

SCHWEIZER  
ILLUSTRIERTE

# GRUEN

powered by  **BKW**

SRF-Moderatorin

**OCEANA**  
**GALMARINI**

«Stadt oder  
Berge? Für mich  
ein Clinch»

Zoodirektor Severin Dressen  
über vermenschlichte  
Tiere und vegane Nuggets

+  
6 Seiten  
Walensee  
Tipps für die  
Riviera der  
Ostschweiz

# Als Nachbarn vom Quartier-Rabatt für neue Solaranlagen profitieren.

über 40% auf Ihre Solaranlage sparen.

Investieren Sie jetzt in eine nachhaltige Zukunft und profitieren Sie mit Ihren Nachbarn bei der Installation einer neuen Solaranlage vom Quartier-Rabatt: je mehr Anlagen, desto günstiger der Preis. Gemeinsames Planen und Sparen lohnt sich – für die Umwelt und fürs Portemonnaie. [www.home-energy.ch/quartier-rabatt](http://www.home-energy.ch/quartier-rabatt)

**HEUTE GEMEINSAM UNSEREN PLANETEN FÜR MORGEN SCHÜTZEN.**



Lisa Merz und Barbara Halter, Redaktionsleiterinnen SI GRUEN.

«Ein Sommer auf der Alp – das klingt für viele Städter romantisch.»

## EDITORIAL IN DEN BERGEN UND AM WASSER

• Oceana Galmarini, «Schweiz aktuell»-Moderatorin, zieht es jedes Wochenende von Zürich in die Berge. Ins Bündnerland, wo die 29-Jährige aufgewachsen ist. So war es für sie von Anfang an klar, dass sie für unsere Covergeschichte daheim in Ardez posieren möchte. Wir haben die Einladung mit Vergnügen angenommen! In der Wohnung ihrer Mutter fand das Styling statt. Danach ging es raus ins Dorf und auf die blühenden Alpweiden – dazwischen kam es regelmässig zu Stopps für ein Schwätzchen auf Rumantsch. Nach dem Tag in Ardez können wir gut nachvollziehen, wieso sich Oceana Galmarini als «richtige Heimwehbündnerin» bezeichnet. Das Interview mit ihr ab **Seite 12**

• Ein Sommer auf der Alp, das klingt für viele Städter romantisch! Unsere Volontärin Lara Zehnder wollte es genauer wissen und fuhr zu Rita und Sepp Herger aufs «Alpeli» im Urner Isenthal, wo sie jeweils mit ihren Tieren den Sommer verbringen. Die Anreise im offenen Bähnli – eine etwas bessere Holzkiste an einem Drahtseil – war für Lara Zehnder ein Transfer in eine andere Welt. Ihr Besuch galt vor allem Alexandra Moser, einer Case-Managerin, die während vier Wochen als freiwillige Helferin bei den Hergers weilte. In ihrer Reportage beschreibt Lara Zehnder schön, wie es für Alexandra Moser war, das Handy wegzulegen und die Tage mit Misten, Melken und Käsen zu verbringen. Nicht

unbedingt romantisch – aber sicher bereichernd. «Gülle und Geissen», unsere Geschichte von der Alp, ab **Seite 44**

• Szenenwechsel! In Aeugst am Albis ZH, in einem Haus mit Privatpool, verwirklichte Fotografin Sara Merz eine lang gehegte Idee: eine Modegeschichte im Wasser. Viermal musste der Termin verschoben werden, bis endlich der langersehnte Sommertag kam. Das Model – gebucht nach der Anforderung: «nicht wasserscheu» – stieg für jedes Sujets voll bekleidet in den Pool, ohne sich anmerken zu lassen, wie die Kleider an seinem Körper immer schwerer wurden. Die nächste Challenge ging an Fashion Director Linda Leitner: Sie sorgte dafür, dass alle Textilien wieder trocken wurden. Das wallend gelbe Kleid war ein einfacher Fall, eine kleine Stricktasche benötigte mehrere Tage an der prallen Sonne. Wie sagte Thomas Gottschalk immer: «Liebe Kinder, bitte probiert das nicht zu Hause aus!» Die Modegeschichte ab **Seite 50**

• Nochmals Wasser – inklusive Palmen und Feriengedächtnisse. In unserer «Weekend-Reportage» nimmt Sie Autorin Manuela Enggist mit an den Walensee, an die Ostschweizer Riviera. Sie hat unter anderem ein hipbes Bed and Breakfast besucht und ist mit einem kreativen Winzer durch den Rebberg spaziert. **Seite 66**

Viel Freude mit SI GRUEN!

Barbara Halter und Lisa Merz



### MAKING-OFF

Im Unterengadin: Fotografin Olivia Pulver inszeniert mit ihrem Team «Schweiz aktuell»-Moderatorin Oceana Galmarini für das Gruen-Cover. Da war das Kleid noch trocken: Das Model stieg mit jedem Outfit in den Pool und liess sich für die Modegeschichte schön im Wasser treiben. Zum Glück schwindelfrei: Volontärin Lara Zehnder auf dem Weg ins «Alpeli» im Urner Isenthal.



**COVER**  
**Foto:** Olivia Pulver  
**Styling:** Arianna Pianca  
**Hair & Make-up:** Tilia Novotny, Style Council  
**Assistenz:** Corinne Wenger  
**Outfit:** Top und Hose von H&M Conscious, pinke Jacke aus Organzastoff von Amorphose

## Starter

- 6 Marion Cotillard:** Die Schauspielerin hat den Film «Bigger Than Us» über junge Aktivisten produziert
- 8 Chäserrugg:** Wandern und gleichzeitig Schweizer Mode bewundern

## Storys

- 12 Oceana Galmarini:** Die «Schweiz aktuell»-Moderatorin nimmt Kritik gelassen, vor allem, wenn sie ihr Äusseres betrifft
- 20 Bio-Familia:** Die Firma aus Sachseln OW hat als erste ein industriell gefertigtes Birchermüesli auf den Markt gebracht
- 24 Severin Dressen:** Seit einem Jahr ist der Deutsche Direktor des Zürcher Zoos. Er erklärt, wieso Diskussionen um artgerechte Tierhaltung so emotional geführt werden
- 36 Bier brauen mit der Sonne:** Familie Aeschbacher produziert so viel Strom, dass es auch für Papas Hobby reicht
- 38 Portugal abseits der Küste:** Eine Reise für Sterngucker und andere Entdecker
- 44 Äplerin auf Zeit:** Eine Case-Managerin tauscht ihr Büro gegen einen Ziegenstall ein
- 50 Mode im Swimmingpool:** Schweizer Fashion, sinnlich inszeniert unter Wasser
- 60 Restaurant Magdalena:** Ein junges Trio holt Foodies nach Rickenbach SZ
- 66 Ein Weekend am Walensee:** Genuss auf dem Berg und am Wasser

## Trend

- 74 Jennifer Grunder:** Die Textildesignerin des Labels Nou färbt mit Pflanzen
- 76 Ting:** Mitglieder der neuen Plattform erhalten Geld für eigene Vorhaben
- 80 Linda Fäh:** Die Schlagersängerin fährt einen Renault Captur E-Tech



**74**  
**NATURFARBEN** Jennifer Grunder arbeitet mit Blüten, Knollen, Schalen.



**12**  
**BERGLIEBE** Moderatorin Oceana Galmarini in ihrer Heimat Ardez GR.



**60**  
**BILDSCHÖN** Im Restaurant Magdalena stehen Ästhetiker in der Küche.



**50**  
**WASSERSTOFF** Die Kunst, sich stilvoll treiben zu lassen.



**44**  
**IDYLLE UND VIEL ARBEIT** Die Freiwilligen erleben auf der Alp ein Abenteuer, die Bergbauern erhalten wertvolle Hilfe und etwas Abwechslung. Case-Managerin Alexandra Moser nutzte ihren Einsatz im Urnerland auch für Digital Detox.

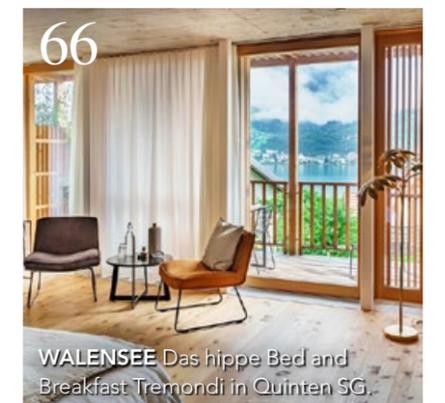
Fotos: Zoe Tempest, Olivia Pulver, Tanja & Simon Kurt, Sara Merz, Anne Gabriel-Jürgens, Peter Neusser, Roland Tännler, Flurina Rothenberger



**38**  
**PORTUGAL** Der Osten bietet weisse Dörfer und schwarze Nächte.



**24**  
**ZÜRICH** Zoodirektor Severin Dressen in der neuen Lewa Savanne.



**66**  
**WALENSEE** Das hippe Bed and Breakfast Tremondi in Quinten SG.

## MARION COTILLARD Lernen von der Jugend

**NEUE VORBILDER** Seit über zwanzig Jahren engagiert sich die französische Schauspielerin Marion Cotillard für soziale und ökologische Anliegen. «Als ich Mutter wurde, fühlte ich sofort, dass ich viel von meinen Kindern lernen werde. Die neue Generation zeigt uns den Weg», sagt sie. Genau um diese jungen Leute geht es im Dok-Film «**Bigger Than Us**», den Marion Cotillard mitproduziert hat. Im Zentrum steht Melati Wijsen, eine zwanzigjährige Aktivistin aus Indonesien, die seit ihrer Kindheit gegen die Plastikverschmutzung ankämpft. Im Film trifft sie sieben Gleichgesinnte auf der ganzen Welt, die sich für Menschenrechte, das Klima, Meinungsfreiheit oder den Zugang zu Bildung einsetzen. Premiere war bei den diesjährigen Filmfestspielen in Cannes, wo es neu die grüne Sektion «Cinema for the Climate» gibt. Im Herbst soll der Film auch bei uns anlaufen. [biggerthanus.film](http://biggerthanus.film)



Marion Cotillard (l.) und Aktivistin Melati Wijsen an den Filmfestspielen von Cannes, wo «**Bigger Than Us**» Premiere feierte.

## BERG DER AUSSTEIGER

**RAUS AUS DEM KORSETT** Eine junge bürgerliche Frau kommt 1906 nach Ascona und trifft auf die **Reformbewegung** mit ihrer alternativen Lebensweise. So beginnt das **historische Drama** «Monte Verità – Der Rausch der Freiheit» des Schweizer Regisseurs Stefan Jäger. Freuen kann man sich auf Joel Basman als junger Hermann Hesse oder Max Hubacher als Psychoanalytiker Otto Gross. Am 26. August kommt der Film in die Kinos.



