetrieb – und Franco Knie ist bestens gelaunt: «Schauen Sie, wie alle Freude haben. Seit fast 60 Jahren ist der Kinderzoo ein Ort, der Gross und Klein glücklich macht.» Franco Knie, legendärer Elefantentrainer und heute Gesamtleiter des Zoos, setzt sich an einen Tisch auf der Restaurantterrasse, rückt seine Sonnenbrille zu recht und nimmt einen Schluck Mineralwasser. Zum Ausruhen ist es aber die falsche Zeit: «Ein Zoo muss mit der Zeit gehen und sich ständig weiterentwickeln.» Knie zeigt zu einem markanten Bau, der wie ein silberner Fels in den Himmel ragt: der Zauberhut, eine künftige Hauptattraktion des Tiergartens. Das 25 Meter hohe Gebäude entsteht an der Stelle des früheren Otariums, wo bis 2019



Seelöwen-Shows gezeigt wurden. Mit dem multifunktionalen Zauberhut will der Zoo seine Ausrichtung leicht justieren und vermehrt auch auf Events setzen. Diverse Veranstaltungen wie Präsentationen, Firmenanlässe oder Shows sind im neuen Wahrzeichen geplant. «Wir können mit der Lage direkt am See, dem Restaurant Himmapan Lodge und den naturnahen Tieranlagen eine ganz spezielle

Atmosphäre bieten», sagt Franco Knie. Auch für seinen Sohn, Franco Knie junior, warte im Zauberhut eine neue Manege: «Als Erstes ist eine Papageien-Show geplant. Aber auch Nummern mit Pferden und Hunden sind in der neuen Arena möglich.» Mit dem Neubau beginnt am Seeufer eine neue Ära. Ab 2022 wird der Tierpark ganzjährig geöffnet sein. Franco Knie: «Wir verfügen mittlerweile über

1 Stolzler Zooleiter: Franco Knie am Eingang zur Baustelle des Kinderzoo.

2 Kein Kabelsalat: Die Strom- und Gebäudeautomations-Hauptverteilung im Technikraum ist das Herzstück der Elektroanlagen.

3 Der Technikring im Bauch des Gebäudes: Von hier aus wird die Audio-, Licht und Eventtechnik eingespeist.

4 Der Herr des Stroms: der objektleitende Monteur Zarko Strbac (Elektro Winter AG) bei der Arbeit.

die Infrastruktur, um den Besuchern auch bei schlechtem Wetter ein attraktives Angebot präsentieren zu können. Und mit einem Weihnachtzoo bieten wir künftig eine neue Attraktion.» Bei den Worten des Zoochefs hört Thomas Winter gespannt zu. Der Elektroingenieur ist der frühere Besitzer der Elektro Winter AG, eines Unternehmens der BKW Building Solutions. Seit fast 60 Jahren ist die Firma quasi der Hauselektriker der Familie Knie. Thomas Winter sagt dazu: «Wir sind weit mehr als geschäftlich mit der Familie Knie verbunden. Wer die Chance erhält, an einem solch wunderbaren Projekt wie dem Kinderzoo mitzuarbeiten, tut dies mit Herzblut und Leidenschaft.» Jede Anlage im Zoo stelle besondere Herausforderungen – weil man gleichzeitig den Bedürfnissen der Tiere und denjenigen der Besucher gerecht werden muss. «Und jede Anlage ist ein Unikat», sagt Winter. Dies trifft auch auf den Zauberhut zu. Die Architektur stammt vom Ostschweizer Carlos Martinez. Er gewann die finale Ausschreibung gegen zwei Mitbewerber. Franco Knie ist begeistert von der Vision hinter dem Bau: «Der Zauberhut sieht aus wie ein Tuch, das man von einem Tisch abhebt und darunter alles hervorzauern kann.» Elektrotechnisch

bietet das Gebäude aber weit mehr als Hokuspokus und Simsalabim. Seit Oktober 2019 arbeiten bis zu 25 Mitarbeitende der ortsanässigen Elektro Winter AG unter Hochdruck an den elektrotechnischen Installationen. Co-Geschäftsleiter Gabriel Stillhard nennt die grössten Herausforderungen: «Wir mussten unter anderem ein Lichtkonzept entwerfen, das den völlig unterschiedlichen Nutzungen des Zauberhuts gerecht wird.» Das Herzstück der neuen Anlage ist ein «Technikring» im Untergeschoss. Er ist in der Lage, verschiedene technische Möglichkeiten wie etwa Multimedia-Einspielungen oder Licht unsichtbar umzusetzen. So erhalten die Besucher im Zauberhut ein visuelles Erlebnis der Extraklasse: 380 LED-Leuchten, die zu Girlanden zusammengeschaltet werden, vermitteln ein wunderbares Grundlicht und eine märchenhafte Atmosphäre. Dazu kommen elektrisch bedienbare Vorhänge und modernste Multimediantechnik: «Die Installationen machen es uns möglich, den Zauberhut quasi auf Knopfdruck zu verändern – oder eben: zu verzaubern», sagt Franco Knie lachend. Wichtig ist ihm, dass die komplexe Technik so gut erklärt und transparent installiert ist, dass sie auch für Nichtfachleute einfach zu bedienen ist.

«Ich bin schliesslich kein Elektriker», so Knie lachend. Thomas Winter sagt dazu: «Darin liegt die Kunst unserer Arbeit. Wir müssen die Mittel bieten, dass jeder mit der Technik arbeiten kann.» Zum Schluss des Zoobesuchs bietet Franco Knie einen exklusiven Überblick über das Gelände: vom Dach des Zauberhuts aus. Hier oben wird ersichtlich, was die Faszination des Geländes auch noch ausmacht: eine grandiose Aussicht über die Stadt Rapperswil mit ihrem imposanten Schloss, über den Seedamm bis zu den Glarner Alpen. Spätestens jetzt wird dem Besucher klar: Der Kinderzoo macht glücklich. Und der Zauberhut ermöglicht schon vor seiner offiziellen Einweihung im Oktober 2020 magische Momente. 🌟

Dieser Beitrag entstand in Zusammenarbeit mit BKW.



SUZANNE THOMA

Mehr smarte Moves für die Umwelt

„In Unternehmen gibt es immer wieder wichtige Entscheidungen zu treffen, so auch bei der BKW. Wenn diese zu positiven Resultaten führen, liest man in den Wirtschaftsblättern dann zuweilen, wir hätten einen smarten Move gemacht. Das englische Adjektiv smart ist allgegenwärtig. Falls Sie nicht genau wissen, was es bedeutet, lässt sich die Übersetzung via Smartphone nachschlagen. Smart ist heutzutage nicht nur das Handy, sondern auch der Roboter-Staubsauger. Und bald schon erleichtern smarte Möbel, die mit den Kindern mitwachsen, unseren Alltag. Das «Smart Home» soll unsere individuelle Lebensqualität erhöhen, so verkaufen es jedenfalls die Werbeprofis. Doch aus meiner Sicht steht bei solchen Botschaften hauptsächlich unsere Bequemlichkeit oder unsere Freude an technischen Spielereien im Vordergrund. Daran ist nichts falsch. Aber diese Art von Smartness ist wohl nicht smart genug, um die grossen Herausforderungen unserer Zeit zu bewältigen! Ich denke an die globale Erwärmung oder den exzessiven Verbrauch von natürlichen Ressourcen. Damit wir als Gesellschaft diese Probleme überwinden können, sind wir aber sehr wohl auf Technologie und Innovation angewiesen.



Gibt es ein «Smart Living» im umfassenden Sinne? Eines, das Ressourcenschonung und Lebensqualität verbindet? Ja, ich bin davon überzeugt. Dabei wird die Technologie bei Weitem nicht alle Probleme lösen, aber sie wird wichtige Beiträge zu einer guten Entwicklung leisten. Technische Innovation, verbunden mit moderner Datenwissenschaft, kann uns darin unterstützen, beim Bauen, Wohnen und Leben sparsamer und effizienter mit der Energie und anderen Ressourcen umzugehen. Die Energie- und Infrastruktur-

dienstleisterin BKW entwickelt Lösungen, die ebenso wirtschaftlichen wie auch ökologischen Mehrwert schaffen. Dabei können wir auf ein internationales Netzwerk von 130 Unternehmen und mehr als 10000 Mitarbeitende zählen. Wir bieten umfassende Lösungen für die unterschiedlichsten Bedürfnisse im Bereich der Energie. Unsere Netze richten wir auf die dezentrale Energiewelt von morgen aus. Und wir planen und bauen Gebäude und Infrastrukturen so, dass sie den Ansprüchen an nachhaltige Lebensformen gerecht werden.

Wir konzipieren Einfamilienhäuser, in denen eine Wetterstation die umfassende Haustechnik gemäss Temperatur, Luftfeuchtigkeit oder Regenwahrscheinlichkeit so steuert, dass der gesamte Energie- und Wärmefluss optimal eingesetzt wird (mehr dazu ab Seite 36). BKW Engineering gehört zu den weltweit herausragenden Experten im Bereich ressourceneffizienter Infrastruktur- und Gebäudeplanung – mit Aufträgen von lokalen Kunden bis zu global tätigen grossen Namen der nationalen und globalen Wirtschaft. Bis ins Silicon Valley in die USA muss allerdings niemand reisen, um zu sehen, was «Smart Living» konkret bedeutet. Dazu reicht ein Ausflug ins Verkehrshaus der Schweiz in Luzern, wo ab Herbst dieses Jahres die temporäre Ausstellung «Smart Living» eröffnet wird – mit der BKW als Themenpartnerin für Energie- und Gebäudetechnik. Ich kann Ihnen den Besuch dieser Ausstellung ans Herz legen. Es wäre ein smarter Move für die ganze Familie mit Kindern und Grosskindern.

Suzanne Thoma ist CEO der BKW Gruppe, einer international tätigen Energie- und Infrastrukturdienstleisterin mit Sitz in Bern.

Foto: zvg

Foto: Gaiëtan Bally/Keystone

« INNOVATION »

Ein Pilotprojekt, das neue Massstäbe setzt

Revolutionär. Ein Pilotprojekt der BKW beginnt dort, wo andere aufhören: beim Recycling von Solaranlagen und der Verlängerung der Lebensdauer der Produkte.

Wohlen bei Bern ist ein Synonym für erneuerbare Energie. Die Gemeinde im Kanton Bern ist namensgebend für den Wohlensee, einen Stausee, mit dessen Wasser die BKW seit 100 Jahren Strom produziert. Auch in der Moderne setzt Wohlen den Massstab – mit dem Pilotprojekt «Circusol», das entscheidend zur Wiederverwertung von ausgedienten Komponenten von Solaranlagen beiträgt und damit die umweltfreundliche Energie von unnötigen Nebenwirkungen befreit. Diese wegweisende Modellanlage gilt im Rahmen des Forschungsprogramms «Horizon 2020» als Schlüssel, um die Ressourceneffizienz der erneuerbaren Energie zu steigern und die Klimaerträglichkeit weiter zu optimieren. Ralph Waldmeier, Business Development Manager der BKW, streicht die Bedeutung dieses Projekts im Sinne der Nachhaltigkeit hervor: «Die Kreislaufwirtschaft ist für die Zukunft der Solarenergie von höchster Bedeutung. Bei der BKW haben wir ein grosses Interesse daran, einerseits die Lebensdauer der Produkte zu verlängern und andererseits die Wiederverwertung der in den Produkten steckenden Rohstoffen zu erleichtern.» Hierfür stellt die BKW, die in Wohlen die einzige Stromlieferantin ist, sämtliche erforderlichen Daten zur Verfügung. Diese werden von der Berner Fachhochschule in einer Datenbank gesammelt. Professor Stefan Grösser, der Leiter des Fachbereichs Wirtschaftsingenieurwesen, sagt dazu: «Um die Grundlage für eine Weiterverwendung und letztlich das Recycling der Anlagen zu schaffen, muss man zuerst wissen, aus

welchen Materialien sie bestehen.» So sollen künftig zum Zeitpunkt der Entsorgung alle Module in Sachen Bauweise und Materialzusammensetzung genau zugeordnet werden können. Dank einem «Materialpass» ist so ein «Second Life» der Anlage möglich. Weitere Strategien sind die Wiederaufbereitung und die Reparatur von bestehenden Anlagen. Grösser: «Unser Ziel ist es, dass die Produkte eine möglichst lange Laufzeit haben.» Eine moderne PV-Anlage hat eine Lebensdauer von circa 25 bis 30 Jahren. Doch selbst dann verfügt sie noch über rund 85 Prozent der anfänglichen Produktionskapazität – und kann damit bestens weiterverwendet werden. «Wer Abstriche zum Beispiel bei ästhetischen Ansprüchen macht, fährt mit einer solchen Anlage sehr gut», sagt Grösser. Obwohl die erneuerbare Energie immer stärker etabliert ist, sehen die Fachleute bei einem Teil der Bevölkerung ein Informationsdefizit. BKW-Manager Waldmeier sagt: «Die Kundschaft ist heute viel offener für diese Angebote. Informationsmässig befindet sie sich aber oft nicht auf dem neusten Stand.» So dient das Wohlener Projekt auch dazu, die Bewohner über Details aufzuklären wie Amortisierung und Gehstehungskosten der Anlagen, Abdeckung des Eigenverbrauchs oder Förderbeiträge durch die öffentliche Hand.» Für Bänz Müller, den Gemeindepräsidenten von Wohlen, ist das Projekt in jeder Beziehung wegweisend: «Für mich findet die Energiewende vor allem in den Gemeinden statt. Denn hier sind wir nahe bei den Menschen und besitzen den direkten Zugang zu den Daten.» www.bkw.ch

Längere Lebensdauer und Wiederverwendbarkeit. Die BKW setzt konsequent auf Nachhaltigkeit.



«Die Kreislaufwirtschaft ist für die Zukunft der Solarenergie von grosser Bedeutung.»
Ralph Waldmeier

SOLARRECHNER

Sie denken über die Installation einer eigenen Solaranlage nach? Mit dem Solarrechner der BKW erfahren Sie in wenigen Minuten, ob eine Photovoltaikanlage oder ein Stromspeicher für Sie rentiert. www.home-energy.ch/solarrechner



Smart und heimelig

ENERGIEWENDE

Hightech hinter malerischer Fassade. Im bernischen Grossaffoltern bestechen vier Mehrfamilienhäuser durch stilvolle Architektur und smarte Installationen. Die BKW Building Solutions liefert die Grundlage für das Wohnmodell der Zukunft.