«Wohlhabende sollten nicht mehr als zwei Kinder bekommen.»  
Schimpansenforscherin Jane Goodall plädiert für eine «freiwillige Bevölkerungsoptimierung»



## VEGANES DINNER MIT WEIN

**FRECH GEKOCHT** Im September findet wieder das Festival Food Zurich statt. Unser Tipp: der Anlass **Wine & Plantbased Food** am 16. und 17. September. Der Abend zeigt, dass ein Food-Wine-Pairing auch bei einem veganen Dinner bestens funktioniert. **Nachwuchs-Koch Luca Frei** (im Bild) aus der Tibits-Familie zaubert mit Zutaten wie Linsen, Popcorn, Blumenkohl oder Kombucha. Die Experten von Reb Wein ergänzen jeden seiner fünf Gänge mit einem passenden leichten, frischen Schweizer Wein. [tibits.ch/foodzurich](http://tibits.ch/foodzurich)

Fotos: WireImage, Sasala's, Getty Images, zig (4)

## FLACHS IM FOKUS

**SCHWEIZER STOFF** Rund um das **Zentrum Paul Klee** in Bern gedeiht eine vielfältige Naturlandschaft, das Projekt «Fruchtland». Heuer wird auf einem der Felder Flachs angebaut – eine Pflanze, die früher für die Schweizer Textilindustrie wichtig war und heute wegen ihrer nachhaltigen Produktion wiederentdeckt wird. Die **Flachsernte** findet im Rahmen einer Veranstaltung am Samstag, 21. August, statt. [zpk.org](http://zpk.org)

## DIE MASCHE MIT DER TASCHE



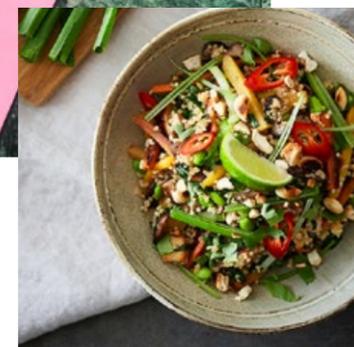
**HÄKELN IST HIP** Wer hätte das damals in der «Handsgi» gedacht – Gehäkeltes ist grad sehr angesagt! Luxus-labels zeigen die dicken Maschen in Form von Hüten, Kleidern oder Bikins. Der handgemachte Touch sorgt für Exklusivität, denn Häkelstoffe können nicht maschinell gewoben werden. Auch eine Zürcherin mischt mit: **Sara Esposito** fertigt auf Bestellung Taschen in allen Farben des Regenbogens und auch aus Upcycling-Wolle. Ihr Label heisst **Sasala's**, und verkauft wird über Instagram.

## Kraut und Rezepte

**INSPIRATION** Das Restaurant Karls Kraut ist in Luzern und weit darüber hinaus für seine **reative, liebevolle vegane Küche** bekannt. Nun gibt es Karl für daheim: Corinne Wittinger und Jonas Käppli haben die Pandemie-Zeit produktiv genutzt und ein Kochbuch produziert. Es ist geordnet nach Vorspeise, Hauptgang, Dessert. Von den sechzig Rezepten werden die Stammgäste einen grossen Teil wiedererkennen. Im Restaurant oder online erhältlich. [karlskraut.ch](http://karlskraut.ch)



Das Luzerner Restaurant Karls Kraut hat neu ein eigenes Kochbuch.



1 Schweizer Modedesign, präsentiert im Skilift.  
2 Installation im Tenn des Gipfelrestaurants von Herzog & de Meuron.  
3 Simon Ammann ist Verwaltungsrat der Toggenburger Bergbahnen, Partner des Projekts.



2



3



## CHÄSERRUGG Eine Fashionshow auf dem Berg

Der Chäserrugg im Toggenburg wurde prämiert für seinen rücksichtsvollen Tourismus. Diesen Sommer kann man im Gebiet wandern und Schweizer Mode bestaunen.

**TOUR DE MODE** Wandern ist Mode! Auf dem Chäserrugg kann man auf einer dreistündigen Tour die Berge geniessen und dabei Kreationen von Studierenden der Schweizerischen Textilfachschule entdecken. «**Erinnerungen an die Zukunft**» heisst das Projekt. Der Name spielt auf die langjährige Tradition der Textilindustrie im Toggenburg an. Und auf die Gegenwart, in der minimaler Ressourcenverbrauch und nachhaltige Produktion für Modemacher immer wichtiger werden. Dabei sind sie auf einer Linie mit dem Gastgeber: Der Chäserrugg hat für seinen rücksichts-

vollen Tourismus den Preis «Landschaft des Jahres 2021» erhalten. Skispringer Simon Ammann, der Verwaltungsrat der Toggenburger Bergbahnen ist und in der Region wohnt, sagt dazu: «Das Projekt fliesst in die Grundhaltung mit ein, dass Tourismus, Kultur, Sport und Natur einander nicht ausschliessen müssen, sondern sich gegenseitig bereichern.» Die Arbeiten der Studierenden sind auf sieben Installationen im Gebiet verteilt, eine achte Station ist in der Lounge des Textilmuseums St. Gallen zu sehen. Bis 24. Oktober, Wanderkarte auf [textilmuseum.ch](http://textilmuseum.ch)



«Humor ist der Kern meiner Marke, denn so wird die Botschaft leichter verdaulich.» Stella McCartney setzt mehr denn je auf nachhaltige Mode. Im September feiert sie ihren 50. Geburtstag.



Unkrautentfernung auf dem Naturaplan-Rüeblifeld

Fotos: Elay/Moses (2), Getty Images, zig

### 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.



Natürlich. Richtig. Gut.



Für mich und dich.

**RICHTIG ANLEGEN**  
Bankgeschäfte haben Einfluss auf unseren Planeten: Investitionen in die Erdölgewinnung zum Beispiel verschärfen die Klimakrise.



## DER GRÜEN-FOOTPRINT

# Jeder Franken zählt

Wir vertrauen unser Geld den Finanzinstituten an und wissen oft nicht, was damit passiert. In welche Firmen investiert Ihre Bank? Wie grün und nachhaltig legt Ihre Pensionskasse die Vorsorgegelder an? Testen Sie sich!

## IHR PERSÖNLICHER GRÜEN-FOOTPRINT

- 1 Konto
- 2 Anlegen und investieren
- 3 Pensionskasse
- 4 Sparen
- 5 Geld ausgeben
- 6 Konsumverhalten
- 7 Kontakt mit der Bank



TOTAL PUNKTE

- 1 WO HABEN SIE IHR LOHN-/ALLTAGSKONTO?**
- Bei einer vorbildlich ökologischen und sozialen Bank. → 1
  - Bei irgendeiner Bank. Ich habe mir dazu keine näheren Gedanken gemacht. → 5
  - Bei einer Bank ohne spezielle Nachhaltigkeitsziele. → 15
- 2 HABEN SIE SPARGUTHABEN?**
- Nein, ich bin verschuldet (Hypotheken ausgeschlossen). → 15
  - Ja, weniger als 100000 Franken. Dieses steckt in nachhaltigen Spar- und Anlageprodukten. → 5
  - Ja, mehr als 100000 Franken. Dieses steckt in nachhaltigen Spar- und Anlageprodukten. → 0
  - Ja, das liegt zu Hause unter der Matratze. → 15
  - Ja, weniger als 100000 Franken bei irgendeiner Bank. → 35
  - Ja, mehr als 100000 Franken bei irgendeiner Bank. → 100
  - Ja, mehr als 50000 Franken. Die habe ich in Bitcoins oder andere stromintensive Kryptowährungen angelegt. → 140

Foto: Creative Studio/Stocksy United, Illustration: Pirmin Baeiler

### 3 HAT IHR ARBEITGEBER EINE UMWELTFREUNDLICHE PENSIONSKASSE?

- Ja bzw. ich bin bei keiner Pensionskasse versichert. → 0
- Nein. → 50
- Das weiss ich nicht. → 40
- Ich habe versucht, meinen Arbeitgeber zu einem Wechsel zu bewegen, leider ohne Erfolg. → 30

### 4 WOFÜR SPAREN SIE?

- Für meine Erben. → 2
- Für die ökologische Sanierung meiner Liegenschaft. → 0
- Für Spenden an umweltfreundliche/soziale Organisationen. → 1
- Für meine Auto-/Kunstsammlung, eine Weltreise oder Wohneigentum. → 14
- Für nichts Spezielles. → 7

### 5 WOFÜR GEBEN SIE, ÜBERS JAHR BETRACHTET, FÜR SICH PERSÖNLICH RELATIV VIEL GELD AUS?

- (mehrere Antworten möglich)
- Flugreisen: mehr als 500 Franken. → 18
  - Kleider, Schmuck und Schuhe: mehr als 1500 Franken. → 6
  - Haustiere, Hobbys, Unterhaltungselektronik und Abos: mehr als 1500 Franken. → 7
  - Restaurantbesuche: mehr als 2000 Franken. → 6
  - Spritztouren mit dem Auto oder dem Töff: mehr als 1000 Franken. → 7

### 6 WAS LIEGT IHNEN BEIM KAUF VON PRODUKTEN AM HERZEN?

- Langlebigkeit und Qualität. → 0
- Ein gutes Verhältnis zwischen Preis und Leistung. → 6
- Nachhaltige Produktion und Qualität. → 0
- Ich will alles und davon möglichst viel. → 18

### 7 WIE PFLEGEN SIE IHREN KONTAKT ZUR BANK?

- Per E-Mail, Onlinebanking oder App. → 0
- Ich besuche meine Bank zu Fuss, per Velo oder ÖV. → 0
- Ich treffe meinen Berater regelmässig und fahre mit dem Auto hin. → 1

## AUSWERTUNG

- Bis 70 Punkte → Bravo, mit Ihren Geldanlagen gewinnen nicht nur Sie, sondern auch Natur und Mitmenschen.
- 71 bis 120 Punkte → Ihr Geld könnte noch mehr Gewinn für Natur und Mitmenschen erzeugen – mit einer auf Nachhaltigkeit optimierten Anlagestrategie.
- Mehr als 120 Punkte → Etwas Geld für schlechte Zeiten auf der Seite zu haben, ist toll, aber Geld alleine macht bekanntlich nicht glücklich.



## DIE ZAHL

93

Terrawattstunden Strom braucht das aktuelle Bitcoin-Netzwerk jährlich. Das ist mehr, als Finnland oder Belgien pro Jahr verbrauchen.

## BESSER LEBEN

Jeder Franken, den wir der Bank zum Sparen, Anlegen oder zur Vorsorge anvertrauen, **wirkt sich auf die Umwelt, das Klima und die Gesellschaft aus.** Legt die Bank das Geld beispielsweise in die Erdölgewinnung oder Kohleförderung an, heizt sie die Klimakrise an. Viele Banken verstehen sich dann als nachhaltig, wenn sie Gewinn für ihre Kunden erzielen. Nachhaltig sind Banken aber nur dann, wenn sie in ihren Tätigkeiten ökologische, soziale und wirtschaftliche Aspekte berücksichtigen.

### WEITERE TIPPS

- Berücksichtigen Sie eine Bank, die konkrete umweltbezogene Ziele und Massnahmen in ihrem Kerngeschäft hat.
- Bei Anlagen fragen Sie bei Ihrer Bank nach Umwelt-, Sozial- und Gouvernanz-Faktoren.
- Werden Sie Mitglied in einer Solargenossenschaft, und fördern Sie mit Ihrem Geld erneuerbare Energien.
- Investieren Sie Ihr Geld in ein GA oder, falls Sie auf ein Auto angewiesen sind, in ein sparsames Elektroauto.



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.

# Je höher, desto besser

Ihre Zuschauer bei «Schweiz aktuell» begrüsst Oceana Galmarini immer gleich: auf Rumantsch. Im Interview erklärt sie, warum sie sich nach den Bergen sehnt und wen sie gern auf frischer Tat ertappen möchte.

Seit einem Jahr moderiert Oceana Galmarini die SRF-Sendung «Schweiz aktuell». Seither hat sich einiges geändert für die 28-Jährige. Sie zog vom Bündnerland nach Zürich und hatte plötzlich ganz viele Follower auf Instagram. Ihre Heimat Ardez besucht sie so oft wie möglich.

Interview: Lisa Merz/Fotos: Olivia Pulver/Styling: Arianna Pianca, Style Council/Hair & Make-up: Tilia Novotny, Style Council

Oceana Galmarini ist mit sechs Jahren von Herisau AR nach Ardez ins Engadin gezogen, weil ihre älteren Brüder Nevin und Arno dort das Sportgymnasium besuchen konnten.



«Für mich ist Ardez der magischste Ort auf der Welt – hier atme ich auf.»



In Ardez wird Rätoromanisch gesprochen. Neben Deutsch die zweite Muttersprache von Oceana Galmarini. Zudem beherrscht sie die Gebärdensprache, weil ihre Eltern gehörlos sind.

Ein Blind Date am Bahnhof kann zur ziemlichen Herausforderung werden. Heisst der Ort Ardez, hat man aber Glück – Oceana Galmarini erkennt man von Weitem. Ist sie doch die Einzige, die an der kleinen Station, umgeben von Engadiner Bergen, auf uns wartet. Und so ganz stimmt das mit dem Blind Date auch nicht. Die 28-Jährige kennt man vom Bildschirm, wo sie auf SRF die Sendung «Schweiz aktuell» moderiert. Hier in Ardez GR, wo tagsüber kein Geräusch lauter ist als der viertelstündliche Glockenschlag der Dorfkirche, ist sie aufgewachsen. Und in dieses Engadiner Tal kehrt sie immer wieder zurück, so oft sie kann.

**GRUEN: Oceana Galmarini, was bedeutet Ihnen dieser Ort?**

Schon als Kind haben mich die Berge hier geflasht. Für mich ist es einfach der magischste Ort auf dieser Welt. Das ist ein Gefühl, das man nur schwer beschreiben kann. Jedes Mal, wenn ich zurückkomme, atme ich auf – diese Gegend ist ganz klar mein Kraftort. **Und trotzdem leben Sie in der Stadt Zürich ...**

Ja, ich bin eine richtige Heimwehbünderin (lacht). Aber als ich vor einem Jahr die Gelegenheit bekam, als Moderatorin für «Schweiz aktuell» zu arbeiten, habe ich mich dazu entschlossen, von Chur nach Zürich zu ziehen. **Ist Ihnen das schwergefallen?**

Ich habe es mir schon sehr gut überlegt. In Chur hatte ich einen tollen Job bei Radiotelevision Svizra Rumantscha, die beste WG und meine liebsten Freunde. Das alles aufzugeben, war ein grosser Schritt für mich. **Der sich aber gelohnt hat?**

Definitiv. Obwohl der Start verrückt war.

**Erzählen Sie!**

Was nach der ersten Sendung auf Social Media abgelaufen ist, hat mich sehr überrascht. Auf einen Schlag hatte ich, zumindest für meine kleine Welt, sehr viele neue Follower und Kommentare. **Aber Sie waren darauf vorbereitet, oder?**

Ja, klar. Und ich war mir meiner neuen öffentlichen Rolle auch sehr bewusst. Aber wenn es dann so weit ist, ist es nochmals eine ganz andere Sache. **Haben Sie die Kommentare gelesen?**

Ja, jeden einzelnen (lacht). **Und?**

Die meisten waren sehr lieb und schön.

**Was war mit den anderen?**

Die bezogen sich oft auf mein Äusseres.

**War das ein Problem für Sie?**

Nein, das berührt mich überhaupt nicht. Wenn jemand schreibt: «Ich finde dich schön», dann denke ich nicht: Wow! Sondern: Who cares! Denn für das bin ich nicht da, das ist nicht mein Job. **Was, wenn jemand sagt, dass Sie schlecht aussehen?**

Das ändert nichts. Und ganz ehrlich: Manchmal sieht man halt einfach gspässig aus, das ist einfach so. Vor allem, wenn man bei einer Aussenmoderation live sendet. Aber das ist das wahre Leben, man muss sich →

damit anfreunden, wie man aussieht – so bisch eifach!

**Welche Kritik trifft Sie?**

Inhaltliche. Die nehme ich immer sehr ernst. Oder auch wenn es um meine Art zu moderieren geht. Wir sind für die Zuschauer da und müssen es schaffen, dass sie sich angesprochen fühlen.

**Stehen Sie gern im Mittelpunkt?**

Nein, nicht unbedingt. Und bei meiner Arbeit sind es ja eigentlich auch die

Beiträge, die spannend sind. Als Kind mochte ich es überhaupt nicht, wenn mich alle anstarrten.

**Sie sprechen Ihre Rolle als Gehörlosen-Dolmetscherin an ...**

Ja, meine Eltern sind gehörlos, und meine Geschwister und ich mussten oft in die Gebärdensprache übersetzen.

Als Kind ist es einfach überhaupt nicht cool, wenn man anders ist. Man fühlt sich dann als die komische Aussenseiterin.

Heute bin ich natürlich sehr stolz auf meine Eltern.

**Wie waren Sie als Mädchen?**

Immer in Bewegung. Ehrgeizig. Rebellisch. Als 14-Jährige dachte ich, ich sei erwachsen. Mit 16 bin ich dann von Ardez nach Chur in eine WG gezogen und habe meine KV-Lehre angefangen.

**Wollten Sie von der Familie weg?**

Nein, überhaupt nicht. Ich wollte einfach selber über mein Leben entscheiden. Das liebe ich heute noch immer, dieses Privileg, selber entscheiden zu können. Viele gestandene Leute sagen, sie wären gern wieder ein Kind. Das trifft auf mich überhaupt nicht zu. Ich liebe es, erwachsen zu sein und meine eigenen Entscheidungen treffen zu können.

**Ganz freiwillig leben Sie aber nicht in der Stadt. Vermissen Sie die Berge?**

Ja, es ist ein ewiger Clinch! Einerseits liebe ich meinen Job, andererseits brauche ich die Berge.

**Wo fühlen Sie sich am wohlsten?**

So hoch oben wie möglich, bei den Steinböcken. Am liebsten über der Baumgrenze, wo es richtig dürr wird. Wenn man keinen Menschen mehr um sich herum hat und in einer einfachen Hütte übernachten kann.

**Was ist das für ein Gefühl?**

Es ist pur. Ich habe einen Rucksack dabei, bin ungeschminkt und einfach nur ich. Wenn es kalt wird und du stundenlang im Regen läufst und immer mehr Teil der Natur wirst, hat das etwas sehr Echtes.

**Was machen Sie, um diese geliebte Natur zu schützen?**

Das, was alle machen. Ich bin kein Hero. Ich hatte mal eine Phase, da war ich in Sachen Nachhaltigkeit etwas extremer unterwegs.

**Wann war das?**

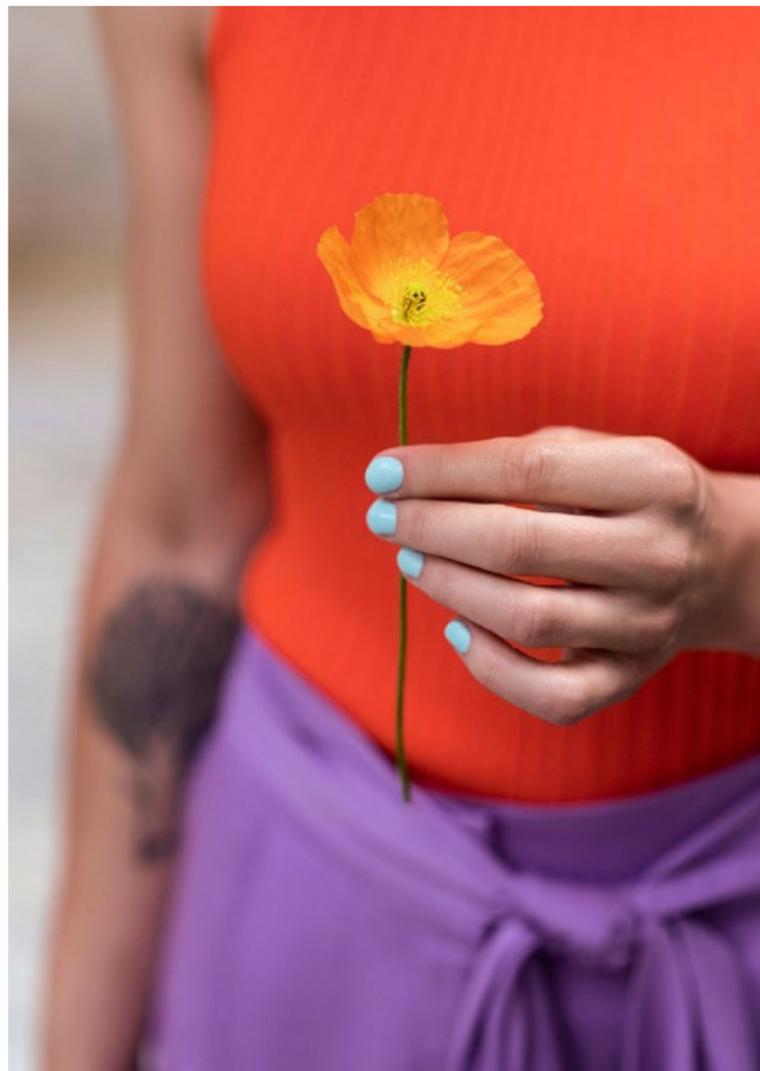
Vor ungefähr zwei, drei Jahren. Alles, was ich gekauft habe, war konsequent fair produziert und biologisch. Kleider, Kosmetik, Lebensmittel – die ganze Palette. Ich habe sehr viel Geld dafür liegen gelassen (lacht).