Text: Thomas Renggli
Fotos: Monika Flückiger

Grossaffoltern im Seeland. Die Natur ist so nah, dass man beinahe vergisst, dass man kaum zwanzig Minuten vom hektischen Treiben in der Berner Innenstadt entfernt ist. Auf dem Gartensitzplatz vor seiner Parterrewohnung schaut Simon Hilfiker auf das Smartphone – nicht, um eine SMS zu lesen, sondern, um den Stromverbrauch zu kontrollieren. Der Wohnungsbesitzer ist zufrieden: Die Photovoltaikanlage auf dem Dach produziert im Sommer mehr Strom, als die fünf Wohnungen im Block verbrauchen.

Daneben sitzen Benjamin Junker, der Leiter des ISP TecCenters, einer Tochtergesellschaft der BKW Building Solutions, die für die gesamten Elektroinstallationen der Überbauung zuständig war, und Nik

Stuber, der Geschäftsleiter der Stuberholz AG, als Investor und Totalunternehmer der Überbauung. In enger Zusammenarbeit haben die beiden vier Mehrfamilienhäuser nach dem Smart-Living-Prinzip erbaut: «In dieser Überbauung verbinden wir Komfort, modernste Technik und ökologische Nachhaltigkeit», sagt Junker. Stuber ergänzt: «Das architektonische Ziel war es, einfache Gebäude mit einer warmen und positiven Ausstrahlung zu schaffen.» Es blieb nicht beim Vorsatz: Die Fassade aus Lärchenholz verströmt eine naturverbundene und gemütliche Atmosphäre. So heimelig die Fassade, so intelligent ist die Haustechnik. Die auf Licht und Temperatur sensibilisierten Storen halten die Innentemperatur konstant kühl. Bei inten-

Foto: zvg (1)



«Wir verbinden Komfort mit modernster Technik und Nachhaltigkeit.»
Benjamin Junker

1 Zwanzig Wohnungen in vier Blöcken. In der modernen Überbauung in Grossaffoltern BE bieten die BKW und ihre Partner ein völlig neues Wohngefühl: energieeffizient, kostenoptimiert und nach dem neusten Stand der Technik.

2 Nik Stuber (links) und Benjamin Junker: «Die gute Zusammenarbeit war entscheidend für den Erfolg des Projekts.»

3 Der selbstdenkende Loxone-Touch-Schalter steuert das gesamte Raumklima.

4 In der Hauptverteilung in der Zentrale im Keller laufen die «Fäden» des Smart Home zusammen.

5 Lärchenholzfassade und Lüftung: Auch im Sommer herrscht in der Wohnung stets ein optimales Raumklima.

6 Der Solarlog ist das Herzstück des intelligenten Energiemanagements. Er ermöglicht unter anderem die Steuerung und Überwachung der Anlage via App aus der Ferne.

siver Sonneneinstrahlung schliessen sich die Jalousien in den Dreifachfenstern, bei wenig Licht öffnen sie sich. Junker erklärt: «So wird die Wärme im Sommer draussen gehalten und im Winter drinnen – und damit das Kostenniveau für die Energieproduktion entscheidend reduziert.» Tatsächlich geht die Rechnung perfekt auf. Ein Schlüsselement des Smart-Home-Konzepts sind die «intelligenten» Lichtschalter, die Licht und Storen in der ganzen Wohnung steuern. Sie umfassen fünf Tastpunkte sowie einen integrierten Temperatur- und Feuchtigkeitssensor. Dank dem durchdachten Konzept braucht man pro Raum nur einen Schalter, um Beschattung und Zentralfunktionen in der ganzen Wohnung zu bedienen. Dazu kommen die Bodenheizung, die sich selber regelt und so für die stets optimale Raumtemperatur

sorgt, sowie die auf dem Dach installierte Wetterstation, die unter anderem Temperatur, Regenwahrscheinlichkeit und Luftfeuchtigkeit misst und die Daten für die Gebäudesteuerung liefert. Zur komplexen wie genialen Gebäudetechnik haben diverse Tochterunternehmen aus dem Netzwerk der BKW Building Solutions beigetragen wie etwa enytec, die die Abrechnungslösung bietet, mit der sich Heizung, Strom, Kalt- und Warmwasser verbrauchergerecht mit Solarstrom vom Dach verrechnen lassen.

Entscheidend zur Optimierung der Abläufe war, dass Junkers TecCenter der einzige Ansprechpartner für den Auftraggeber Stuberholz war: «Dadurch, dass wir nur einen Ansprechpartner hatten, konnten wir sicherstellen, dass alle Systeme nahtlos ineinandergreifen und optimal aufeinander abgestimmt sind», sagt Stuber. Junker reicht die Blumen zurück: «Ohne einen Partner wie Nik, der auf Nachhaltigkeit und Innovation setzt, wäre die Umsetzung kaum derart schnell und gut möglich gewesen: Wir hatten auf der technischen Seite alle erforderlichen Freiheiten.»

Dieser Beitrag entstand in Zusammenarbeit mit BKW.



EXPERTENNETZWERK, DAS MASSSTÄBE SETZT

Mit über 40 Tochtergesellschaften bietet die BKW Building Solutions vielseitige Dienstleistungen in den Bereichen Gebäudetechnik sowie Informations- und Kommunikationstechnologien (ICT) aus einer Hand.
www.gebaeudetechnikgruppe.ch

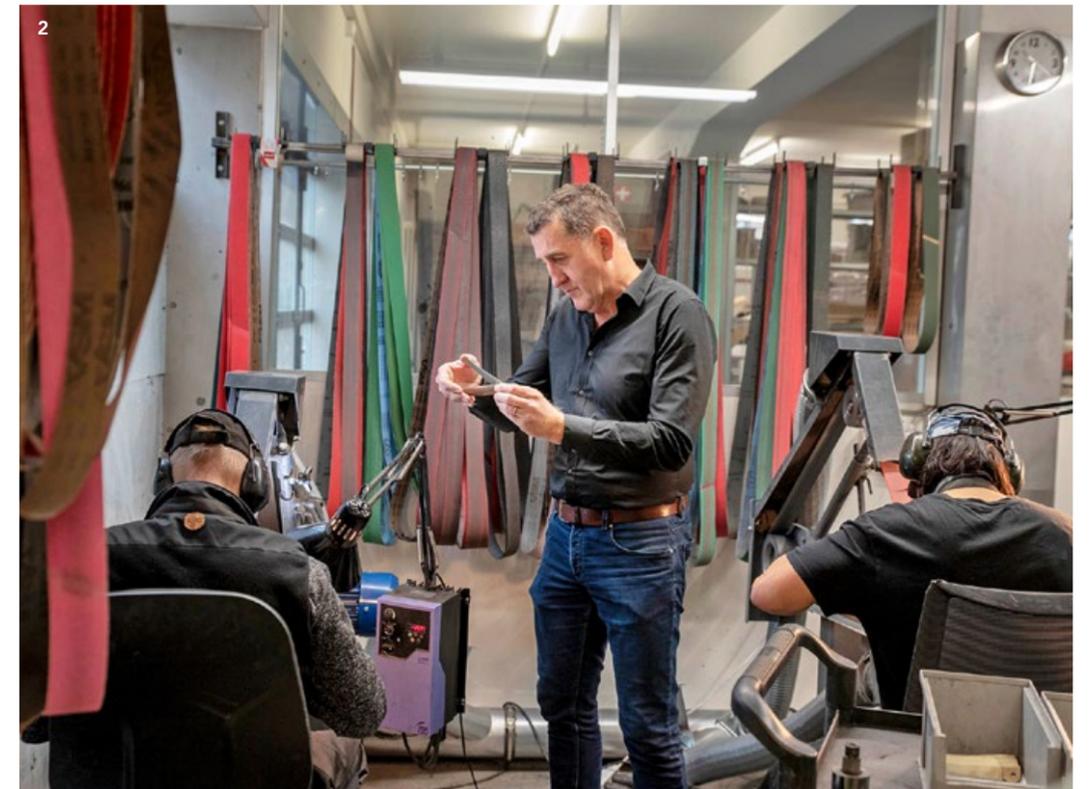


MESSER AUS BIEL

Scharf, schön, handgemacht

In der Manufaktur von Michael Bach entstehen aus Stahl und Holz die einzigartigen Sknife-Messer.

Text: David Schnapp/Fotos: Rolf Neeser



1 Das exklusive Schweizer Taschenmesser aus der Werkstatt von Sknife in Biel.
2 Ingenieur Michael Bach hat mit seinen Produkten die Messerschmiedekunst auf ein neues Level gebracht.



Wenn Michael Bach, 54, sein aussergewöhnlichstes Produkt aus der Hosentasche nimmt und einem hinstreckt, hat man einen zufriedenen und fein lächelnden Unternehmer vor sich. Samt seinem Meisterstück, einem Klappmesser, das sich lautlos und leichtgängig öffnet. Der Ingenieur ist seit mehr als fünfzehn Jahren im Messergeschäft, verkauft zunächst in seinem Internetshop gut geschärfte japanische oder deut-

sche Schneidinstrumente an Profi- und Privatköche in der Schweiz. Aber Bach wollte seine eigenen Messer herstellen, handgemacht in Biel. Mit seiner Firma Sknife – die Wortneuschöpfung ist eine Ableitung von Swiss Knife – hat er vor fünf Jahren begonnen, die Messerschmiedekunst auf ein neues Level zu heben.

Seine erste Entwicklung waren ästhetische, hochwertige Steakmesser. Diese liegen mittlerweile auf den Tischen vieler Spitzenrestaurants. Gäste in weltberühmten Drei-Sterne-Häusern wie «Alinea» in Chicago, «Mirazur» in Menton, «El Celler de Can Roca» in Girona oder im «Hôtel de Ville» von 19-Punkte-Koch Franck Giovannini in Crissier bei Lausanne schneiden ihr Fleisch mit Sknife-Messern. Auch passende Gabeln werden mittlerweile in Bachs Werkstatt gefertigt, es ist der einzige Ort in der Schweiz, wo überhaupt geschmiedete Gabeln in Handarbeit hergestellt werden.

Kürzlich haben Bach und sein Messerschmied Timo Müller nun gewissermassen die Rolex unter den Klappmessern aufgelegt: Das «Steakmesser to

go» von Sknife ist ein aussergewöhnliches Hightechprodukt mit Seele oder wie es Michael Bach ausdrückt: «Uns zeichnet die Kombination aus Präzision, Innovation und Handwerk aus.»

«Von der Idee bis zum fertigen Produkt hat es ein Jahr gedauert»

Aus Chirurgen- oder Damaststahl, modernsten Werkstoffen und Uhrmacher-Know-how haben Bach und Müller das Taschenmesser neu erfunden. Der Ingenieur wollte ein Produkt schaffen, das edel und schlicht aussieht, sich leichtgängig öffnen lässt, nicht rostet und gleichzeitig Emotionen vermittelt. Eigenschaften, welche die bestehenden Produkte auf dem Markt seiner Meinung nach nicht erfüllen, und Eigenschaften, auf die das Attribut «nachhaltig» im besten Sinne zutrifft. «Von der Idee über die erste Skizze bis zum fertigen Produkt hat es rund ein Jahr gedauert», erzählt Bach. Der Vergleich mit der Rolex klingt nicht nur gut, sondern trifft es auch ziemlich genau. Das Herzstück des Messers ist ein Gleitmechanismus mit Kugellagern aus Keramik, der unsichtbar im Innern dafür sorgt, dass es sich nach einem leichten Druck widerstandslos öffnen lässt.

«An der Art, wie das Messer aufklappt, haben wir bis zum Exzess gearbeitet.» Das Klapp-Steakmesser von Sknife ist ein Sammlerstück, das der Connaisseur stets bei sich trägt und immer dann aus der Hosentasche nimmt, wenn ihm zum Essen kein annehmbar gut geschliffenes Schneidwerkzeug hingelegt wird. Die Idee stammt ursprünglich aus dem südfranzösischen Laguiole, wo Leute mit Sinn für Tradition immer ihr eigenes Messer ins Restaurant mitbringen. Daraus hat sich eine grosse handwerkliche Vielfalt entwickelt, die Michael Bach nun mit einem

Swiss Finish auf ein neues Niveau hebt.

Dazu gehört auch das Holz für die Griffe der Sknife-Messer: Zur Anwendung kommen nur Schweizer Esche oder Walnuss. Zusammen mit der Holzfachschule Biel wurde ein spezielles Verfahren entwickelt: Dabei wird das Naturprodukt unter Vakuum und Druck mit Acryl vollständig infiltriert, sodass es gastronomietauglich wird und sich nicht mehr verziehen kann.

Das Taschenmesser als Schmuckstück für Sammler und Liebhaber

Das Sknife-Taschenmesser ist ein Schmuckstück für Sammler und Liebhaber. Lediglich zwanzig bis dreissig Stück fertigt Messerschmied Timo Müller pro Woche. Wer möchte, kann ihm in der offenen Manufaktur bei der Arbeit zusehen. Erhältlich sind die Messer im gut sortierten Fachhandel. Liebhaber sind bereit, 595 Franken für ein Modell aus Chirurgenstahl oder gar 999 Franken für die Variante aus 600-lagigem Damaststahl zu bezahlen.

Beide Stahlsorten haben eine sehr hohe Korrosionsbeständigkeit und können deshalb auch am Meer oder auf Jachten eingesetzt werden. Der Unterschied zwischen Chirurgen- und Damaststahl ist vor allem ästhetischer Natur. Beim Damast achten Kenner auf die Anzahl Lagen, welche beim Schmieden entstehen und am Ende ein Bild von unzähligen feinen Linien ergeben.

Trotz dem hohen Preis sei die Damast-Variante mittlerweile stärker nachgefragt: «Ein Kunde wollte zum Beispiel unbedingt ein Messer aus der ersten Serie. Als ich ihm Nummer 9 überreichte, hatte er Tränen in den Augen vor Freude. Mehr kann mal als Unternehmer eigentlich nicht wollen», sagt Michael Bach und hat wieder dieses zufriedene feine Lächeln im Gesicht.