**Und jetzt?**

Ich musste einen Weg finden, der nicht ganz so extrem ist. Je mehr man sich mit dem Thema Nachhaltigkeit befasst, desto mehr Probleme tun sich auf. Mir wurde klar, dass alles, was ich tue, nur ein Tropfen auf den heissen Stein ist. Und ich war ehrlich gesagt auch überfordert. Man fühlt sich machtlos.

**Dann gaben Sie einfach auf?**  
Nein! Klar ist es besser, etwas zu machen, als gar nichts. Aber man darf nicht illusorisch sein. Nur weil man keine Röhrl mehr braucht, rettet man nicht die Welt. →

«Ich hatte mal eine Phase, da war ich in Sachen Nachhaltigkeit etwas extremer unterwegs.»



Styling: Seite 12/13 und 18/19: Top und Hose von H&M Conscious, pinkle Jacke von Amorprose, Schuhe von Dosenbach. Seite 14: Kleid von Essentiel Antwerp, Blazer von Nana Gotti, Schuhe von Vero Moda, bei Dosenbach, Ohrringe von Rent à Porter. Seite 16/17: Blazer und Top von Essentiel Antwerp, Shorts von FRINCH, bei Big



Oceana Galmarini ist am liebsten draussen. Ist sie in Zürich, geht sie in eine Kletterhalle, um zu bouldern. Die Weekends verbringt die Moderatorin in den Bergen. Dorthin fährt sie mit dem Zug, den Führerschein besitzt sie nicht.

«Ich fühlte mich gut, als ich nur noch drei Paar Jeans in meinem Schrank hatte.»



Braucht Oceana Galmarini einen Rat, wendet sie sich oft an ihren Bruder Nevin. Der Profi-Snowboarder weiss, wie man mit Druck umgeht. «Früher haben wir drei Geschwister oft gestritten, heute halten wir zusammen.»



Assistenz Fotografie: Corinne Wenger, Produktion: Regula Revellado



**Wie lösen Sie das Dilemma?**

Die Balance zu halten zwischen Verzicht und sich etwas gönnen, beschäftigt mich sehr. Was ich verinnerlicht habe: Bei jedem Konsum frage ich mich, ob ich das wirklich brauche. Ich fühlte mich nämlich gut, als ich nur noch drei Paar Jeans in meinem Schrank hatte. Wenn ich etwas kaufe, dann habe ich sehr lange Freude daran. Ich brauche keine tausend Sachen.

**Was regt Sie punkto Umweltschutz am meisten auf?**

Leute, die ihren Abfall einfach auf den Boden werden. Gerade in den Bergen. Leider habe ich noch nie jemanden in Aktion erwischt. Wäre das der Fall, würde ich sie oder ihn fix darauf ansprechen. Das ist doch das Einfachste auf dieser Welt. Wir haben sieben Millionen Kübel in dieser Schweiz – come on! 🌸



## BIO-FAMILIA



Peter Odermatt ist erst der dritte Direktor von Bio-Familia in Sachseln OW. Beständigkeit gehört zur Firma – auch wenn sie 1954 erst mit einem Flop startete.

Locker-flockig:  
Das Swiss Muesli,  
mit dem Chef Peter  
Odermatt jongliert,  
ist für den ame-  
rikanischen Markt  
bestimmt. Seit 1960  
exportiert Bio-  
Familia in die USA.

# Die Müesli- Macher



1 Original-Verpackung des ersten Müesli von 1959. Bedingung der Familie Bircher-Benner zur Verwendung des Namens «Bircher»: Bio-Zutaten!  
 2 Bei Bio-Familia in Sachseln laufen die Maschinen 24 Stunden am Tag.  
 3 Im vierzig Meter langen Ofen wird Granola fürs Knusper-Müesli gebacken.  
 4 Schlechte Nüsse sortieren Mitarbeitende in der Rösterei von Hand aus.

## «Wenn der Bruder Klaus nicht in Sachseln gewirkt hätte, gäbe es unsere Firma nicht.»

Text: Barbara Halter  
 Fotos: Lucas Ziegler

In der Obwaldner Firma Bio-Familia hält Niklaus von Flüe seine schützende Hand über die Geschäfte. Er steht im Treppenhaus, als Holzfigur mit eingefallenen Wangen. In der einen Hand hält er einen Rosenkranz, mit der anderen stützt er sich auf einen Stock und überblickt alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die täglich vorbeikommen. Auf dem Weg in die Müesli-Produktion.  
 «Wenn der Bruder Klaus nicht in Sachseln gewirkt hätte, gäbe es die Firma nicht», sagt Peter Odermatt. Wir sitzen in einem Besprechungszimmer im neuen Bürogebäude. Vor den grossen Fenstern kommt gerade ein heisser Sommertag in die Gänge. Über dem Sarnersee hängen letzte Wolkenfetzen, eingerahmt von grünen Wiesen, bewaldeten Hügeln und Bergen.

Vielleicht ist dieser Ausblick der Grund, weshalb Angestellte zehn, zwanzig, dreissig, gar vierzig Jahre in der Firma bleiben. Vielleicht sind es auch die Biketouren für die Sportverrückten – zu denen sich auch der Chef zählt. Wer hier eingestellt wird, bleibt nicht selten bis zur Pensionierung. Peter Odermatt selbst ist erst der dritte Direktor in der Firmengeschichte.

Bio-Familia sei für ihn immer eine Ikone gewesen, sagt Odermatt, der auf einem Bauernhof im Nachbarkanton Nidwalden aufgewachsen ist. «Ein gutes, bodenständiges Unternehmen.» Jahrelang bewahrte er in seiner Pultschublade ein Zeitungsinterview mit seinem Vorgänger auf. 2008 wird dieser pensioniert, und Odermatt erhält den Job. Um den Zusammenhang zwischen einem Heiligen aus dem 15. Jahrhundert und dem grössten Müesli-Hersteller der Schweiz zu verstehen, muss man zurück in der Geschichte. Ins München der 1930er-Jahre. Dort verlieben sich die Solothurnerin Anna Metzner und ein gewisser Georg Hipp, der später mit seiner Firma für Babynahrung sehr erfolgreich werden wird. Ihre Familie stellt sich gegen die Heirat mit dem Deutschen, und die religiöse Frau hat nur eine Hoffnung: Sie unternimmt eine Wallfahrt nach Flüeli-Ranft bei Sachseln. Wenn ihre Eltern der Heirat zustimmen, verspricht sie dem Bruder Klaus, würde sie ihren ersten Sohn nach ihm benennen. Ihre Bitte wird erhört, der Sohn geboren und getauft als Nikolaus «Claus» Hipp. Die Familie pilgert nicht nur wiederholt nach Obwalden, Sachseln erscheint ihnen auch der richtige Ort, um 1954 eine weitere Firma zu gründen. Die Babynahrung verkauft sich jedoch nicht so gut wie in Deutschland. Der Misserfolg schlägt dem Schweizer Direktor Caspar Arquint so auf den Magen, dass er sich in der Zürcher Bircher-Benner Klinik behandeln lässt und dort

auf die zündende Idee stösst: ein industriell hergestelltes Fertigmüesli. Man verpflichtet sich – damals ein Novum – nur biologische Zutaten zu verwenden und darf im Gegenzug den Namen «Bircher» auf die Verpackung drucken.

### Der Kunde wünscht regionale und wenig verarbeitete Rohstoffe

Heute verlassen täglich 45 Tonnen Frühstückscerealien die Fabrik. Neben der eigenen Marke werden für Kunden, zum Beispiel Grossverteiler, in der Schweiz und weltweit Rezepturen entwickelt und Müesli hergestellt. Das schlichte Familia Nature Crunch ohne Zuckerzusatz kommt der Philosophie des Ur-Birchermüesli sehr nahe. Im Gegensatz zum Firmentitel fehlt im Produktnamen das «Bio», da auch konventionelle Rohstoffe verarbeitet werden. «Würden wir nur auf bio bestehen, könnten wir bloss ein Viertel des Markts bearbeiten», sagt Peter Odermatt. Seit über fünfzehn Jahren entwickelt sich die Firma im Nach-

haltigkeitsbereich weiter. Man will zu einem klimapositiven Unternehmen werden, mehr Energie produzieren als verbrauchen. Das 2018 gebaute Administrationsgebäude hat Minergie-A- und -P-Standard, der Strom ist ökozertifiziert und stammt aus den lokalen Trinkwasserkraftwerken. Die Produktion ist energieintensiv, das zeigt sich beim Rundgang durch die Fabrikhallen. Hier wird sechs Tage die Woche 24 Stunden im Schichtbetrieb gearbeitet. Der Ofen, in dem das Granola auf einem Förderband knusprig gebacken wird, ist ein vierzig Meter langes Ungetüm. In den Rezepturen spiegeln sich die Ernährungstrends: Vollwertnahrung, Functional Food, wenig Zucker. «Im Moment sind regionale Rohstoffe und wenig verarbeitete Zutaten gewünscht wie ganze Nüsse», sagt Odermatt. Das mit der Regionalität ist gar nicht so einfach. Hafer, den wichtigsten Rohstoff, gibt es nicht in ausreichenden Mengen aus der Schweiz. Daran kann nicht mal Bruder Klaus was ändern. 🍄

## DER GRUEN-FOOTPRINT

Wie grün ist das Geld von Peter Odermatt?

1 Konto	1
2 Anlegen und investieren	0
3 Pensionskasse	0
4 Sparen	7
5 Geld ausgeben	7
6 Konsumverhalten	0
7 Kontakt mit der Bank	0
<b>Total Punkte</b>	<b>15</b>

15 Punkte = Was soll man da noch gross anmerken? Peter Odermatt liefert ein vorbildliches Resultat.



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.

# «Tiere leben nie über ihre Verhältnisse»

Der Zoo Zürich muss noch besser in der Vermittlung von Naturschutz werden, findet Direktor Severin Dressen. Die hohen Besucherzahlen bieten ein riesiges Potenzial dafür.

Interview: Barbara Halter/Fotos: Roland Tännler

**GRUEN:** Severin Dressen, im Zoo lässt sich wunderbar die Widersprüchlichkeit des Menschen beobachten: Erst bewundert er die Tiere, liest vielleicht etwas über die Abholzung des Regenwalds – und bestellt kurz später im Restaurant ein Steak. Wie gehen Sie damit um? Ein solches Verhalten ist halt zutiefst menschlich – ich fliege

zum Beispiel auch in die Ferien, kompensiere zwar den Flug, aber trotzdem. Auf der individuellen Ebene müssen wir mit diesen Widersprüchen klarkommen. Umso wichtiger ist es, dass wir versuchen, als Zoo eine Vorbildfunktion einzunehmen. In unseren Restaurants sind darum fünfzig Prozent der Gerichte vegetarisch oder vegan, dazu haben wir nur Fleisch aus der Schweiz.

**Sie haben im letzten Jahr die Chicken-Nuggets abgeschafft und verkaufen nur noch eine vegetarische Alternative. Wie nehmen das die Kinder auf?** Gut! Reagiert haben vor allem die Medien. In der Geschäftsleitung haben wir im Vorfeld einen Blindtest gemacht mit sieben verschiedenen Nuggets: mit Poulet, Erbsenproteinen, Soja, Weizen, die ganze Bandbreite. Keiner von uns konnte alle richtig zuordnen. →

## SEVERIN DRESSEN



Im Juli 2020 startete Severin Dressen, 33, als neuer Direktor des Zoo Zürich. Er ist in Aachen (D) aufgewachsen, hat einen Doktor in Biologie und war vorher am Zoo Wuppertal.



Praktisch mit Severin Dressens Einstand öffnete die Lewa Savanne. Sie bildet eine Landschaft in Kenia ab, mit Nashörnern, Giraffen, Zebras und kleineren Arten.

Die geschmacklichen Unterschiede sind so minim.

**Sind Ihre Gäste sensibler geworden, was das Thema Essen betrifft?**

Vereinzelt. Natürlich nehmen einige wahr, dass wir zum Beispiel nur noch palmölfreie Glaces anbieten. Schaut man auf die Verkaufszahlen, machen die fleischlosen Gerichte jedoch bloss zwölf

«Wir sind die einzige Spezies, die ganzheitlich dabei ist, unsere Lebensgrundlage zu zerstören.»

bis fünfzehn Prozent aus. Wirtschaftlich gesehen lohnt sich das noch nicht.

**Sie haben ja noch andere Fleischfresser im Zoo. Nach welchen Leitlinien füttern Sie die Tiere?**

Grundsätzlich kaufen wir auch das Tierfutter in der Schweiz. Es gibt Ausnahmen. Die Robben und die Pinguine brauchen Salzwasserfisch physiologisch.

Der Fisch aus dem Meer hat ein MSC-Siegel, und die Mengen sind überschaubar. **Gibt es auf unserem Planeten noch andere Arten ausser uns, die ihren Lebensraum radikal schädigen?**

Die spannende und deprimierende Antwort ist: nein. Wir sind die einzige Spezies, die ganzheitlich dabei ist, unsere Lebensgrundlage zu zerstören.

Natürlich gibt es gewisse Tierarten wie die Wanderheuschrecke, die so viel frisst, dass keine Nahrung mehr übrig bleibt. Aber das passiert nur lokal und nie auf einer globalen Skala. **Was können wir bezüglich Umweltschutz von Tieren lernen?** Ein Löwe würde zum Beispiel nie ein Gnu töten, einen Bissen nehmen und den Rest liegen lassen. Tiere leben nicht über ihre Verhältnisse. Natürlich sind das keine freiwilligen Verhaltensweisen, sondern passieren instinktiv. Aber der Effekt auf die Umwelt ist am Ende gleich. **Haben Sie gewisse Dinge von Tieren gelernt?**

Man muss aufpassen, dass man tierisches Verhalten nicht vermenschlicht. Das ist eine grosse Gefahr, besonders bei Haustieren, aber auch bei uns im Zoo. Aus wissenschaftlicher Sicht müsste ich darum mit Nein antworten. Aber natürlich könnte ich mir einiges von den Tieren anschauen und manchmal mehr zur Ruhe kommen wie ein Löwe, der zwanzig Stunden am Tag schläft.

**Der Leitspruch des Zoos Zürichs, der von Ihrem Vorgänger stammt, lautet: «Wer Tiere kennt, wird Tiere schützen.» Ist das nicht eine zu simple Logik?**

Nein, ich bin fest davon überzeugt – und das zeigen auch Studien –, dass beim Menschen alles, was wir kennen, mehr Sympathien hervorruft als das, was wir nicht kennen: Die Solidarität im eigenen Dorf ist grösser als die im eigenen Land. Doch wir können im Zoo noch besser in der Kommunikation werden. Die Besucher müssen nicht mehr unbedingt lernen, wie viele Tonnen ein Elefant wiegt. Wenn sie das mitnehmen, gut – aber wir wollen vor allem vermitteln, was jeder im Alltag dazu bei-

tragen kann, um die Natur zu schützen.

**Für viele Besucherinnen und Besucher ist ein Zoobesuch aber primär Unterhaltung – und kein Bildungsausflug.**

Absolut! Und das ist unser riesengrosses Potenzial. Wenn wir nur ein reines Bildungszentrum wären, hätten wir ähnliche Besucherzahlen wie ein klassisches Museum. Erreichen wir neunzig Prozent der Zoogäste mit unserer Botschaft, dann reden wir bei uns pro Jahr von über einer Million Menschen.

**Das Artensterben wird neben dem Klimawandel als die grösste Bedrohung der Welt bezeichnet. Wieso schadet es dem Menschen, wenn Arten aussterben?**

Die grösste Bedrohung liegt darin, dass wir in den allermeisten Fällen die Zusammenhänge nicht verstehen. Wenn Schlüsselarten – Tiere, Pflanzen, Pilze – wegfallen, können komplette Ökosysteme kollabieren, und wir haben keine Ahnung, wo der Schlüssel liegt. Darum ist für mich Forschung so extrem wichtig, auch im Zoo. **Viele der bedrohten Tierarten sind nicht so präsentabel wie ein Nashorn. Wie weckt man da die Sympathien?**

Natürlich bekommt ein Elefant grössere Aufmerksamkeit als ein kleiner brauner Frosch. Doch wenn ich das Habitat des Afrikanischen Elefanten schütze, schütze ich gleichzeitig jenes von Tausenden kleineren Arten. Bezüglich Präsentation haben wir im Zoo tolle Möglichkeiten: Im Masoala Regenwald hat es Enten, die hoch bedroht sind wie leider fast alles auf Madagaskar. Wenn Sie diese Enten draussen sehen, würden Sie denken, das ist eine weibliche Stockente. Im beeindruckenden Setting des Regenwalds sind die →



Die Lewa Savanne ist ein weiterer Schritt in der Entwicklung des Zoos Zürich zum Naturschutzzentrum.

«Die Entfremdung von der Natur führt zur Vermenschlichung der Tiere und zum Trugschluss, sie hätten die gleichen Werte wie wir.»

Leute aber absolut begeistert vom Tier.

In den Medien erwähnen Sie jeweils den Nacktmull, wenn Sie nach Ihrem Lieblingstier gefragt werden ...

(Lacht laut.)

Ein nach menschlichem Empfinden eher hässliches Tier. Was fasziniert Sie an ihm?

Er ist das einzige Säugetier, das organisiert ist wie die Bienen, in einer Kolonie mit Arbeitsteilung. Es gibt eine Königin, die alle dominiert und für sich arbeiten lässt. Sie stresst die eigenen Töchter so stark, dass diese gar nicht geschlechtsreif werden können. Zudem altert der Nacktmull nicht, er hat eine fast perfekte Zellteilung und ist darum für die Krebsforschung interessant. Die Haltung von Tieren, seien es Kühe auf dem Bauernhof oder Löwen im Zoo, wird oft sehr emotional diskutiert. Haben Sie eine Erklärung dafür?

Die Menschen haben immer weniger Bezug zur Natur – wir haben im Zoo Zeltlager mit vierzehn- oder fünfzehnjährigen Kindern, die noch nie in ihrem Leben eine Nacht draussen geschlafen haben. Die Entfremdung von der Natur führt zur Vermenschlichung der Tiere und zum fatalen Trugschluss, dass sie die gleichen Wertvorstellungen hätten wie wir. Natürlich haben Tiere Emotionen und vor allem Bedürfnisse, die gestillt werden müssen. Und sicherlich gibt es Nutztierhaltungen, wo diese Bedürfnisse nicht mal grundlegend gedeckt werden. Aber in einer guten Anlage in einem modernen Zoo haben es Tiere mindestens ebenso gut wie in der Natur. Wenn nicht sogar besser. Wie schützen Sie privat Natur und Umwelt?

Ich habe das grosse Glück, in der Stadt Zürich zu leben, und kann mit dem ÖV unterwegs sein. Essenstechnisch versuchen wir in der Familie unseren Fussabdruck so gering wie möglich zu halten. Wir kaufen fast alles bio und regional, aber wir trinken halt auch Kaffee. Laut einer Studie spart man am meisten CO<sub>2</sub>, wenn man keine Kinder hat. Da bin ich mit zweien kein gutes Vorbild. Kommen wir nochmals an den Anfang zurück: Können Sie ohne schlechtes Gewissen Tiere essen? Ethisch gesehen habe ich damit kein Problem – auch wenn wir heutzutage Fleisch nicht mehr zum Überleben brauchen –, aber ökologisch schon. Daher esse ich sehr wenig Fleisch, aber auch da kann ich stetig an mir weiterarbeiten.

## DER GRUEN-FOOTPRINT

Wie grün ist das Geld von Severin Dressen?

1 Konto	5
2 Anlegen und investieren	5
3 Pensionskasse	0
4 Sparen	2
5 Geld ausgeben	6
6 Konsumverhalten	0
7 Kontakt mit der Bank	0
<b>Total Punkte</b>	<b>18</b>

18 Punkte = Bravo! Von Severin Dressens Geldanlagen gewinnt nicht nur er persönlich, sondern auch Natur und Mitmenschen.



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.