«An der Art, wie das Messer aufklappt, haben wir bis zum Exzess gearbeitet.»
Michael Bach



1 Die Messer werden von Hand montiert und geschliffen.
2 Messerschmied Timo Müller fertigt pro Woche nur zwanzig bis dreissig Stück.
3 Sämtliche Komponenten werden in der Schweiz hergestellt.
4 Das fertige Sknife-Taschenmesser aus Stahl und Holz.

Fotos: zvg (2)

DER GRUEN-FOOTPRINT

Wie engagiert ist Michael Bach als Naturschützer?

1 Garten	0
2 Freizeitaktivitäten	1
3 Praktischer Umweltschutz	3
4 Gesellschaftliches Engagement	2
5 Ernährungsstil	3
6 Lebensmitteleinkauf	3
7 Ersparnisse	0
Total Punkte	12

12 Punkte = Sehr vorbildlich, Herr Bach! Auf seinem Fragebogen hat er ergänzt, dass er in der Freizeit schwimmt, wandert und mit dem SUP unterwegs ist. Und sein Geld natürlich in die eigene Firma investiert.



Der GRUEN-Footprint wurde vom WWF Schweiz für SI GRUEN entwickelt. Der Test soll für den Alltag sensibilisieren und Spass bereiten. Berechnen Sie Ihren eigenen Footprint auf den Seiten 10 und 11.

Igam-Ogam in Wales

Entlang des Coastal Way lässt sich der wilde Westen Grossbritanniens in allen Facetten entdecken. Vor allem, wenn man auch mal Umwege macht.

Text: Marlies Seifert/Fotos: Daniel Start

Süsse Schafe und weites Meer: ein typisches Bild, das sich Besuchern auf dem Coastal Way bietet. Hier auf der Lley-n-Halbinsel; je nach Reiseverlauf ist sie Start- oder Endpunkt der 290 Kilometer langen Strecke.



1



2

1 Instagram-Spot auf Walisisch: Im Dyfi-Naturreservat türmen sich meterhohe Dünen auf – und sie wachsen täglich weiter.
2 Fette Beute: Auf Skomer stehen die Chancen für ein Treffen mit einem Puffin besonders gut.
3 In der Blauen Lagune nahe Abereddy findet man nach einem langen Tag auf Achse Abkühlung.

«Hier findet man eine so breite Palette an unterschiedlichen Landschaften – und die meisten davon sind unbekannt.»



Hübsche Kulisse: Das Fischerdorf Porthdinllaen auf der Lleyln-Halbinsel dient oft als Drehort für Film und Fernsehen.



3

Fotos: Daniel Start (2), Mauritius (1), Alamy (1)

«Wie viele Schafe braucht man, um einen Pulli zu stricken? Gar keines. Schafe können doch nicht stricken!» Wer eine Reise nach Wales plant, muss eines wissen: An Schafen (und den entsprechenden Witzen) ist hier wortwörtlich kein Vorbeikommen. Die Chance, dass man auf dem 290 Kilometer langen Coastal Way entlang der Westküste des Landes wegen eines Wolltiers bremsen muss, ist hoch. Genau genommen ist es dreimal wahrscheinlicher, einem blökenden Paarhufer als einem einheimischen Menschen zu begegnen: Drei Millionen Einwohner stehen hier neun Millionen Schafen gegenüber. «Das Klischee, dass es in Wales nur Regen und Schafe gibt, stimmt trotzdem nicht», sagt Kerry Walker bestimmt.

Die Engländerin ist vor einigen Jahren von der Londoner Peripherie mitten ins walisische Nirgendwo gezogen. Hauptsächlich der Natur wegen. «Hier findet man eine so breite Palette an unterschiedlichen Landschaften – und die meisten davon sind erstaunlich unbekannt. Das ist der grösste Vorteil gegenüber Irland oder Schottland»,

findet sie und streicht sich eine blonde Strähne aus dem Gesicht, als wir mit der «Dale Princess» Richtung Skomer Island übersetzen. Streng genommen liegt das unberührte Naturparadies nicht am Coastal Way, aber es ist nur einen Katzensprung vom Startort St. Davids (mit 1800 Seelen so nebenbei die kleinste Stadt Grossbritanniens) entfernt. Und so können wir gleich zu Beginn der Reise etwas typisch Walisisches praktizieren: Igam-Ogam. «Wortwörtlich übersetzt heisst es, im Zickzack zu laufen. Fasst man den Begriff etwas weiter, beschreibt er das Abweichen von der geplanten Route, was man in Wales früher oder später sowieso muss», erklärt Kerry. Für «Lonely Planet» schreibt die erfahrene Reisejournalistin über die versteckten Perlen von Wales.

Wer sich nicht warm genug anzieht, sitzt den Regenguss halt mit ein paar Bieren im Pub aus

Skomer ist ehrlicherweise kein Geheimtipp. Die Insel zählt zu den wichtigsten Naturschutzgebieten Grossbritanniens. Um eines der streng auf 250 pro Tag limitierten

Tickets zu ergattern, muss man früh vor der Lockley Lodge in Martin's Haven anstehen. Wer zuerst kommt, zahlt zuerst. Und es lohnt sich – nur schon der Puffins wegen! Die Felsen, die wie der Rücken eines ruhenden Drachen aus dem türkisblauen Wasser aufragen, sind Heimat der grössten Papageientaucher-Population des Landes: 10000 Brutpaare bevölkern die insgesamt drei Quadratkilometer in den Sommermonaten – und bestimmen dementsprechend die Geräuschkulisse. Kein Schnattern, kein Pfeifen: Der tiefe Ruf der Papageientaucher klingt eher wie die Mischung aus einem gedämpften Muhen und einer knarrenden Tür. Dass die drolligen Vögel gerne als «Clowns der Meere» bezeichnet werden, liegt wohl nicht nur an ihrem auffällig bunten Schnabel, sondern auch an der speziellen Flug- und Landetechnik, die nicht selten mit einem Bauchplumpser im Wasser endet.

Man könnte dem flapsigen Federvieh noch stundenlang zuschauen – wenn da nicht bedrohlich dunkle Wolken am Horizont aufziehen würden. «Bereitet euch für sämtliche Eventualitäten vor. Tragt wasserfeste Kleidung und Schuhe, bringt viel- →



Ob die Sonne gerade auf- oder untergeht: Die Sicht über die Cardigan Bay ist von den Klippen rund um Mwnt schlicht spektakulär. Die Bucht wird gerne von Delfinen besucht.

leicht sogar Gummistiefel mit», hatte Kerry uns schon vorab gewarnt. Aber sie hatte auch etwas anderes gesagt: «Wenn alle Stricke reißen, suchen wir uns ein mittelalterliches Gasthaus und sitzen den Regenguss mit ein paar lokalen Bieren aus.» Deal! Also schnappen wir uns schleunigst einen Platz auf dem Boot. Nächster Stopp: Solva! Von der warmen Stube des «Harbour Inn» blicken wir auf die heftig schaukelnden Boote im Hafen und lassen den Sturm vorbeiziehen.

Das vielleicht wichtigste Wort für einen Roadtrip durch Wales ist «araf» – langsam

Am nächsten Morgen zeigt sich das walisische Wetter von seiner freundlichsten Seite. Zum Glück, denn heute steht ein Bad in der Blue Lagoon nahe Abereddy an! Vor der Abfahrt gibt uns Kerry neben einer Liste mit Reisetipps eine weitere wichtige Vokabel in der ursprünglichen Landessprache mit auf den Weg: «araf». Das vielleicht nützlichste Wort für einen Roadtrip in Wales: «Ihr werdet es auf den Strassen sehen. Es bedeutet <langsam> – und dieser Hinweis ist ernst zu nehmen.» Schliesslich ist die Sicht auf den einspurigen, mal

von Hecken oder Klippen gesäumten Strassen eingeschränkt. «Man muss immer den Gegenverkehr bedenken», sagt sie und meint damit nicht nur Autos, sondern auch Schafe. «Diolch yn fawr – vielen Dank», liebe Kerry, wir düsen dann mal los! Immer schön «araf» bahnen wir uns den Weg entlang der Cardigan Bay. Blaues Meer und Sandstrände zur Linken, grüne Hügel und hoch aufragende Berge zur Rechten. Je weiter nördlich wir vordringen, desto verlässener wirkt die Küste. Nach fast jeder Kurve lockt ein Fotostopp, sodass sich die Strecke bis zum Strumble Head in die Länge zieht und die Wanderung auf der felsigen Landzunge etwas kürzer ausfällt als geplant. Die Aussicht vom Garn Fawr lassen wir uns trotzdem nicht nehmen! Hastig kraxeln wir die letzten Meter zur Spitze des vulkanischen Überbleibels hoch – und lassen beim Ausschnauen den Blick über die raue Landschaft im Abendlicht schweifen – wow!

Die Highlights reihen sich wie Perlen auf einer Schnur auf – wir arbeiten sie im Zickzack ab

Dem Prinzip Igam-Ogam bleiben wir auch in den nächsten Tagen treu: So legen wir einen spontanen Zwischenstopp in der Wollmühle von Tregwynt (die Kissenüberzüge sind wunderhübsch!) ein, bevor wir Penbryn Beach ansteuern. Kerry empfiehlt nach einem Spaziergang am knapp zwei Kilometer langen Traumstrand einen Besuch im «Plwmp Tart». In bester «Farm to Fork»-Manier wird hier nur aufgetischt, was aus der Region kommt und Saison hat. Unser Tipp: genug Platz lassen für das Zvieri – ein hausgemachtes Honig-Glace im «The Hive» in Aberaeron etwas weiter die Küste hoch.

«Araf, araf» arbeiten wir die landschaftlichen Highlights ab, die sich am Coastal Way aufreihen wie Perlen auf einer Schnur. In der versteckten Bucht von Mwnt warten wir, ohne einmal auf die Uhr zu gucken, auf den Besuch von ein paar Tümmelern. Wir wandeln zwischen den grasbewachsenen Ynyslas Dunes und vergessen die Zeit beim Muschelnsuchen. Vom 304 Meter kleinen Mynydd Rhiw erhaschen wir einen Blick auf die Gipfel im Snowdonia-Nationalpark, um die wir ganz stressfrei einen Bogen gemacht haben. Am Ende muss jeder in seinem Tempo den eigenen Weg entlang der Küste finden. Igam-Ogam eben. Und irgendwann hört man auch auf, Schafe zu zählen. Versprochen! 🌞



WHERE TO GO

ÜBERNACHTEN Fforest Farm Darf es ein gemütliches Loft, eine pyramidenförmige Hütte oder vielleicht doch lieber ein Dom-Zelt mit eigenem Ofen und Badehaus sein? Auf dem riesigen Gelände am Ufer des Fluss Teifi ist fast alles möglich, www.coldatnight.co.uk
ESSEN Plas Bodegroes Lokales Essen auf Sterne-Niveau. Wer mit vollem Magen nicht mehr heimfahren mag, kann im romantischen Cottage auch die Nacht verbringen, www.bodegroes.co.uk
Café Môr Nicht direkt am Coastal Way, aber entweder davor oder danach einen Abstecher wert. Im zum Food-Truck umgebauten Fischerboot am Strand Freshwater West werden die feinsten Algen-Burger gebrutzelt, beachfood.co.uk
The Hive Hausgemachtes Glace mit Honig aus der Region. Wir empfehlen Vanille, www.thehiveaberaeron.com
INSPIRIEREN Undiscovered Wales Unsere Reiseleiterin Kerry Walker ist nicht nur Co-Autorin des «Lonely Planet»-Führers für Wales. Sie hat auch einen eigenen Blog, wo sie ihre ganz persönlichen Geheimtipps verrät, www.undiscovered-wales.co.uk



Reisejournalistin Kerry Walker schreibt in ihrem Blog «Undiscovered Wales» über die versteckten Perlen des Landes.



«Am Ende muss jeder seinen eigenen Weg entlang der Küste finden.»



Fotos: Daniel Start (3), zvg (2), Heather Birnie, Forest, Kerry Walker (1)



1 Auf der felsigen Landzunge Strumble Head kommen Wanderer ganz schön ins Schwitzen.
 2 Entspannung findet man in den stilvoll eingerichteten Domes der Fforest Farm nahe Cardigan.
 3 Auf kurvigen Stufen führt der Weg hinab zum Penbryn Beach.
 4 Ein Cottage wie aus dem Bilderbuch: «Plas Bodegroes» ist Hotel und Restaurant zugleich.



NATÜRLICH ENGAGIERT.

Jeder Beitrag für den Umweltschutz zählt.



Jeder Einsatz einer Cornèrcard WWF Karte oder der Climate Credit Card zahlt sich auch für die Umwelt aus.

Sie ist rund 4,6 Milliarden Jahre alt, brachte dank perfekter Bedingungen das einzig bekannte Leben im Universum hervor, und ist die Heimat einer erstaunlichen Fülle und Vielfalt an Flora und Fauna: unsere wunderbare Erde – ein vielfach bedrohter Lebensraum, den es zu schützen und zu bewahren gilt. Darauf macht seit 50 Jahren auch der vielbeachtete Earth Day aufmerksam. Und Cornèrcard bietet seinen Kunden mit bedeutenden Partnerschaften und speziellen Karten seit längerem die Möglichkeit, auf einfache Art und Weise einen massgeblichen Beitrag für den Umwelt- und Klimaschutz zu leisten.

Die Umwelt-, Klima- und Artenkrise ist seit Jahren ein Dauerthema, das in den vergangenen Monaten in der öffentlichen Wahrnehmung allerdings etwas in den Hintergrund rückte, bedingt durch die globale Bedrohung für die Menschen und die damit verbundene höchste mediale Aufmerksamkeit wegen COVID-19. Umso wertvoller sind und bleiben Initiativen und das Engagement jeder und jedes Einzelnen, die sich für einen nachhaltigen Schutz und den Erhalt unseres gefährdeten Lebensraumes einsetzen.

Eine besonders wichtige Stellung in der Sensibilisierung zur Umweltproblematik weltweit nimmt auch der jährlich am 22. April stattfindende Earth Day ein, der 1970 seine Premiere erlebte, in einer Zeit, als wissenschaftliche Studien immer deutlicher auf den Zusammenhang zwischen Industrialisierung und die Natur beeinträchtigenden Veränderungen hinzuweisen begannen. Der Tag der Erde erlangte schnell immer grössere Bedeutung und wird heute in über 190 Ländern begangen. Aufgrund der im ersten Halbjahr 2020 global verbindlichen Devise, besser zuhause zu bleiben und sich und andere so am wirksamsten vor einer Ansteckung mit COVID-19 zu schützen, feierte der 50. Earth Day im Frühling sein Jubiläum digital, initiiert und begleitet von earthday.org, der Plattform des weltweiten Earth Day Networks mit über 75'000 Partnern: mit themenspezifischen Schwerpunkten, grosser Social-Media-Präsenz und unter Mitwirkung zahlreicher Prominenz aus Politik, Religion, Wissenschaft, Wirtschaft, Sport und Kultur.

Gleichzeitig wurde auch die Earth Challenge 2020 lanciert, die weltweit grösste jemals koordinierte Citizen-Science-Kampagne. Im Rahmen dieser bürgerwissenschaftlichen Initiative sind grundsätzlich interessierte Menschen aufgerufen, Umweltdaten der verschiedensten Disziplinen zu ermitteln und zu erfassen. Die Kampagne verwendet eine mobile App, um Milliarden von Beobachtungen zu Luftqualität, Wasserqualität, Insektenpopulationen, Klimawandel, Plastikverschmutzung und Nachhaltigkeit von Lebensmitteln zu sammeln. Dies gibt wertvolle Einblicke in die Umwelt und schafft unter anderem eine Grundlage dafür, auf politischer Ebene Änderungen und Optimierungen anzustossen.

GUTES TUN MIT CORNÈRCARD

Cornèrcard Kunden haben verschiedene Möglichkeiten, sich für die Anliegen des Umweltschutzes zu engagieren: einfach durch die Verwendung spezieller Zahlungskarten, ohne finanziellen Mehraufwand. Zum Beispiel mit den Cornèrcard WWF Karten. Jeder Karteneinsatz kommt mit einem prozentualen, ausschliesslich von Cornèrcard getragenen Beitrag den jeweiligen Stiftungen zugute, also dem WWF, der sich unermüdlich für einen lebenswerten Planeten einsetzt. Ausgesprochen interessant ist auch die Climate Credit Card, die erste klimafreundliche Kreditkarte der Schweiz, die Cornèrcard in Zusammenarbeit mit der international tätigen South Pole Group herausgibt: So werden alle mit der Climate Credit Card bezahlten Waren und Dienstleistungen zu 100 % CO₂-kompensiert.

cornercard.ch

cornèrcard

Meine kleine Farm

Looks für jede Jahreszeit, entworfen von Schweizer Designern. Cusco, Rehli & Co. vom Tierwaisenhaus Oberglatt sorgen für den Jö-Effekt.

Fotos: Laretta Suter / Styling: Filipa Fernandes, Style Council / Hair & Make-up: Helve Leal, Style Council / Model: Sany

Herr und Frau Breitrand Schildkröte
Asymmetrisches Kleid aus Cupro,
AFTER WORK STUDIO. Overknees aus Leder und Lederimitat, MINT & BERRY bei ZALANDO.



Cuba Libre, der Bernhardiner
Bluse, H&M STUDIO.
Jeans mit Schlag, SANIKAI.
Links: Wickeltop und Jupe
aus Leinen, SANIKAI.
Handbedrucktes Tuch aus
Baumwolle, SARA ZEITER.



Zwergziege Rehli
Trenchcoat aus
Wolle, ANNA NIA.
Aufregung bei
den Höckergänsen
Oversized Kleid
mit aufgesetzter
Tasche aus Faser-
pelz, COLLECTIVE
SWALLOW. Over-
sized Slipper aus
Baumwolle und
Wildleder, INUIKII.



«Wir möchten keine Kollektion
machen, die nach einem halben
Jahr schon wieder passé ist.»
Collective Swallow



Freche Schwedische Blumenhühner
Overall aus Seide, IKOU TSCHÜSS.
Kuscheln mit Alpaka Cusco
Overall aus Baumwolle, CLAUDIA
BERTINI.

Bezugsquellen: AFTER WORK STUDIO www.afterwork-studio.com, ANNA NIA www.annania.ch, CLAUDIA BERTINI www.claudiabertini.com, COLLECTIVE SWALLOW www.collectiveswallow.it, H&M STUDIO www.hm.com, IKOU TSCHÜSS www.ikoutschuss.com, INUKI www.inukii.com, SANIKAI www.sanikai.com, SARA ZEITER www.srazeiter.ch, ZALANDO www.zalando.com.



Funky, aber fair

EIGENKREATION
Schauspielerin und
Modeunternehmerin
Rosario Dawson in
einem Look ihres
Labels Studio 189.



Rosario Dawson begeistert nicht nur als Schauspielerin. Sie engagiert sich auch für nachhaltigere Mode und beweist gleich mit ihrem eigenen Label, dass dies möglich ist. Redaktion: Laura Catrina

Als Schauspielerin («Men in Black II», «Sin City», «Death Proof», «Top Five») liebt Rosario Dawson, 41, draufgängerische Rollen. Im realen Leben setzt sich die gebürtige New Yorkerin ebenso energisch für Menschenrechte, die LGBTQ-Communi-

nity oder die Umwelt ein. 2013 gründete sie zusammen mit Designerin Abrima Erwia das Modelabel Studio 189. Sie produzieren nachhaltig und sozial verantwortungsvoll in Ghana und helfen damit, traditionelle afrikanische Handwerkstechniken zu erhalten. Die Arbeiter-Communitys – mehrheitlich aus Frauen bestehend – werden zudem mit Aus- und Weiterbildungen unterstützt. Dieses zukunftsweisende Konzept hat dem Brand bereits den Sustainability Award des Verbands der US-amerikanischen Modedesigner CFDA eingebracht. Vorbildlich!



WASSERRATTE
Bikini aus recycelten PET-Flaschen aus der ersten Kollaboration der Schweizer Labels Neumühle und Frottee di Mare. Top und Höschen. www.neumuhle.ch, je CHF 95.–



GANZ OHR

Ohringe Saguro aus Silber und Türkis von Oh Johnny Forever, mehrheitlich gefertigt aus Restmaterialien vergangener Kollektionen. www.ohjohnnyforever.com CHF 54.–



BODY-POSITIVITY
Langarm-Body O'Negroni aus Bio-Baumwolle des Schweizer Slow-Fashion-Brands Lamarel. www.shop-lamarel.com CHF 74.90

SEHENSWERT

Sonnenbrille Lene von Bonocler, einem Schweizer Label, das nachhaltig produziert und mit einem Teil seines Erlöses sehbehinderte Kinder in armen Ländern unterstützt. www.bonocler.com CHF 245.–



Fotos: Getty Images (1), zvg (4)

Fotos: Williams & Hirakawa / Sony Music (1), Paul Seewer (1), zvg (4)

REIFER, ABER NICHT LEISER

Vor 25 Jahre machte «Jagged Little Pill» Alanis Morissette zum Superstar. Nun erscheint ihr neuntes Album, «Such Pretty Forks in the Road», eine Welttour ist geplant – und vor einem Jahr wurde sie mit 45 zum dritten Mal Mutter.



Ingwer & Rose

Meditieren sowie der Duft von ätherischen Ölen helfen der kanadische Sängerin Alanis Morissette, auch in turbulenten Zeiten auf dem Boden zu bleiben.
Redaktion: Barbara Halter

CHAKRAS IM LOT
Würzig sinnlich: Das Chakra-Naturparfum Vagus enthält Ingredienzien wie Vanille, Zimt, Harz und wirkt beruhigend und ausgleichend. www.puurpur.com, als Creme oder Roll-on, je CHF 48.–



PFLEGEN
Das Arganöl von Melvita ist parfümiert mit ätherischem Rosenöl, spendet Feuchtigkeit und stärkt die Haut. Für Gesicht, Haare und den ganzen Körper. Bei Coop City CHF 27.–

HAUTSCHUTZ

Die mineralische Sonnencreme von Santaverde enthält keine Nanopartikel. Mit Lichtschutzfaktor 15 und 20. Zieht gut ein, ohne weissen Schimmer. www.santaverde.de, ab CHF 39.90



SCHWUNG IM HAAR

Das Ingwer-Volumen-Shampoo von Farfalla vitalisiert die Kopfhaut, und seine ätherischen Öle machen das Haarewaschen zur Aromatherapie. www.farfalla.ch CHF 16.90



SÜSSER BLÜTENDUFT
Der Body-Scrub Patience riecht nach Ylang-Ylang und pflegt mit Sheabutter die Haut. www.sheayeah.ch CHF 32.90

Im Bann der Berge

Im Berner Oberland ruht, zwischen steilen Felswänden eingebettet, das Hintere Lauterbrunnental. Auf der Alp Obersteinberg wartet ein richtiges Bijou. Entdecken kann man es nur zu Fuss. Ständiger Begleiter auf der Wanderung im Naturschutzgebiet: das Tosen der Wasserfälle.

Text: Lisa Merz/Fotos: Flurina Rothenberger

Im Berghotel Obersteinberg gibt es Kerzen statt Strom. Der Familienbetrieb wird in der vierten Generation geführt.



1



2



3



8

1 Viel Farn: Die Wälder im Naturschutzgebiet sind dicht und voller Schönheiten.

2 In den Trümmelbachfällen schiessen bis zu 20000 Liter Wasser pro Sekunde durch die Felsen.

3 Im Hotel Regina in Mürren wird sogar das Trinkwasser zum Augenschmaus.

4 Die Wanderwege führen durch Wälder, Wiesen und über Bäche.

5 Manuela von Allmen führt das Berghotel Obersteinberg. Ihr Sohn Julian hilft schon seit seiner Kindheit im Betrieb mit.

6 «Es geht gleitig.» Ein Wetterumschwung in den Bergen geht schnell.

7 Katzenwäsche de luxe – auf der Alp Obersteinberg tun es auch eine Schüssel und ein Krug.

8 Pro-Natura-Ranger Daniel Grossmann schaut im Naturschutzgebiet zum Rechten.



4



7



6



5

1 Ein Apollo macht es sich auf einer Skabiosen-Flockenblume gemütlich. 2 Maultier Fiona geniesst ihren wohlverdienten Ruhestand. Die 30-jährige Dame war früher als Saumtier im Einsatz und brachte das Essen ins Hotel Obersteinberg.



Wir wurden ja vorgewarnt. «Was? Ihr wollt auf die Alp Obersteinberg? Das ist aber schön anstrengend!» So richtig glauben tun wir das erst, als uns Schritt für Schritt der Schweiß von der Stirn tropft. Der Gedanke an die Belohnung, die rund 780 Meter höher auf uns wartet, lässt die Füße allerdings etwas leichter werden: eine Nacht im **Berghotel Obersteinberg**, wo nur Kerzen die Zimmer erleuchten und die Bergspitzen zum Greifen nah scheinen. Dass unsere Wanderung steil wird, war klar. Das Lauterbrunnental bettet sich zwischen imposante Felswände: Rechts thronen Eiger, Mönch und Jungfrau, links das Schilthorn. Unsere zweitägige Tour beginnt am Bahnhof Lauterbrunnen, im Berner Oberland. Wo normalerweise Touristen und Adventurer aus aller Welt durch die Strassen strömen, nimmt es das Dörfchen in Zeiten des Coronavirus gemächlich. Die ersten Cafés stuhlen raus, einzelne Wandergrüppchen stapfen tiffig an einem vorbei. Per Postauto gehts in sieben Minuten zum ersten Highlight, den **Trümmelbachfällen**. Durch einen Lift im Felsen gelangen die Besucher auf einem Rundweg zu verschiedenen Plattformen. Es schäumt,

zischt, donnert – so laut, dass wir unsere Begeisterung nur per Handzeichen teilen können. Kaum verlässt man die Fälle, kehrt wieder Ruhe ein. An der Haltestelle des Postautos stehen lediglich ein paar verschlafene Camper. Ab der Endstation Stechelberg beginnt das Hintere Lauterbrunnental, und ab hier heisst es auch: laufen, laufen, laufen. Zweieinhalb Stunden dauert der Aufstieg bis ins Berghotel Obersteinberg. Kurz nach Trachsellauenen führt der Weg durch einen dichten Bergwald bis zur Alp Schürboden. Dort kommt uns Daniel Grossmann entgegen. Um seinen Hals baumelt ein Feldstecher, und die Aufnäher am grünen Hemd verraten, dass er als **Pro-Natura-Ranger** unterwegs ist. Während des Sommers schaut er zwei Tage pro Woche, dass Besucher die Regeln einhalten. «Wer diesen Weg auf sich nimmt, der weiss auch meistens, dass das Hintere Lauterbrunnental ein Naturschutzgebiet im Besitz von Pro Natura ist. Blumenpflücken, Campieren und Feuermachen sind verboten, Hunde gehören an die Leine», sagt er. Vor seinem Holzhüttchen liegt Infomaterial bereit. Wer es genauer wissen möchte, nimmt an einer der vielen Exkursionen teil, die Pro Natura Bern im Tal durchführt. Daniel Grossmann ist Forstingenieur und verbringt den zweiten Sommer hier oben.

«Ich plange jeden Frühling darauf, dass ich wieder auf die Alp kann.» Käser Hans-Christian von Allmen, auch Hänsel genannt

Seine Nachbarn sind Bauern und stellen eigenen Alpkäse her. «Die Bewirtschaftung in einem Schutzgebiet ist eine Herausforderung. Es braucht ein Verständnis zwischen Nutzen und Schützen», sagt er. «Wenn die Bewirtschaftung nach den Zielen des Arten- und Lebensraumschutzes erfolgt, profitieren beide Seiten.» Auf dem weiteren Weg nach oben zückt der Ranger immer wieder den Feldstecher. «Hier, ein Apollo.» Dank seinem Hinweis sehen auch wir den Schmetterling. Kommen uns Wanderer entgegen, hält der Ranger auf einen Schwatz und fragt, welche Blumen schon gesichtet wurden. Im Schutzgebiet wachsen Trouvaillen wie Kreuzenzian und Türkenbundlilie. Auf einer Bank mit Ausblick auf den Schmadribach machen wir Rast. «Das Berghotel ist gleich da oben», sagt →



1 Hans-Christian von Allmen produziert täglich zwei Käse auf der Alp Obersteinberg. 2 Jeden Sonntagabend beginnt in Gimmelwald das grosse Backen. Tags darauf verkaufen die Marktfrauen ihre selbst gemachten Produkte in Mürren. 3 Das 100-jährige Hotel Regina wird Schritt für Schritt originalgetreu renoviert. 4 Die Küche des Hotels Regina lässt sich vom eigenen Kräutergarten inspirieren. 5 Das Lauterbrunnental zählt 72 Wasserfälle. Der Schmadribachfall ist einer der imposantesten. 6 Bei Herbal Things in Mürren gibt es Stoffdrucke mit einheimischen Pflanzenmotiven. 7 Die Tächi-Tarte ist eine Eigenkreation der «Regina»-Eigentümer. 8 Eines schöner als das andere: In Lauterbrunnen werden die Häuser rausgeputzt.