Fotos: Monika Flückiger, BKW

## IMMOBILIENBRANCHE GEFORDERT

# Wann gibt es genügend Ladestationen für Mieter?

Noch mangelt es in der Schweiz an Ladestationen für Elektroautos. Markus Eberhard, Leiter Smart Energy bei der BKW, über die Rolle der Immobilienbranche – und was es braucht, damit Mieter zu Hause ihr Elektroauto laden können.

**Ich bin Mieter in einem Block – so wie viele andere auch. Ich würde gerne ein Elektroauto kaufen, doch die nächste öffentliche Ladestation ist rund drei Kilometer entfernt – und meist besetzt. Die BKW sagt von sich, hierfür Lösungen zu haben. Was genau unternimmt sie, um die Situation zu verbessern?**

Markus Eberhard: Wir unterstützen die Immobilienwirtschaft darin, die Ladeinfrastruktur in ihren Gebäuden auszubauen. Dafür bieten wir individuelle Lösungen an, um die lokalen Gegebenheiten wie Anschlussleistung und Installationen bestmöglich zu nutzen. Dabei berücksichtigen wir auch Förderinstrumente und Ausbauszenarien. Daneben haben wir ein Modell entwickelt, bei dem Immobilienbesitzer die Ladestationen bei uns mieten und somit nach Bedarf und ohne Investition ihren Mietern anbieten können. **Steigt neben dem Ausbau öffentlicher Ladestationen auch der Druck auf die Immobilienbranche, Ladelösungen anzubieten?**

Ja natürlich! Ohne die Immobilienbranche geht nichts. Denn an Orten, wo Menschen leben und arbeiten, stehen Fahrzeuge so lange, dass dort ein optimiertes und ressourcenschonendes Laden ideal möglich ist. **In ein paar Jahren werden viel mehr Elektroautos auf dem Markt sein. Wie lässt sich verhindern, dass es zur Überlastung des Netzes kommt, wenn in einer Liegenschaft abends alle gleichzeitig ihr Auto laden wollen?** Wir müssen bei der ersten Installation von Ladestationen in Tiefgaragen bereits an



Von der Solaranlage bis zur Ladestation: Die BKW bietet Gesamtlösungen.

die Zukunft denken. Ladestationen sollen so steuerbar sein, dass der Hausanschluss jeweils optimal genutzt und nicht überlastet wird. Daneben ist es notwendig, Lasten in Gebäuden zu steuern, um die Netzstabilität sicherzustellen. Dazu entwickeln wir aktuell Lösungen, die das Gebäude als Gesamtsystem im Stromnetz betrachten. **Die BKW bietet Gesamtlösungen im Bereich Immobilien an. Was gehört alles zum Portfolio?** Solarstrom selbst zu erzeugen und diesen dann im Gebäude einzusetzen, ist die Leitidee unserer Smart-Energy-Lösungen für die Immobilienwirtschaft. Diese umfassen die Installation und den Betrieb der Photovoltaikanlagen, Abrechnung von Solarstrom gegenüber Mietern, wenn der Vermieter auf dem Mehrfamilienhaus eine Anlage installiert hat, sowie die Bereitstellung und Abrechnung von Elektroladestationen. Durch aktive Eigenverbrauchs-optimierung und Gebäudesteuerung integrieren wir die Wärmeerzeugung in unsere Gesamtlösung und bieten schliesslich auch die Abrechnung von Wärme im Gebäude aus einer Hand an.



Markus Eberhard, BKW Smart Energy.

## ALLES AUS EINER HAND

MARKUS EBERHARD leitet die Geschäftseinheit Smart Energy der BKW. Zu dieser Produktgruppe zählen Photovoltaik und Elektromobilität sowie innovative Geschäftsmodelle rund um die erneuerbare Energieproduktion.

Erfahren Sie mehr über ganzheitliche Lösungen für die Elektromobilität: [bkw.ch/emobility](http://bkw.ch/emobility)

Produzieren Sie eigenen Strom: [bkw.ch/solarstrom](http://bkw.ch/solarstrom)

# Der perfekte Abend in der intelligenten Wohnung

Die Wohnungstester. In den Show-Räumen der ISP Electro Solutions AG stellen eine Psychologin und zwei Softwareentwickler das Konzept von Smart Living auf die Probe. Fazit: Auch in einer Altbauwohnung funktionieren modernste Gebäudeautomatismen einfach perfekt.



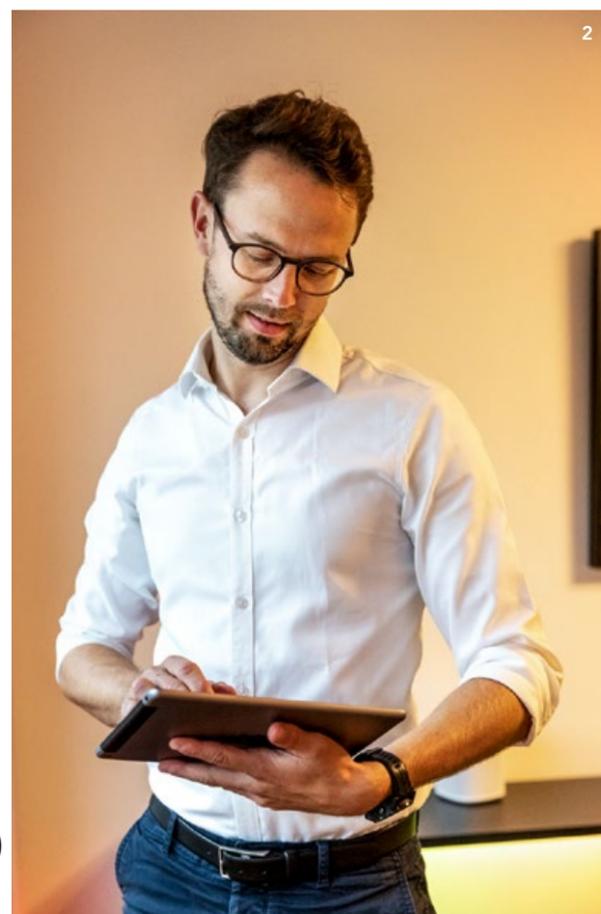
Text: Thomas Renggli  
Fotos: Gabi Vogt

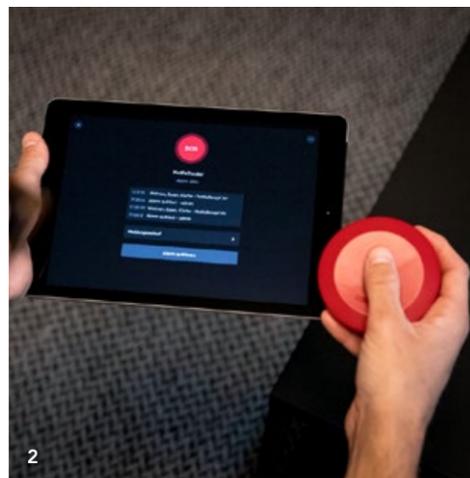
zum Vorzeigebauobjekt des Smart-Home-Modells befördert und die Besucher permanent staunen lässt.

Ostermundigen, vor den Toren unserer Landeshauptstadt. Von hier stammen einige der schillerndsten Töchter und Söhne der Schweiz: das ewige Bond-Girl Ursula Andress, Glamour-Moderatorin Michelle Hunziker sowie Roman Josi, der vielleicht beste Schweizer Eishockeyspieler der Gegenwart. Und in Ostermundigen steht eine der aussergewöhnlichsten Wohnungen des Landes – in einem unscheinbaren Gebäude an der Oberdorfstrasse 20.

Philippe Burkhalter, der Innovations- und Kommunikationsbeauftragte des TecCenter der ISP Electro Solutions AG, eines Unternehmens der BKW Building Solutions, öffnet die Tür mit dem Smartphone. Als wir das Foyer betreten, schaltet sich das Licht automatisch ein. Burkhalter erklärt: «Die Sensoren erkennen, wenn jemand in den Raum tritt. Die Beleuchtung schaltet sich nur ein, wenn es im Raum zu wenig Tageslicht hat. Wenn sich niemand mehr im Raum befindet, schaltet sie sich aus.» Dies ist aber noch nicht das Ende des Spektakels: Es lassen sich auch individuelle Beleuchtungsszenarien mit indirektem Licht, LED-Bändern und -Spots hinterlegen und per Tastendruck ändern. Am Morgen kann der Sonnenaufgang, am Abend der Sonnenuntergang simuliert werden. Geht man ins Bett, kann man →

1 Kochvergnügen: Lisa, Philippe, Marco und Stefan bereiten in der modernen Küche das Dinner vor.  
2 Philippe überprüft das Tablet, mit dem sich die ganze Wohnung steuern lässt.  
3 Abendstimmung: Die Beleuchtung kann beliebig variiert werden.





**1 + 4 Bequeme Bedienung:** Die smarten Schalter sind im Esstisch sowie in allen Räumen angebracht.  
**2 Der Sicherheitsfaktor** ist beim Smart-Living-Konzept wichtig: Per Alarmknopf kann man etwa medizinische Hilfe anfordern.  
**3 Das «Hirn» des Systems:** Die Wetterstation übermittelt die Daten für Heizung, Kühlung und Beschattung.

«Dem Bewohner soll durch die Automatismen so viel abgenommen werden wie möglich.»

mittels eines einzigen Befehls und akustischer Impulse alle Systeme zurückfahren, Lichter löschen und Fensterstoren schliessen.

In jedem Raum befindet sich ein Taster, an dem Licht, Lüftung, Heizung und Musikanlage gesteuert werden können. Ausserdem lässt sich das gesamte System über eine zentrale App via iPad oder Smartphone lenken: «Das letzte Wort hat immer die Bewohnerin oder der Bewohner», sagt Burkhalter. Gleichzeitig gelte aber das Prinzip, dass die Interaktion mit der Technik so stark wie möglich reduziert werde: «Man will ja nicht permanent damit beschäftigt sein.» Weiter sagt er: «Die Gebäudeautomatismen sollen dem Bewohner so viel abnehmen wie möglich.»

So schön dies in der Theorie tönt, so wichtig ist der praktische Test. So hat Burkhalter drei Personen eingeladen, die in der Wohnung kochen, übernachten und das System auf die Probe stellen: die klinische Psychologin Lisa Brändle sowie die beiden Softwareentwickler Stefan Eichenberger und Marco Schaub. Alle sind 34 Jahre alt und gehören damit zu einer Generation, die sich noch an ein Leben ohne Smartphone erinnern kann: «Als Digital Natives kann man uns wohl nicht bezeichnen», sagt Stefan Eichenberger.