«Unsere erste Ausstellung in Lauterbrunnen widmeten wir der Frage, wie Wasser schmeckt, und luden zur Gletscher-Degustation.»
Annette und Fred

Daniel Grossmann und zeigt auf die steilste Abzweigung. Wir ahnen Anstrengendes. Und tatsächlich geht es nochmals richtig in die Beine. Bis man plötzlich am Ziel steht, glücklich und verschwitzt. Von unserem Doppelzimmer aus bestaunen wir die Jungfrau und das Breithorn. Das Bad ist auf der Etage, dafür stehen antike Waschbecken und Krüge bereit. Punkt sieben Uhr klingelt eine Glocke – das Abendessen ist serviert. Es gibt Griesssuppe, Rindsvoresen mit Randensalat und Kartoffelstock – alles selbst gekocht von Gastgeberin Manuela von Allmen. «Die Küche ist mein Reich hier auf der Alp. Sieben Tage die Woche», sagt sie und rührt weiter in den grossen Töpfen. «Entweder will man das oder nicht.» So einfach ist das!
Bei Kerzenschein – Strom gibts im «Obersteinberg» keinen – beobachten wir wie die letzten Wolkenschwaden des Tages vor



WANDERN UND SKI FAHREN

«Ich bin in Wengen aufgewachsen und komme fast wöchentlich von meinem jetzigen Wohnort Unterseen hierher und geniesse die Ruhe. So inmitten von Bergen fühle ich mich einfach wohl. Am liebsten wandere ich von Wengen aus auf den Männlichen, das ist zwar etwas stotzig, aber machbar. Danach gehts weiter auf die Scheidegg und wieder zurück nach Wengen. Im Winter fahre ich Ski und nehme jeweils die erste Gondel auf den Männlichen. Ein Highlight ist natürlich die Lauberhorn-Abfahrt. Das Restaurant Allmend ist mein liebster Ort für eine kleine Pause. Hier trank ich schon als Bub meine Schoggi mélange.» Ryan Regez, 27, Skicross-Profi

1 + 2 Annette Weber und Fred Bodmer eröffneten kürzlich die Galerie Lauterbrunnen. In ihrem Airtime Café servieren sie (vegane) Sandwiches, Brownies sowie einen Erbsli-Salat-Bananen-Smoothie.

unserem Fenster dahinziehen und wähen uns in einem Himmelsschiff.
Am nächsten Morgen geht es nach einem Frühstück mit hausgemachtem Alpkäse zurück nach Stechelberg. Wer weiter nach Gimmelwald will, nimmt die Schilthornbahn. Oben angekommen, staunen wir ob all der Schilder. «Laundry Service», «Mountain Hostel» und «Adventure Generator» steht da. «Ja, wir Gimmelwalder sind in Amerika berühmt», sagt Doris von Allmen. Seit der bekannte US-Reisejournalist Rick Steves vom «himmlischsten Platz auf Erden» schwärmte, scheint es, als wollen die ganzen USA das kleine Dorf besuchen. Doris von Allmen lebt seit fünfzehn Jahren hier. Am Anfang sei sie als Zürcherin schon etwas angeekelt, sagt sie. Heute gehört sie zu den Marktfrauen Gimmelwald. Zusammen mit zwei Freundinnen verkauft sie Würste, Alpkäse, Konfi und Brot, alles selbst gemacht. Zum Glück finden wir dafür noch ein Plätzchen im Rucksack und reisen vollbepackt weiter.
Mürren ist autofrei und Durchgangsort für Touristen, die aufs Schilthorn (wo 1968 der James-Bond-Film «Im Geheimdienst Ihrer Majestät» gedreht wurde) möchten. Mitten in der ehemaligen Walsersiedlung steht das 100-jährige Hotel Regina. 2014 wurde es von Stammgästen gekauft und so renoviert, dass es seinen ursprünglichen Charme bewahrt. Zweimal im Jahr treffen sich die Besitzer für ein Bauwochenende. Dann streichen sie Zimmer, nähen Vorhänge und schleifen Böden. Nach einem feinen Zmittag im Hotelrestaurant gehts mit der Bahn auf die Grütschalp.
Von dort fährt eine Gondel zurück zu unserem Ausgangsort. Ein Muss ist der Besuch bei Annette Weber und Fred Bodmer. Das Künstlerduo besitzt das Airtime Café in Lauterbrunnen. Im Schaufenster knetet Fred, der auch als Rockstar durchgehen würde, täglich sein Sauerteigbrot. «Den Leuten scheint die Show zu gefallen», sagt er und lacht. Seit diesem Sommer führt das Paar auch die Galerie Lauterbrunnen. Das Herzstück ihrer ersten Ausstellung: eine Gletscherwasser-Degustation. Passender geht es im Tal der 72 Wasserfälle kaum.

Foto: Thomas Buchwalder (1), Illustration: Anna Haas



EIN WOCHENENDE IM LAUTERBRUNNENTAL

ERLEBEN

- 1 TRÜMMELBACHFÄLLE** Schon die Liftfahrt durch den Felsen lässt Spektakuläres erahnen. Einmal ausgestiegen, kann man die imposanten Trümmelbachfälle von verschiedenen Plattformen aus bestaunen. Nicht für Kinder unter vier Jahren geeignet. Täglich geöffnet von April bis November. www.truemmelbachfaelle.ch
- 2 NATUR-EXKURSIONEN** Pro Natura bietet im Hinteren Lauterbrunnental verschiedene Gruppenexkursionen an. Experten führen durch die einmalige Alpenlandschaft und erklären die Wichtigkeit des Schutzgebietes. Auch private Touren mit Ranger Daniel Grossmann sind auf Anfrage möglich. Das Programm findet man unter: www.pronatura-be.ch
- 3 GONDEL-FAHRT** Wer im Hinteren Lauterbrunnental weit, kommt um eine

Gondelfahrt fast nicht herum – oft sind sie der einzige Transportweg. Besonders schön: die Fahrt von der Grütschalp nach Lauterbrunnen. www.jungfrau.ch
4 SCHILTHORN Auf dem höchsten Gipfel der Berner Voralpen (2970 m ü. M.) gibts eine spektakuläre Sicht auf Eiger, Mönch und Jungfrau. www.schilthorn.ch

ÜBERNACHTEN

- 5 BERGHOTEL OBERSTEINBERG** Der steile Anstieg von Stechelberg her (etwa 2½ Stunden) lohnt sich. Im «Obersteinberg» warten ein wärschaftes Znacht und Kerzenlicht – das Hotel kommt ohne Elektrizität aus. Sommersaison von Mitte Juni bis September. DZ ab CHF 93.– p. P. inkl. HP. Reservation per Tel. 033 855 20 33. <https://bit.ly/2OPfoip>
- 6 HOTEL REGINA** Ein Hoteldenkmal in Mürren aus der Anfangsphase des inter-

nationalen Tourismus im Berner Oberland. Historisch ausgestattete Zimmer, zudem organisieren die Inhaber regelmässig kulturelle Veranstaltungen. DZ ab CHF 70.– pro Person. www.reginamuerren.ch

SHOPPEN

- 7 MARKTFRAUEN GIMMELWALD** Immer montags verkaufen die Marktfrauen Gimmelwald in Mürren ihre selbst gemachte Ware. www.marktfrauen.ch
- 8 HERBAL THINGS** Sabina Kulicka lässt sich für ihre Stoffdesigns von der nahen Natur inspirieren und verkauft ihre Souvenirs in Mürren. www.herbal-things.com
- 9 AIRTIME CAFÉ** Treffpunkt für (vegane) Weltenbummler in Lauterbrunnen. Neben dem Café führen die Besitzer Annette und Fred auch eine Galerie. Mo und Di geschlossen. www.airtime.ch



Ein Haus mit Charme und Kultur: Die Pensiu Aldier in Sent GR bietet Rückzugsorte im Garten oder auf den Balkonen und ein eigenes Museum im Gewölbekeller.



Erst tafeln neben Grafiken von Alberto Giacometti, dann in der Bibliothek schmökern: In der Pensiu Aldier in Sent werden Körper und Geist verwöhnt.

Text: Elsbeth Hobmeier/Fotos: Fabian Häfeli

PENSIU ALDIER

Kunstvoll geniessen



1 Das hübsche Dorf Sent im Unterengadin lädt zum Flanieren ein.
2 Geschäftsführerin Nadia Rybarova und Inhaber Carlos Gross halten die Pensiu Aldier in Schwung.

«Ich kann hier alle meine Begabungen und Erfahrungen ausleben.»
Carlos Gross



Dieses Haus fällt auf in Sent. Eine mit Holzbalkonen gesäumte Fassade, ein lauschiger Garten unter schattigen Bäumen – das alles ist eher ungewohnt in einem Engadiner Dorf mit seinen trutzigen Steinhäusern. Spürbar anders ist auch die Atmosphäre, die einen beim Eintreten in die Pensiu Aldier umfängt. Es ist ein Ort der Entspannung, des Entschleunigens, des Relaxens: Ein grosser Salon mit bequemen Ledersesseln, Fotos und Wänden voller Bücher lädt ein zum Schmökern, Lesen und Verweilen. Getafelt wird an schlicht gedeckten Tischen unter Originalgrafiken des berühmten Bündner Künstlers Alberto Giacometti.

Die Bezeichnung des Hauses leitet sich aus den Vornamen der Giacomettis ab

«Weniger ist mehr» lautet die Devise des Hausherrn Carlos Gross. Edle Materialien, schlichte Formen, regionale Produkte entsprechen seiner Geisteshaltung. Er ist ein Liebhaber der Kunst und der Literatur, er hat eine weltweit einzigartige Sammlung der Lithografien von Alberto Giacometti zusammengetragen, die im Gewölbekeller des Hauses zu besichtigen ist. In den puristisch eingerichteten Zimmern hängen Schwarz-Weiss-Fotos von Ernst Scheidegger, der die Giacomettis über Jahre hinweg begleitet hat. Aus deren Namen leitet sich den auch die Bezeichnung des Hauses ab: Pensiu Al(berto)Di(ego)Er(nst).

Carlos Gross ist ein Weltenbummler, er lebte mit seiner Familie 25 Jahre im Piemont und baute dort eine erfolgreiche Marke für Produktion und Export von italienischen Antipasti auf. Im Unterengadiner Dorf Sent fand er eine neue Heimat, kaufte das damalige Hotel Rezia und gestaltete es so um, wie es heute dasteht: mit 16 Zimmern, einem Restaurant, einem Garten und vielen Rückzugsorten. «Es waren sechs harte Jahre des Aufbaus, doch heute sind wir da, wo wir hinwollten», sagt Carlos Gross, der die Pensiu zusammen mit Geschäftsführerin Nadia Rybarova führt. «Er ist der Motor, der Stratege, ich bin das Maschinchen und der operative Teil», sagt die gebürtige Slowakin, welche seit der Eröffnung im Jahr 2012 dabei ist. Carlos Gross ist derjenige, welcher gemeinsam mit dem Küchenteam die Speisekarte zusammenstellt und mit seinem Wissen die Weinkarte perfektioniert; er tapeziert aber auch mal eigenhändig ein Zimmer und pflegt mit Leidenschaft den Kräutergarten. «Ich kann hier alle meine Begabungen und Erfahrungen ausleben», sagt der gelernte Schreiner und Hotelier.

In der Küche wird mit Hingabe und mit frischen Produkten gekocht. Möglichst viele davon stammen aus der nächsten Umgebung. Das Fleisch kommt vom Bauern, nie aus Mastbetrieben oder von Übersee. Es steht oft etwas Geschmortes auf dem Programm wie Coq au Vin, Lammragout oder auch mal Kutteln. Bekannt und begehrt ist das legendäre Wiener Schnitzel vom Kalb mit Kartoffelsalat, genauso gefragt das Ossobuco mit Safranrisotto →



1 Edel-puristische Zimmer mit Schwarz-Weiss-Fotos, frischer Bergluft – und einem Buch auf dem Bett.
2 Frische marinierte Sardellen sind eine der Spezialitäten des «Aldier».
3 Bei schönem Wetter wird im lauschigen Garten aufgedeckt.

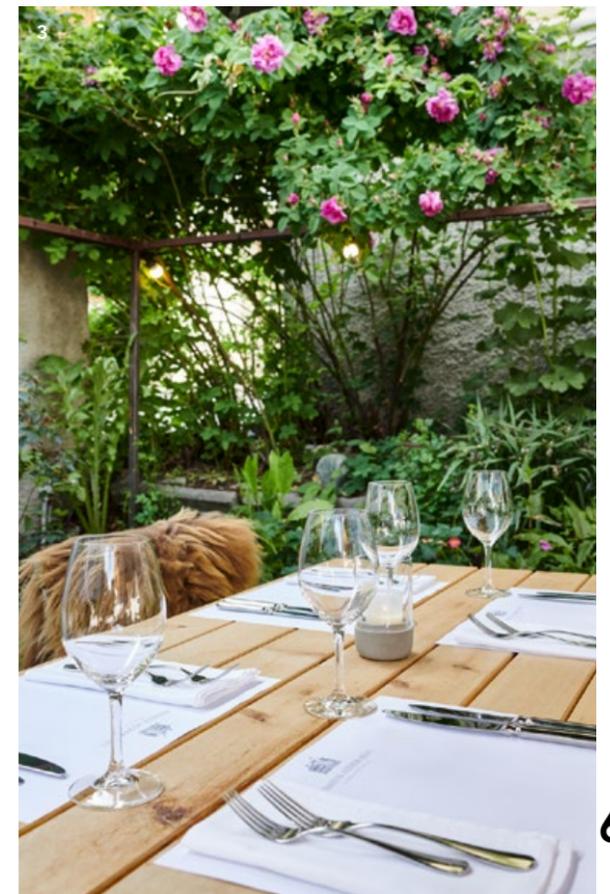


Foto: Schweiz Tourismus (1)

PANNA COTTA MIT FRÜCHTEN

Nach einem Rezept von Franco Giolitto, einem befreundeten Koch des Hausherrn.

Zutaten

- 5 dl Rahm
- 50 g Zucker
- 1 EL Mehl
- 1 Prise Vanillezucker
- 1 Blatt Gelatine

2/3 des Rahms in einen Kochtopf geben. Zucker, Mehl und Vanillezucker daruntermischen und unter ständigem Rühren zum Kochen bringen. Aufpassen, dass das Mehl nicht anbrennt. Vom Herd nehmen. Die Gelatine im restlichen Rahm einweichen und in die noch warme Masse einrühren, bis sie sich vollständig aufgelöst hat. In leicht gebutterte Förmchen füllen (je nach Gusto vorher auszuckern) und 4 bis 5 Stunden oder über Nacht kühl stellen. Sorgfältig stürzen oder gleich in der Form servieren. Dazu passt ein kräftiges Fruchtmarmelade von reifen Him- oder Erdbeeren oder eine Garnitur mit frischen Beeren und Früchten.



Fünf Küchenmeister, ein Team: Rostik, Antonio, Carlos, Milos und Petr (v. l.).

«Wermut kannte ich aus dem Piemont, und ich wollte gern einen eigenen herstellen.» Carlos Gross

und das Entrecôte vom Senter Lamm. Zum Renner entwickelt sich zurzeit der Salat aus saisonalen Gemüsen an einem leicht asiatisch anmutenden Sesamöl-Honig-Dressing. «Den haben wir während der Corona-Pause herausgetüftelt», erklärt Carlos Gross. Bei den Desserts ist die Panna Cotta mit Früchten sehr beliebt, deren Rezept vom befreundeten Koch Franco Giolitto stammt. Ohnehin steht Hausgemachtes hoch im Kurs: Allen voran die Marmeladen – wenn auf einem Glas «Erdbeeren 1726» steht, sind damit die Höhenmeter, auf welchen die Früchte gewachsen sind, gemeint und nicht das Entstehungsjahr! Diese Konfitüren stehen auf dem Frühstückstisch in der Bibliothek, sodass man der Verlockung, einfach mal lesend sitzen zu bleiben, locker nachkommen kann. Die Konfitüren sind auch beliebte Mitbringsel. Wie auch die spezielle Nusstorte. Sie ist quadratisch statt rund und dank gedörrten Aprikosen, Orangen, Pistazien und Pinienkernen auch viel saftiger und würziger als die herkömmliche Engadiner Spezialität. Lange getüftelt hatte Carlos Gross an seinem Wermut. «Ich kannte ihn aus meiner Zeit im Piemont und wollte gerne einen

eigenen herstellen», sagt er. Den weissen oder roten Wein setzt er mit bis zu fünfzehn Gewürzen und Kräutern an, das Wermutkraut zieht er im Garten vor dem Haus. Pur auf Eis oder aufgegossen mit Tonic, ergibt sich ein herrlicher Drink. «Die Nachfrage seitens unserer Gäste ist rege. Aber ich bin gewappnet und habe in der Corona-Pause einen grösseren Vorrat angelegt», schmunzelt der Chef des Hauses.

Auf dem Bett findet jeder Gast ein persönlich ausgewähltes Buch mit einer Widmung

Die Pensiun Aldier bietet keine Wellnesszone, dafür aber Bücher, Bücher und nochmals Bücher. Ein persönlich ausgewähltes Exemplar liegt jeweils auf dem Bett eines jeden ankommenden Gastes, mit einer Widmung und der Bemerkung, man dürfe es mit nach Hause nehmen. Gegen tausend solche «Kopfkissenbücher» werden jährlich verschenkt – eine ungewohnte und sehr persönliche Geste, welche viele Gäste derart freut, dass sie gleich wieder die Treppe hinunter an die Réception steigen, um sich herzlich zu bedanken. 🌿



Einmal Regenbogen, bitte!

Wir wollen am liebsten jeden Tag einen Regenbogen bestaunen und basteln uns deshalb einfach selber einen. Ganz einfach mit Seil und Wolle. Einmal klein, einmal gross.

Ideales Projekt für verregnete Sommertage: Ein paar Wollreste und ein Seil reichen, um sich einen eigenen Regenbogen zu zaubern.



DAS WIRD BENÖTIGT

- etwa 4 Meter dickes Seil
- etwa 1 Meter dünnes Seil
- Wolle in verschiedenen Farben
- Draht (stabilen Blumendraht)
- eine Schere zum Schneiden von Seilen, Wolle und Draht
- eine Rolle Masking Tape oder Tesafilm
- Nadel und durchsichtiges oder weisses Nähgarn
- bei Bedarf auch Glitzer-Wolle als extra Highlight und für die Aufhängung
- optional: Schlüsselanhänger für den kleinen Regenbogen



SCHRITT 1

Die Seile auf die gewünschte Länge zuschneiden und in Form eines Regenbogens auf eine Unterlage legen. Wir haben uns für jeweils sechs Seile entschieden. Dann die Enden mit Tape abkleben. Hier kann man später die Fransen lockern.



SCHRITT 2

Den Blumendraht auf die Seilstücke legen und in der passenden Länge zuschneiden. Der Draht wird nun pro Seil jeweils eng mit einer Farbe der Wolle umwickelt und dient dazu, den Seilen Stabilität und Form zu geben.



SCHRITT 3

Im nächsten Schritt werden als Erstes alle Seile des Regenbogens mit Nadel und Faden zusammengenäht. Danach noch die Tapes entfernen und die Fäden des Seils an den Enden leicht auseinanderpüscheln.



SCHRITT 4

So sieht es dann ohne die Tapes aus. Die Seile können zusätzlich an den unteren Enden vorsichtig zusammengenäht werden. Dann nur noch mit der Aufhängung oder bei der kleinen Version mit einem Schlüsselring versehen.

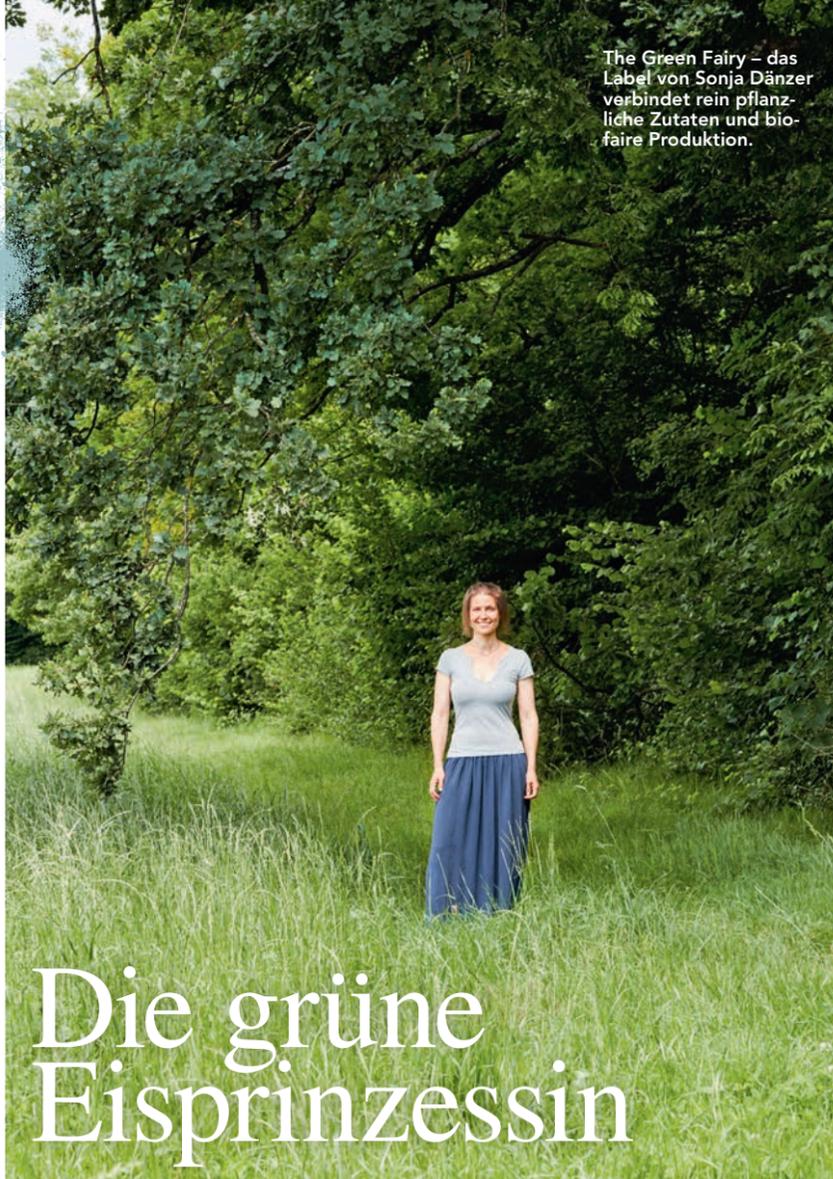


Makerist ist die erste Adresse für Handarbeit im Netz:

Hier lässt sich online entspannt ein kreatives Hobby lernen und täglich Neues rund ums Nähen, Stricken und Häkeln entdecken. Eine detailliertere Anleitung für den Regenbogen gibt es unter <http://makerist.st/58h>.

Fotos: zvg (6)

The Green Fairy – das Label von Sonja Dänzer verbindet rein pflanzliche Zutaten und bio-faire Produktion.



Die grüne Eisprinzessin

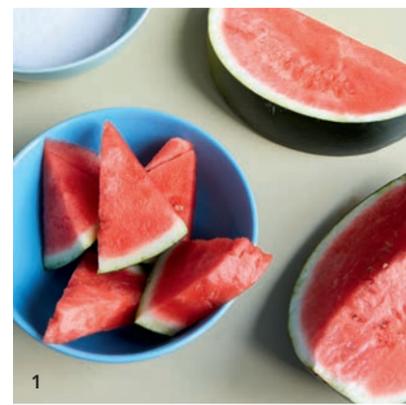
So süß kann Umweltschutz sein. Die Glaces von Sonja Dänzer sind rein pflanzlich und schonen die Ressourcen der Zukunft. Die Veganerin setzt dabei auf beste Zutaten und viel Kreativität.

Text: Lisa Merz
Fotos: Sara Merz

Wie passen Glace und ein Dokortitel in Philosophie zusammen? «Perfekt», findet Sonja Dänzer. Die Gründerin des Labels The Green Fairy brachte vor acht Jahren das erste vegane Glace in die Läden der Schweiz. «Ich wollte versuchen, ein umfassend ethisches Unternehmen aufzubauen. Jene Werte umzusetzen, die ich richtig und wichtig finde, ist für mich gelebte Philosophie.»

Sonja Dänzers Glaces sind vegan, biologisch und Fair Trade – die Kartonkübel sind FSC-zertifiziert, die Löffel aus Bio-

Plastik, und pro verkauftem Becher geht ein Betrag an gemeinnützige Institutionen. Angefangen hat alles in der privaten Küche, dort sind die ersten Kreationen entstanden. «Durch mein Philosophiestudium habe ich mich intensiv mit unserem Konsumverhalten auseinandergesetzt und mich dafür entschieden, ein Unternehmen zu gründen, das unsere Ressourcen nicht zerstört.» Damals wird Sonja Dänzer von der Vegetarierin zur Veganerin und ist überrascht, dass es keine veganen Glaces zu kaufen gibt. Sie findet eine Eismanufaktur in Solothurn und legt los. Zuerst experimentiert sie mit Ingwer, Kardamom und Zimt. Schon bald merkt sie aber, dass die meisten Kunden Klassiker wie Vanille, Erdbeere, Schokolade und Kaffee bevorzugen.



1 + 2 Zu Hause macht Sonja Dänzer für Sohn Loic am liebsten Wassermelonen-Sorbet. Das Rezept verrät sie im Kochbuch «Eis mit Stil».
3 Die Sorten Vanilla, Strawberry, Salted Caramel, Pistachio, Chocolate-Chip sowie Coffee-Crunch gibts im Coop.

Die Rezeptur der pflanzlichen Glaces basiert entweder auf Soja oder Reismilch. Gesüßt wird mit Rohrohrzucker oder Agavensirup, gebunden mit Johannisbrot- und Guarkernmehl. Alle Glaces enthalten richtige Stückli.

Am liebsten würde Sonja Dänzer ständig neue Sorten kreieren und auf den Markt bringen. «Leider lohnt sich das nicht.» Zum Glück ist da noch die private Glacemaschine. Damit lässt sich zum Beispiel ein wunderbares Wassermelonen-Sorbet zubereiten.

Trend GRUEN

DESIGN FUTURE SHOPPING AUTO



AUSFLUG AN DEN BODENSEE

SCHMUCKSTÜCK So sieht ein guter Morgen aus! Im Innenhof des «Zum Engle 1336» wird mit viel Liebe aufgetischt. Das Bed & Breakfast befindet sich in einem denkmalgeschützten Haus in der Altstadt von Konstanz (D). Die beiden gemütlichen Zimmer wurden stilvoll renoviert und erlauben Einblicke in längst vergangene Zeiten. Ideal für eine Familie oder mehrere Freunde. www.bnbnkonstanz.de

Foto: z/g

Feldenkrais, gepaart mit Minimalismus

Die Berner Designerin Nora Z'Brun will beständige, zeitlose Mode statt Fast Fashion. Neben ihrer Kollektion lanciert sie eine Plattform für Mode zum Mieten und aus zweiter Hand.

Text: Barbara Halter/Fotos: Zoe Tempest

Vor zwei Jahren besucht Nora Z'Brun ihre Schwester Anna auf Bali. Der Aufenthalt ist eigentlich als Urlaub gedacht – doch Kreativität kennt bekanntlich keine Ferien. Nora lernt durch ihre Schwester, die damals dort lebt und arbeitet, Schneiderateliers kennen und entwickelt vor Ort einen bequemen, luftigen Overall aus Leinen, der zu einem Lieblingsstück werden sollte.