Der Wow-Effekt lässt nicht lange auf sich warten. Angesichts des Heimkinos geraten alle ins Staunen. Der Vorhang öffnet sich automatisch, die weichen

Sessel lassen sich in der Position verändern und haben einen Behälter, in dem Getränke gekühlt werden können. Der Sternenhimmel und das Dolby-Surround-System vermitteln ein echtes Kinogefühl. «Wie in Hollywood – aber aus Bern leichter zu erreichen», ruft Lisa Brändle lachend. Der Psychologin gefällt aber eine andere Komponente fast noch mehr: «Ich fühle mich in einer solchen Wohnung sehr sicher. Denn über das Handy lässt sich jederzeit kontrollieren, wer vor der Haustür steht.» Dasselbe ist auch Stefan Eichenberger aufgefallen: «Die vernetzte Gegensprechanlage ist ein grosser Mehrwert. Dank ihr kann man ortsunabhängig mit dem Besucher vor der Haustür sprechen und diese öffnen. So kann beispielsweise der Postbote selbst dann ins Treppenhaus eingelassen werden, wenn man selber in den Ferien ist.»

Zum verstärkten Sicherheitsaspekt zählt auch die Abwesenheitssimulation: Licht, Musik, Storen und Fensterläden vermitteln den Eindruck, dass jemand zu Hause ist – nach unterschiedlichen Zeiten und Mustern. Ein wichtiges Element im Smart-Living-Modell ist das intelligente Heizsystem. Speziell in der Wohnung in Ostermündigen: Die bestehenden alten

Radiatoren wurden eingebunden und die Gesamtenergieeffizienz optimiert. Bei Abwesenheit oder beim Lüften wird die Heizung heruntergefahren. Das funktioniert mit elektronischen Funkventilen.

Marco Schaub ist auch vom Lichtmanagement beeindruckt: «Mich faszinieren die Lichtelemente. Mit den verschiedenen Farbtönen lassen sich Ambiente und Raumklima von einem Moment auf den anderen ändern.» Besonders angenehm sei, dass der Lichtsensor auch im Schlafmodus perfekt funktioniert. Muss man während der Nacht aufstehen, schaltet sich ein gedämpftes Licht ein, das einem beispielsweise den Weg zur Toilette weist – ohne andere Personen zu stören. Zu den wichtigsten Komponenten zählen die intelligenten Fensterläden: Je nach Wetter bewegen sich diese selber. Erstaunlich dabei: Bei den Fensterläden handelt es sich um Klappläden, wie sie bei alten Häusern vorkommen. In diesem Fall bewegen sie sich mit einem Elektromotor und stehen für eine Besonderheit der Show-Räume. Denn diese beweisen, dass sich auch eine Altbauwohnung nach dem Smart-Living-Konzept aufrüsten lässt.

Dieser Beitrag entstand in Zusammenarbeit mit BKW.

### EXPERTEN-NETZWERK

Mit 46 Unternehmen bietet die BKW Building Solutions vielseitige Dienstleistungen in den Bereichen Gebäudetechnik, Gebäudeautomation sowie IT aus einer Hand.

[bkwgt.ch](http://bkwgt.ch)

# Nachhaltigkeit als Selbstverständlichkeit

Intelligentes Wohnen und Elektromobilität. Im BKW-Lounge-Gespräch äussern sich die Sportstars Mark Streit und Daniel Yule zu den Vorzügen des intelligenten Wohnens und der Elektromobilität.

Text: Thomas Renggli

Das Verkehrshaus Luzern verbindet in seiner permanenten Ausstellung die Vergangenheit mit der Moderne. Die BKW Ausstellung «Smart Living» passt perfekt in dieses Umfeld, das die technischen Errungenschaften der Schweizer Geschichte auf eine fassbare und praktische Art und Weise ins beste Licht rückt. Anhand eines Modellhauses soll den Besuchern gezeigt werden, wie die moderne Gebäudetechnik aufgebaut und vernetzt ist – wie man mit den neuen technischen Möglichkeiten Komfort und Nachhaltigkeit optimal verbinden kann.

Im unterhaltsamen Gespräch mit diversen Experten aus den Bereichen Smart Home und Smart Building erzählt Eishockeystar Mark Streit, der sein Haus mit BKW umgebaut und Smart-Living-Technologien integriert hat, von seinen Erfahrungen mit intelligenten Wohnformen: «Wir fühlen uns damit sehr wohl – aber wir mussten uns zuerst an die Technik gewöhnen.» Deshalb liess Streit auch Lichtschalter installieren, die man manuell bedienen kann. Besonders im Bereich des Raumklimas und der Lichtregulierung sind die Vorteile frappant. Beleuchtung und Beschattung funktionieren optimal. «Wir sind sehr privilegiert, in einem solchen Haus leben zu dürfen», sagt er.

Was der Stanley-Cup-Sieger beschreibt, steht sowohl Eigenheimbesitzern wie auch Mietern zur Verfügung: mehr Komfort, mehr Sicherheit, weniger Stromverbrauch. Das Smart Home passt sich dem Lebensstil seiner Bewohnerinnen und Bewohner an und erleichtert deren Leben. Darin sind einzelne Einrichtungen und Komponenten zu einem grossen Ganzen verbunden und harmonisch aufeinander abgestimmt.

Diese Annehmlichkeiten weiss Streit besonders zu schätzen. Mit einem Augenzwinkern bezeichnet er sich als «Smart-Living-Astronaut»: «Wir haben einige Sachen implementiert – und möchten nicht mehr darauf verzichten.»

Zum Smart-Living-Konzept zählt auch das Verwenden von erneuerbaren Energien. Und da drängt es sich förmlich auf, den Strom, der von der Solaranlage auf dem Dach produziert wird, für die Ladestation eines Elektroautos zu verwenden.

Dies weiss auch Skirennfahrer Daniel Yule zu schätzen. Der Walliser sagt: «Die E-Mobilität ist in den letzten Jahren im Spitzensport ein wichtiges Thema geworden. In Zermatt beispielsweise werden Skilifte mit Solarstrom betrieben, Pistenfahrzeuge sind mit Wasserstoffantrieb unterwegs. Und bei Swiss-Ski haben wir erstmals die Möglichkeit, bei Audi ein Elektroauto zu beziehen.»

Es bewege sich etwas, so Yule – und zwar in die richtige Richtung, auch wenn er als Spitzensportler kaum CO<sub>2</sub>-neutral leben kann, beschäftige ihn das Thema sehr: «Wir müssen im Weltcup rund um den Globus fliegen. Momentan gibt es zwar noch keine mehrheitsfähigen E-Flugzeuge, aber vielleicht wird man bis in zehn Jahren mit synthetischem Treibstoff abheben.» Die grosse Herausforderung der letzten Jahre bezüglich Infrastruktur steht nun auch im Wandel: «Mittlerweile gibt es ein engmaschiges Netz an Ladestationen im ganzen Land. Dies ist ein entscheidendes Argument für die Elektromobilität.» Grundsätzlich sagt Yule: «Mein Wunsch ist es, dass sich beim Autokauf künftig die Frage, ob Benzinauto oder Elektroauto, nicht mehr stellen wird. Es soll normal sein, ein Elektroauto zu fahren.» Oder mit anderen Worten: Das Bekenntnis zur Nachhaltigkeit soll zur Selbstverständlichkeit werden. Mark Streit und Daniel Yule gehen mit gutem Beispiel voran.



«Elektroautos sollen selbstverständlich werden.» Daniel Yule im Smart-Living-Gebäude im Verkehrshaus.



«Smart Living macht den Alltag einfacher.» Mark Streit



### TICKETS FÜRS VERKEHRSHAUS DER SCHWEIZ GEWINNEN

Im Verkehrshaus der Schweiz in Luzern zeigt die BKW Ausstellung «Smart Living» seit Oktober 2020 die ganze Bandbreite des nachhaltigen Wohnkonzepts – vom Keller bis zum Dach. Wir verlosen 5 x 4 Tickets (Erwachsene) für einen Eintritt in das Verkehrshaus der Schweiz unter [bkw.ch/si-verlosung](http://bkw.ch/si-verlosung)

SUZANNE THOMA

# «Wir sind ehrlich grün»

” Vor dreissig Jahren, anno 1991, hielt der Tessiner Bundespräsident Flavio Cotti die Festrede an der 700-Jahr-Feier der Eidgenossenschaft. Im April desselben Jahres starb Schriftsteller Max Frisch, und gut zwei Monate später beteiligten sich Hunderttausende Schweizerinnen am Frauenstreik. Ebenfalls 1991 hat der britische Informatiker Tim Berners-Lee am Kernforschungszentrum Cern in Genf die erste Website veröffentlicht – und damit den Grundstein des World Wide Web gelegt, mit dessen Hilfe ich nun in Sekundenschnelle die Jahresrückblicke von vor dreissig Jahren auf mein Smartphone holen kann. Solche Rückblicke sind ebenso faszinierend wie einfach. Ungleich anspruchsvoller sind Ausblicke, zum Beispiel zur Frage, ob wir es schaffen, uns in den nächsten dreissig Jahren weitgehend von den fossilen Energiequellen zu verabschieden, so wie es das Pariser Klimaabkommen verlangt. Als Chefin der BKW darf ich dazu beitragen, dieses ambitionierte Ziel zu erreichen. Natürlich hat unser Unternehmen keinen politischen Auftrag. Aber wir möchten und können einen Beitrag leisten und haben unser Geschäftsmodell entsprechend angepasst. Mit Blick auf unsere Beteiligungen an fossilen Kraftwerken werde ich manchmal gefragt, wie grün die BKW



eigentlich sei. Meine Antwort lautet: Wir sind ehrlich grün. Wir unterstützen die Energiewende, indem wir in erneuerbare Energien investieren und auch bei Gebäuden und Infrastrukturen unserer Kunden ganz wesentlich mithelfen, den ökologischen Fussabdruck zu verkleinern. Wir sehen aber keinen Nutzen darin, Kraftwerke zu verkaufen, nur damit wir einen grünen Anstrich erhalten. Denn der Umbau der Energieversorgung ist ein Jahrzehnteprojekt, bei dem Übergangstechnologien wie

Erdgas eine Schlüsselrolle spielen werden. Ich bin mir bewusst, dass diese Haltung nicht überall verstanden wird. Aber ich bin ebenso überzeugt, dass wir die Herausforderungen nur meistern, wenn wir die Nachhaltigkeit umfassend betrachten – und dabei sind Unternehmen, die nachhaltige Werte schaffen, enorm wichtig. Denn ohne Wertschöpfung lässt sich weder ein radikal neues Energiesystem errichten, noch kann man die dafür nötigen Infrastrukturen bauen. Es gibt auch

den ökologischen Gesamt- abdruck sowie soziale Aspekte. Beispiel: Wie werden Photovoltaikmodule produziert? Mit welcher Energie und unter welchen Arbeitsbedingungen? Das alles muss in die Gesamtbetrachtung mit einfließen. Die BKW Gruppe wird auch künftig zuverlässig Werte schaffen, denn sie ist in den Wachstumsmärkten Energie, Gebäudedienstleistungen und Engineering profitabel aufgestellt. Dank dieser Ausgangslage können wir mit unseren Lösungen, Produkten und Dienstleistungen neben dem ökonomischen auch einen ökologischen Gewinn erzielen. Mit verschiedenen Kraftwerksarten, mit unserem Stromnetz und dem Energiehandel leisten wir einen Beitrag für die Energieversorgung der heutigen Welt; daneben planen und bauen wir Windparks, Wohn- und Arbeitsgebäude, Infrastrukturen oder Datennetze für die nachhaltige Welt von morgen. Damit unsere Nachfahren dereinst mit Wohlwollen und Anerkennung auf unsere Generation zurückschauen.