Zuerst zweifelt sie jedoch: «Als ich die ersten zwanzig Stück nähen liess, fragte ich mich, ob die Jumpsuits jemand will», erzählt die 25-jährige Designerin in ihrem Atelier an der Postgasse in der Berner Altstadt. Ein Kollektiv aus fünf Frauen teilt sich die Räumlichkeiten, die gleichzeitig Boutique und Arbeitsort sind. Neben Textilien von Noras Label Studio Osoi gibt es Design aus der eigenen Familie: Noras Mutter ist mit ihren Seidenfoulards vertreten, ihre Schwester Anna mit Schmuck und Ledertaschen. Zurück nach Bali: Die zwanzig Jumpsuits sind verkauft, bevor Nora die Website fertigstellen konnte. Nicht mal einen Shop braucht es, alle Stücke werden über Instagram bestellt, von Kundinnen aus der ganzen Welt. «Offensichtlich traf ich den Zeitgeist», sagt sie.

Die Kleidungsstücke von Studio Osoi sind schlicht geschnitten,

wandelbar und zeitlos. «Osoi» ist vom japanischen Wort für langsam oder verspätet abgeleitet.

Nora Z'Binden, die in Basel Postindustrielles Design studierte und als Kind davon träumte, Modedesignerin zu werden, setzt sich intensiv mit dem Thema Fast Fashion auseinander. Jener Mode, die als billige Massenware verkauft wird. Nach dem Gymnasium macht Nora ein Praktikum als Einkäuferin bei Cachet und erhält Einblick in Produktionsstätten in China und Indien. Sie sieht, wie schwierig es ist, in diesen Ländern für wenig Geld Textilien transparent herzustellen. Persönlich kommen ihr Schuldgefühle, wenn sie wieder mal ein billiges Teil kauft. «Frauen wird oft suggeriert, dass sie sich besser fühlen, wenn sie dieses oder jenes haben würden. Doch die Modeindustrie will gar nicht, dass man je zufrieden ist, der Konsum soll schliesslich anhalten», sagt sie.

Wichtig in ihrem Findungsprozess ist die Feldenkrais-Methode. Während ihres Studiums beginnt Nora parallel die Ausbildung zur Therapeutin. «Auf dieselbe Weise wie man im Feldenkrais seine Bewegungen und Verhaltensmuster analysiert, fragte ich mich: Was trage ich gern, was für Materialien mag ich, worin fühle ich mich gut?»



«Kleider mieten, secondhand erwerben oder bei einem kleinen, nachhaltigen Label kaufen.»



Foto: Marco Brandenberger (1)



1 Die nächste Kollektion ist am Entstehen und soll etwas farbiger und ausgefallener werden.
2 Das Reversible Wrap Top und die Classic Pants sind beide aus Bio- und recycelter Baumwolle.
3 Im Nähatelier auf Bali werden die Jumpsuits hergestellt.
4 Designerin Nora Z'Brun vor ihrem Geschäft an der Postgasse 56a in Bern.
5 Familiensache: Auf der Büste drapiert ist der Boilersuit von Nora Z'Brun, im Hintergrund hängen Seidenfoulards ihrer Mutter Heidi Schumacher, daneben liegt die Schmuckkollektion Les Solides ihrer Schwester Anna.

Zu ihrer Konsequenz gehört, dass sie für ihre Kollektion einen Produktionsort in Europa sucht. Bali war ja damals mehr durch Zufall entstanden. Nora Z'Brun reist dafür im April 2019 in Begleitung ihrer Mutter nach Portugal. Viele der nachhaltigen Labels produzierten dort. Nach einer komplizierten Suche – die wenigsten Manufakturen übernehmen Kleinaufträge – folgt eine schwierige Zusammenarbeit. Als die Kleider schliesslich in der Schweiz eintreffen, sind sie schlecht verarbeitet und müssen nachgebessert werden. Eine enttäuschende Erfahrung, die viel Nerven kostet, aber auch zeigt, wie herausfordernd eine faire Produktion ist. Zurzeit lässt Nora Z'Brun die Jumpsuits wieder auf Bali nähen. Die nächste Kollektion soll nach Möglichkeiten in der Schweiz entstehen. Ausserdem hat die Designerin mit einer Freundin noch ein weiteres Projekt am Start: eine Online-Plattform für Mode zum Mieten und aus zweiter Hand. «näis» heisst sie. «Nice», ausgesprochen, wie das englische Wort für schön. Die Plattform vervollständigt Nora Z'Bindens Überzeugung: «Kleider sollte man mieten, secondhand erwerben oder, wenn es etwas Neues sein soll, bei einem kleinen, verantwortungsvollen Label kaufen.»

NORA Z'BRUN MEIN SCHWEIZER DESIGN

Teppich «Die einzigartigen Kreationen von Schönstaub sind Eyecatcher für zu Hause, so ein Teppich würde mir gefallen.»

Grafikdesign «Yael Anders ist eine gute Freundin von mir. Sie hat einen sehr eigenen Stil, das Gegenteil von minimalistisch, ihre Handschrift erkennt man gut.»

Mode «Komana ist eines der wenigen Schweizer Labels, die Prints mit gewagten Mustern und Farben machen. Cool und umweltfreundlich hergestellt.»

Ein Thurgauer kommt auf die Banane

Jedes Jahr werden 30 000 Tonnen meist noch geniessbare Bananen vernichtet. Der Verein Mehr als zwei kämpft gegen Food-Waste und landet mit seinem ersten Produkt gleich einen Hit.

Text: Barbara Halter



2

Während des Lockdown hat die Welt Bananenbrot gebacken. Das jedenfalls musste man annehmen, wenn man sich in den sozialen Medien umschaute. Vielleicht liegt es daran, dass ein Bananenbrot im Handumdrehen gebacken ist. Es schmeckt gut und ist das Beste, um braune, überreife Früchte zu verarbeiten, die niemand mehr essen mag.

Auf die Banane gekommen ist Olivia Menzi vom Verein Mehr als zwei durch das Thema Food-Waste. «Wir schätzen, dass jedes Jahr rund 30 000 Tonnen Bananen vernichtet werden, ein Drittel der importierten Ware», sagt sie. Um gegen die Verschwendung vor-

zugehen, lancierte der Verein Ende 2019 das Projekt «Deine Banane ist kein Abfall». Sie gewannen damit bei Generation M der Migros den zweiten Platz und sicherten sich damit die Finanzierung ihrer Idee.

Bananen gehören neben den Äpfeln zu den beliebtesten Früchten. Sie sind zu einem Standardprodukt geworden, vielen ist wohl gar nicht mehr bewusst, dass Bananen exotische Früchte sind. Ein grosser Teil wird per Schiff aus Südamerika importiert. Die Bananen werden auf den Plantagen im unreifen Zustand geerntet. Bevor sie in die Läden kommen, müssen sie in der Schweiz darum in die Reifekammer. Hier setzt Olivia Menzis Projekt an.

Denn nach der Reifekammer werden täglich kistenweise Bananen weggeworfen. Geniessbare Früchte, jedoch mit Schönheitsfehlern. Ihre Schalen haben Kühschäden, kleine braune Flecken oder feine Ver-

Fotos: www.kollektif.ch (3)

narbungen. Dazu werden viele einzelnen Bananen entsorgt – in den Läden haben «Einzelgänger» keinen Platz. Der Kunde wünscht Bündel.

Bei den weggeworfenen Bananen handelt es sich nicht im klassischen Sinne um Abfall, sondern sie sind Teil einer kalkulierten Überproduktion. Es wird von vornherein zu viel importiert, und der anschliessende Prozess generiert Überschuss.

Roland Kauderer war erst skeptisch, jahrelang setzte er nur auf regionale Früchte

Nur, was soll man mit all diesen überschüssigen, aber einwandfreien Bananen anstellen? Olivia Menzi und ihre Kolleginnen pröbelten in ihren Küchen, was für haltbare Produkte aus den reifen Früchten entstehen könnten. «Dabei war von Beginn weg klar,

dass ich nicht die nächsten zehn Jahre Bananenbrot backen oder Chips machen möchte», sagt Menzi und lacht.

Bei der Suche nach Produzenten gelangte sie an Roland Kauderer von der Öpfelfarm in Steinebrunn. Der Thurgauer Familienbetrieb ist bekannt für seine Apfelfringe. Kauderer war skeptisch: «Jahrelang brachten wir unseren Kunden bei, dass wir nur regionale Produkte verarbeiten und darum keine getrockneten Südfrüchte im Angebot haben.» Da die Bananen ein Abfallprodukt sind und nicht extra zum Trocknen in die Schweiz transportiert werden, liess er sich auf einen Versuch ein. Er war ausserdem beeindruckt davon, wie konsequent Olivia Menzi an ihren Prinzipien festhielt und der Verein genau kontrolliert, dass ausschliesslich Überschussware verarbeitet wird. Damit nicht plötzlich mehr Bananen importiert werden. Im Februar dieses Jahres began-

«Jahrelang kam kein Produkt gegen unsere Öpfelringli an, von den Bananen aber waren die Leute sofort begeistert.»
Roland Kauderer

1 Olivia Menzi vom Verein Mehr als zwei und Öpfelfarm-Besitzer Roland Kauderer.
2 Vom Abfall zu einem hochwertigen Produkt: die Bananen-Stängeli.
3 Die Früchte werden von Hand verarbeitet und dann getrocknet.

nen sie auf der Öpfelfarm mit dem Trocknen der Bananen, im April konnte man die ersten Bananen-Stängeli, nature oder überzogen mit Schokolade, kaufen. Und Roland Kauderer erlebte eine Überraschung: «Seit 25 Jahren lancieren wir neue Produkte, jedes Mal war es ein Kampf, nichts kam gegen die Öpfelringli an. Von den Bananen aber waren die Leute sofort begeistert.» Zurzeit baut Kauderer seine Kapazitäten aus. Wenn er freitags bei der Reifekammer vorbeigeht, könnte er jeweils viel mehr Kisten mitnehmen, als er verarbeiten kann. Das weiss natürlich auch Olivia Menzi. Neben den getrockneten Bananen hat sie weitere Produkte und Produzenten im Blick. Eine Zürcher Bäckerei pröbelt zum Beispiel an einem Bananenbrot im Glas. Perfekt für alle, die nach dem Lockdown nun keine Zeit mehr zum Selberbacken finden. 🍌

BANANENBROT BACKEN

Nach dem Rezept von Olivia Menzi, für eine Cakeform von 20 cm

- 3 bis 4 reife Bananen (je nach Grösse)
- 300 g Mehl
- 100 g Zucker
- 120 g weiche Butter
- 75 ml Milch
- gehackte Schokolade oder Nüsse (nach Belieben)

Bananen mit einer Gabel zerdrücken, dann mit allen anderen Zutaten verrühren, Masse in eine Cakeform füllen und bei 180 Grad Umluft backen. Nach ca. 55 Minuten Garprobe machen.

Stadt, Land, Fluss

Schwimmen, wandern, bräteln, die Natur geniessen – oder einfach faul im Liegestuhl dösen. Hier kommen die schönsten Produkte für wunderbare Ferien zu Hause! Redaktion: Barbara Halter

1



GUTE LAUNE IM KINDERZIMMER
Illustratorin Nina Binkert entwirft Poster, Karten, Notizbücher. Bei www.schoenegruesse.ch oder im Laden in Eglisau, Poster ab **CHF 24.–**

2



KÜCHENHELFER
Mit dem Tütenhüter lassen sich offene Packungen Chips, Nüsse, Mehl... perfekt verschliessen. www.boerds.ch, 6er-Set **CHF 18.90**

3



EINTAUCHEN IN DIE KARIBIK
Bikini des Schweizer Labels OY, mit Stoff aus Recycling-Material. www.oysurfapparel.com, Top Elin **CHF 65.–** Bottom Rio **CHF 59.–**

4



ORIENTALISCHE TEEKULTUR
Teeglas aus Recyclingmaterial, mundgeblasen in Marokko. <https://shop.hammambasar.ch>, in drei Grössen erhältlich, ab **CHF 7.–**

5



SONNENSCHUTZ MIT STYLE
Bucket Hut von Wildthings Collectables, fair und von Hand hergestellt in Bali. www.thestories.ch, diverse Muster **CHF 45.–**

6



RHABARBER-LIEBE
Bei durstigem Wetter – Sirup kühl stellen! Bio Rhubarber Sirup. Erhältlich bei Migros, 500 ml **CHF 4.80**

7



AUFFALLEN IN DER SAC-HÜTTE
Patricia Lang verarbeitet alte Kletterseile zu neuen Produkten wie diesen Gürtel. Jedes ein Unikat. www.wicapi.ch **CHF 39.–**

8



GUT EINCREMEN
Sonnencreme mit SF 30, basierend auf kalt gepresstem Kokosöl, Kokosmilch, Aloe vera und Carotin. www.nardiascoco.ch **CHF 35.50**

9



UNTER PALMEN LIEGEN
Geröstete Kokos-Chips mit Kokosblütenzucker und Kakaopulver, vegan und aus Bio-Anbau. Erhältlich bei Alnatura, 45 g **CHF 2.50**

10



SCHUTZ IM SOMMERGEWITTER
Jacke Distance Wind Shell für Damen mit PFC-freier DWR-Beschichtung. www.blackdiamondequipment.com **CHF 160.–**

11



GRILLZEIT
Schmeckt ähnlich saftig wie Fleisch, ist aber vegan: der Beyond Burger aus Erbsen. In grösseren Coop-Supermärkten **CHF 7.95**

12



BADETUCH MIT GEHEIMFACH
Die Badetücher aus einem kenianischen Kikoy (Tuch) haben im eingenähten Frottee eine kleine Tasche. www.maembe.ch **CHF 49.–**

13



SESAM HATS IN SICH
Sesam-Krokant-Riegel mit Honig, glutenfrei und aus biologischen Zutaten. Bei Migros, 135 g **CHF 4.20**

14



MUSTER AUS DER NATUR
Der Kanken Art von Fjällräven gestaltete eine Künstlerin, Teil seines Erlöses kommt der Natur zugute. Bei Ochsner Sport, Manor **CHF 120.–**

15



SICHER IN DEN WALD
Spray Anti Vampir schützt mit ätherischen Ölen vor Zecken, Mücken und Bremsen. www.mayasnaturseifen.ch **CHF 24.90**

16



BELLA FIGURA
Badeshorts aus Nylon in Ocean Blue des Schweizer Männerlabels Ka/Noa. Hergestellt in Italien. www.kanoaitalia.com **CHF 138.–**

17



GEMÜSEAUSTRICH
Die südosteuropäische Spezialität gibt es auch in Bio: Ajvar aus Peperoni und Aubergine. Coop Naturaplan, 90 g **CHF 2.45**

20



AUFMERKSAM WANDERN

Grossartige Naturschönheiten erleben – und gleichzeitig die Fragilität unserer Berge erkennen: Die zwanzig Wanderungen aus dem Buch «Dem Klima auf der Spur» führen zu schmelzenden Gletschern, Flusslandschaften und Mooren sowie durch Regionen mit Wassermangel oder tauendem Permafrost. Zu jeder Tour gibt es eine Seite mit den wichtigsten Facts, dazu fundierte Infos zu den klimatischen, biologischen und geologischen Zusammenhängen. www.werlverlag.ch, **CHF 39.–**

18



EIN FEUER ENTFACHEN
Anzündhilfe für Cheminée und Grill, aus recyceltem Material wie Abfallholz und Kerzenresten. Coop Oecoplan **CHF 9.95**

19



SEEPFERDCHEN-SHIRT
Kinder-T-Shirt des Schweizer Fair-Fashion-Labels Mimi + Bart. In verschiedenen Mustern erhältlich. www.mimianbart.com **CHF 35.–**



BASTIAN BAKER

«Ich fliege nur, damit meine Musik happy macht»

FACTS & FIGURES AUDI E-TRON SPORTBACK

- **Antrieb** Elektro, 230 oder 300 kW (312 oder 408 PS), Automat, Allrad
- **Fahrleistungen** 0–100 km/h in 5,7–6,8 s, Spitze 190–200 km/h, Reichweite 347–446 km
- **Verbrauch** 21,6–26,3 kWh/100 km, je 0 g/km CO₂, Energie je A
- **Masse** L/B/H 4,90/1,94/1,62 m, ab 2445 kg, Laderaum 615–1665 l
- **Preis** ab CHF 80.500.–

Der Singer-Songwriter Bastian Baker ist einer der wenigen Weltstars der Schweiz – und nimmt die Natur auf so coole Art ernst wie seine Musik.

Interview: Timothy Pfannkuchen
Fotos: Andreas Graber

Bei uns ist Bastian Baker, 29, seit seinem Mega-Hit «I'd Sing for You» von 2011 ein steter Hitparaden-Jemand. Unbekannt ist jedoch oft: Auch wer in Australien, Belgien, Brasilien, Japan oder seit seiner Tournee mit Shania Twain im letzten

Jahr sogar in den USA nach Schweizer Pop- oder Rockstars fragt, hört als Antwort den Namen des Lausanners. Er jedoch betont: «Die Schweiz bleibt meine Nummer eins.» Derzeit arbeitet Baker am fünften Album. Beim Fototermin am architektonisch spektakulären, 2009 eingeweihten Zürcher Schulhaus Leutschenbach verblüfft Baker uns mit seinem neuen Look, aber ist auch mit langen Haaren und Vollbart wie gewohnt mit lausbübisch flotten Sprüchen unterwegs. Selbst auf die aufgeregten Schulkinder, die ihn umringen und mit «Du siehst ja fast aus wie der Sänger» oder gar «Siehst du aber alt aus» auf die Schippe nehmen, reagiert er witzig und charmant.

GRUEN: Ihr Geburtsname ist Kaltenbacher. Wieso heissen Sie heute Baker? Ergeben hat sich das während meiner 13 Jahre im Eishockey. Auf Englisch war ich immer der «Kaltenbacher». Irgendwann nannte mich das Team nur noch «Baker», und im globalen Musikgeschäft wäre Kaltenbacher nicht ideal gewesen.
Ihr Vater Bruno war Eishockey-Profi, auch Sie hatten einen Profi-Vertrag in der Tasche, als Sie sich mit 17 Jahren für die Musik umentschieden. Warum? Weil das mein Traum war! Als ich damals von Claude Nobs, Gründer des Montreux Jazz Festivals, entdeckt wurde, wusste ich: Probiere ich das nicht jetzt, dann nie.



«Mich freut, dass wir in zwanzig Jahren garantiert sagen werden: Weisst du noch, als wir damals mit Benzin fahren mussten?»

Dennoch hat Sie Eishockey nie losgelassen: Der offizielle Song der abgesagten Eishockey-WM 2020 kam von Ihnen.

Es ist ein Jammer, dass diese WM in der Schweiz nicht stattfinden konnte. Ich hatte mich wahnsinnig gefreut.

Wie schlimm hat Corona Sie getroffen?

Ich musste alle Auftritte und die US-Studio-termine absagen. Klar hat mich das geärgert – aber die Gesundheit geht vor! Das Entertainment hat als erste Branche aufgehört und wird als letzte wieder anfangen. Da braucht es jetzt einfach viel Geduld.

Geduld muss Ihr neuer Stil mit langen Haaren und Vollbart gebraucht haben.

Ein Corona-Effekt oder Imagewandel?

Beides – und ein Experiment: Auf meiner Tour mit Shania Twain sagte sie: Probier doch mal einen neuen Stil. Also liess ich die Haare wachsen. Und dann sass ich wegen Corona für dreieinhalb

Monate in Costa Rica fest und liess den Bart stehen. Ich fühle mich wohl. Also probiere ich das, solange ich Haare habe (lacht).

Verändert sich mit dem Look auch Ihre Musik?

Die Musik entwickelt sich immer, stilistisch war und bin ich nicht festgelegt.

Sie sind ja Romand wie auch Deutschschweizer.

Fahren Sie denn eher deutschschweizerisch korrekt oder eher welsch kreativ Ihr Auto?

Ist das der Ruf? (Lacht.) Es bringt nichts, die Regeln zu brechen – aber niemand ist perfekt. Ich habe schon Bussen bekommen, aber fahre fokussiert und nie mit Alkohol. Also eher deutschschweizerisch. Vielleicht einfach nicht bernerisch (lacht).

Sie fahren Audi S4. Wie wäre es mit dem neuen vollelektrischen E-Tron Sportback Quattro, mit dem wir Sie heute hier fotografieren?

Absolut! Ich wechsele meine Audis ja immer wieder und bin zuvor ein Jahr lang teilelektrisch den Q7 E-Tron, also Plug-in-Hybrid, gefahren. Wenn ich umweltschonender von A nach B fahren kann, bin ich dabei! Mich freut, dass wir in zwanzig Jahren garantiert sagen werden: Weisst du noch, als wir damals mit Benzin fahren mussten? (Lacht.)

Wieso fahren Sie überhaupt Audi?

Schon mein Vater fuhr Audi, und ich schätze die Technologie: Hier ist alles logisch und unterstützt mich perfekt. Und das Soundsystem ist super!

Hören Sie sich unterwegs selbst?

Nur wenn ich im Radio komme – was mich bis heute überrascht. Oder produziere: Vorhin etwa hörte ich den Song, den ich zurzeit mittels Videochat zwischen Zürich und Los Angeles aufnehme. Ist der Song fertig, ist der finale Hörtest im Auto.

Wenn Sie sich ein Elektroauto vorstellen könnten: Wie wichtig ist Ihnen Natur?

Enorm wichtig! Für mich gibt es beispielsweise nichts Schöneres als einen Sonnenuntergang, und je weniger Luftverschmutzung, desto schöner. Ich bin viel draussen, entdecke beim Wandern, Klettern, Paragliden oder auf meiner Harley die Natur.

Wirkt sich das auf Ihre Ernährung aus?

Ich bin kein Vegetarier, aber «Lookatarian»: Sieht es nach Tier aus, etwa Schwein am Grillspieß, versuche ich, Alternativen zum

Fleischessen zu finden.

Das mag albern klingen, aber auf diese Art habe ich meine Balance gefunden.

Was sagen Sie zu Protesten der Klimajugend?

Dieser Protest ist gut, weil er etwas bewegt. Sozialer Druck bewegt die Politik in die richtige Richtung.

Sie fliegen sicher viel?

Leider. Aber mein Job ist der beste, weil ich Fans glücklich machen kann: Ich fliege nur, damit meine Musik Menschen happy macht. 🌱

→ GRUEN FAHRTIPP

FAHRMODI NUTZEN Viele Neuwagen haben wählbare Fahrprogramme (mal «Eco»-Taste, mal alles von «Sport» bis «Comfort»). Das sollte man nutzen, denn der Öko-Modus senkt den Verbrauch, indem er etwa Automat und Klimaanlage beeinflusst. Das spart Sprit – und erhöht bei Elektroautos die Reichweite.



ANITA LEHMEIER

DIE GRUEN-KOLUMNE

Wenn ich Königin wäre

„Nach dem Stillstand im Frühling ist die Schweiz jetzt in Bewegung. Es radeln und rennen alle die Berge hoch, durch die Wälder, entlang der Seen. All dieser Outdoor-Aktivismus wird unseren Gesundheitsminister enorm freuen, ebenso die gebeutelte Tourismusbranche. Und offensichtlich auch die Sportgeschäfte, denn wer unterwegs ist, ist das mit beeindruckender Ausrüstung: die Velofahrer in quietschbuntem Lycra und auf den neusten Modellen von E-Rädern, die Wandervögel in atmungsaktiven Karohemden und Hosen mit Dutzenden von Reissverschlüssen und Taschen und Laschen, mit Rucksäcken, gross wie Überseekoffer, voll mit Material, als wollten sie das Matterhorn erklimmen, auch wenn sie nur durch die sanften Hügel des Napfs dackeln.

Alles schön und gut, dient es doch der Volksgesundheit. Die kann man ja in diesen Zeiten nicht hoch genug werten. Mir ist so viel Bewegung schlicht zu anstrengend. Ich halte mich lieber an den Rat von Astrid Lindgren, die sagte: «Manchmal muss man sich einfach nur hinsetzen und schauen.» Genau das habe ich getan. Da, wo ich in fünf Minuten mit meinem uralten Minivelo hinkomme und null Hektik herrscht: am Dorfausgang, beim Bio-Hof, wo glückliche Kühe mit ihren Kälbern stehen. Dem gemächlichen Treiben habe ich mal zugeschaut, eine Stunde lang, vielleicht auch zwei. Langweilig wüds einem nicht. Da geht immer was. Die Tiere sind langsam, aber stetig dabei, zu grasen, zu dösen und ihre Sozialkontakte zu pflegen. Diesem Idyll wie aus Gotthelfs Zeiten schoben sich dann die Horrorbilder aus den Nachrichten dazwischen. Von Mega-Schlachthöfen, wo Menschen- und Tierwohl aufs Größte verletzt und dem Profit geopfert werden.

Nun sind die Zustände hierzulande nicht derart katastrophal wie bei unserem grossen Nachbarn, Verbesserungen aber durchaus möglich und nötig. Zwar wächst die Zahl der Voll- und Teilzeit-Vegetarier stetig, noch sind sie aber eine Minderheit. Und Fleischverzicht finden alle eine tolle Sache, nur grad dann nicht, wenn das Steak oder die Bratwurst lecker vom Grill duften. Geht mir ja auch so, ich mag Fleisch lieber als Gemüse und Tofu. Wenn ich Königin der Schweiz wäre, würde ich Folgendes anordnen – per Dekret, über die Köpfe des Parlaments hinweg, wie auch ungekrönte Kings das gerne

«Fleischverzicht finden alle gut, nur nicht, wenn es lecker vom Grill duftet.»

tun: Wer in meinem Land Fleisch essen will, muss dafür eine Prüfung ablegen. Die geht so: Minderjährige müssen einen Schlachthof besuchen, einen ganzen Tag lang, und erfahren, wie ihr Wienerli und die Salami auf der Pizza gemacht werden. Mit Erwachsenen wäre ich noch härter: Sie müssten für den Fleischpass, der in Läden und Beizen vorzulegen ist, eigenhändig ein Tier töten. Den Abzug für den Bolzenschuss betätigen. Schnell und schmerzlos fürs Tier, lange nachwirkend für den Prüfling. Eine Stunde Kuhbeobachtung gehörte auch dazu, oder auch zwei. Und zwar nicht nur für Fleischesser, sondern für alle. Weils einfach guttut, so gut wie Wandern oder Biken.

Impressum

Leitung Publikumszeitschriften
Stefan Regez

Leitung GRUEN Nina Siegrist

Redaktionsleitung Barbara Halter,
Lisa Merz

Mitarbeit, Laura Catrina, Elsbeth
Hobmeier, Anita Lehmeier, Timothy
Pfannkuchen, Thomas Renggli,
David Schnapp, Marlies Seifert

Bildredaktion Susanne Märki
(Leitung), Regula Revellado

Grafik/Produktion Martina Mayer
Müller (Leitung/Layout),
Jonas Messmer; Pirmin Beeler,
Anna Haas (Illustration)

Satztechnik Dominic Koch

Design Beling Thoenen Design

Bildbearbeitung
Ringier Redaktions-Services

Korrektur Irène Müller

Verlag Ringier Axel Springer
Schweiz AG, Flurstrasse 55,
Postfach, 8021 Zürich,
Tel. 058 269 20 00,
gruen@schweizer-illustrierte.ch

Director Brand Sales
Thomas Passen

Vermarktung Admeira SA,
Flurstrasse 55, Postfach, 8021 Zürich,
Tel. +41 58 909 99 62,
salesservices@admeira.ch

Anzeigenpreise und AGB
www.admeira.ch

Head of Sales RASCH Beniamino
Esposito **Head of Sales People &
Family** Tobias Hunziker **Sales**
Tanja Schwarz **Media Service Print**
Esther Staub

Druck Swissprinters AG,
4800 Zofingen, Tel. 058 787 30 00

Papier Inhalt: Perlentop Satin
70 g/m²; Umschlag: WFC, matt
gestrichen, FSC-Mix, 200 g/m²

gedruckt in der
schweiz

SWISSprinters

Foto: Paul Steewer

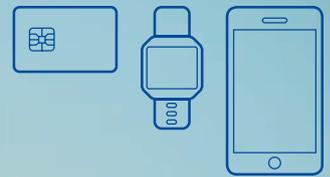
196 Seiten Landluft schnuppern.



Jetzt am
Kiosk.

Schweizer LandLiebe. Mit Liebe gemacht.

Entdecken Sie unser Abo: shop.landliebe.ch



across.design



Anytime
Everywhere



Cashback

Mit einer neuen Cornèrcard Classic verdoppelt sich Ihr Cashback auf 1 % bis zum 30. 9. 2020.



Cornèrcard steht Ihnen stets zur Seite, für all Ihre Bedürfnisse und Wünsche, insbesondere dank des verfügbaren Ausgabenrahmens auf Ihrer Karte.

cornercard.ch

cornèrcard