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

Foto: zvg

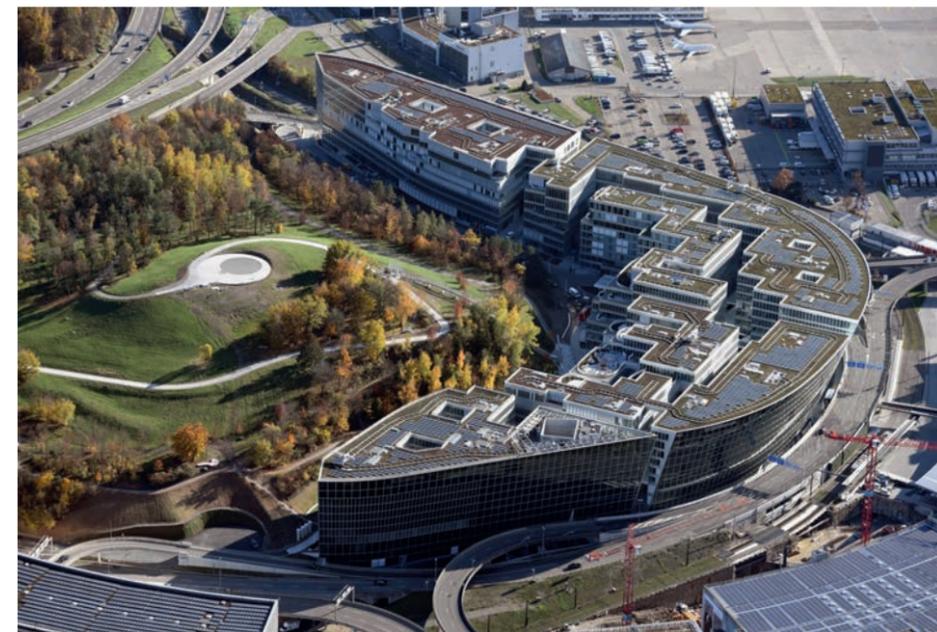
Foto: Flughafen Zürich AG, Valeriano Di Domenico

» INNOVATION «

## Ärzte mit eigenem Flughafen

Gebäudeautomatismen, die Leben retten: Das Gesundheitszentrum des Universitätsspitals Zürich am Flughafen Zürich besticht durch höchstmögliche Präzision und Verlässlichkeit.

Der Flughafen Zürich ist das Schweizer Tor zur Welt. Und die Reisebranche erwacht nach Monaten des Stillstands zu neuem Leben. Direkt am grössten Flughafen des Landes wurde mit dem Circle ein eigenständiges Quartier geschaffen, das neue Massstäbe setzt: Es umfasst auf 180000 Quadratmetern Läden, Restaurants und Hotels, einen grossen Kongressbereich sowie ein Gesundheitszentrum des Universitätsspitals Zürich. Nun ist der Komplex eingeweiht – und übt auf Reisende wie Passanten eine grosse Anziehungskraft aus. Thomas Rüedi blickt stolz die Fassade des Ambulatoriums des Universitätsspitals Zürich empor: «Hier haben wir etwas geschaffen, das wohl über Generationen Bestand haben wird.» Rüedi ist Projektleiter der Sigren Engineering AG, einer der führenden Anbieter von Automationslösungen im Gebäudebereich. Das Unternehmen, das seit 2020 zum Netzwerk der BKW Building Solutions gehört, erfüllte im Circle seinen bisher umfangreichsten Auftrag. Es lieferte sämtliche Automationslösungen im Grundausbau des Komplexes und ermöglicht so auch die Steuerung und die permanente Überwachung des Systems. Rüedi erklärt den Umfang der Arbeiten in beeindruckenden Zahlen: «Unter anderem wurden 69000 technische Geräte wie Sensoren, Motoren und Antriebe sowie Lampen verbaut. Diese liefern über 200000 Signale, die für das Steuern und Regeln verantwortlich sind.» Die 1000 Controller und Steuerungen haben eine eminent grosse Bedeutung. Damit 360 Ärzte, Pflegefachkräfte und Spezialisten rund 1000 Patienten pro Tag behandeln können, muss die Technik zu jedem Zeitpunkt reibungslos funktionieren. Denn wenn im Gesundheitszentrum plötzlich die Elektronik versagen würde,



The Circle: Läden, Restaurants, Hotels und das USZ-Gesundheitszentrum. Unten besprechen sich Christian Pfab (BKW Building Solutions, l.) und Thomas Rüedi (Sigren Engineering).

könnte dies für die Patienten schwerwiegende Konsequenzen haben. Neben der grösstmöglichen Präzision beeindruckt auch die Vielschichtigkeit des Projekts. Christian Pfab, der als Leiter Automation bei der BKW Building Solutions für digitale und vernetzte Lösungen in der Gebäudetechnik verantwortlich ist, sagt: «Beim Circle sticht heraus, dass die Automationsysteme eine enorme Bandbreite abdecken müssen. Angefangen bei der Nachttischlampe bis zur hochkomplexen Medizininfrastruktur im USZ-Ambulatorium.» Das komme auch allen Patienten und Besuchern zugute: «Das Gebäude muss die Situation und das Bedürfnis quasi antizipieren – ähnlich einem Auto, das autonom fährt.» Der neu erschaffene Circle erfreut sich dank den behördlichen Lockerungen täglich eines grösseren Zulaufs. Alleine schon verkehrstechnisch bietet er einen einmaligen Service: Er liegt am besterschlossenen Ort der Schweiz mit 20000 Parkplätzen sowie Tram-, Bus- und Zugstationen. Vor allem ist das USZ im Circle das einzige Ambulatorium weit und breit, das über einen eigenen Flughafen verfügt. [thecircle.ch](http://thecircle.ch)



### EXPERTEN- NETZWERK

Mit ihren 46 Unternehmen bietet die BKW Building Solutions vielseitige Dienstleistungen in den Bereichen Gebäudetechnik, Gebäudeautomation sowie IT. Und das alles äusserst unkompliziert und aus einer Hand. [bkwgt.ch](http://bkwgt.ch)

## HOME ENERGY

# Dieses Bier schmeckt nach Sonne

Mit Home Energy von BKW schützt man die Umwelt und spart Geld. Aber man kann damit auch Bier brauen. Ein Besuch in einem Hofbräuhaus der anderen Art.

Text: Thomas Renggli/Fotos: Gabi Vogt

Frieso Aeschbacher, 42, ist quasi ein Meister der erneuerbaren Energien und der Nachhaltigkeit. Als Programmleiter Digitalisierung bei der BKW hat er sein Einfamilienhaus im bernischen Moosseedorf schon vor Jahren mit einer 42 Quadratmeter grossen Photovoltaikanlage ausgerüstet und produziert einen Grossteil des von ihm und seiner Familie verwendeten Stroms selber: «Zwischen April und Oktober leben wir hier autark», sagt er nicht ohne Stolz. Auch Ehefrau Sybille, 40, und die Kinder Julian, 8, und Emilie, 6, stehen mit Herz und Seele hinter dem Projekt. Um ihre Zahnbürsten und technischen Geräte aufzuladen, verwenden sie am liebsten die mit grüner Farbe markierten Steckdosen, die ausschliesslich mit Solarstrom gespeist werden. «Das gibt einem ein gutes Gefühl», sagt Sybille und streicht ihrer Tochter übers Haar.

**1 Teamwork:** Frieso gibt den Hopfen in den Topf. Julian und Emilie halten Kelle und Deckel bereit.  
**2 Gutes Näschen:** Der Fachmann erkennt die besten Zutaten am Geschmack.  
**3 Prost!** Sybille und Frieso stossen auf die gelungene Eigenproduktion an.



Doch Vater Frieso macht noch ganz anderes mit der Sonnenenergie: Er braut sein eigenes Bier. Zum vierzigsten Geburtstag kaufte er einen Braukessel, eignete sich Wissen an, verfeinerte die Technik kontinuierlich und produziert nun – zusammen mit einem Kollegen – regelmässig dreissig Liter Bier. Damit verbindet er Hobby und Beruf in perfekter Form: «Ich mag gutes und spezielles Bier – und ich wollte schon lange versuchen, ob es sich ausschliesslich mit Solarstrom brauen lässt.» Es lässt sich. Und zwar vom ersten Produktionsschritt bis zur Lagerung. Die Brauanlage wird direkt von den Solarpanels mit Strom versorgt. Und weil der Wärmepumpenboiler im Untergeschoss die Waschküche auf fünfzehn Grad kühlt, herrscht dort die optimale Temperatur, um das Bier vor dem Abfüllen in Flaschen im Fass zu lagern. Und letztlich wird auch der «Bier-

kühlschrank» in der Garage exklusiv mit Solarstrom bedient: «Wir haben hier vielleicht das nachhaltigste Bier des Landes», sagt Frieso lachend und hebt das Glas mit seiner Frau. Sybille sagt zur doch eher speziellen Freizeitbeschäftigung ihres Mannes: «Ich finde es lässig, dass sich Bier so umweltbewusst herstellen lässt.» Und was ihr ganz besonders gefällt: «Aus den Resten des Brauprozesses lässt sich grossartiges Brot backen. So geht wirklich nichts an Rohstoff verloren.» Und auch die Kinder kommen zum Zug: Bevor durch das Beimischen von Hefe der Gärungsprozess ausgelöst wird, hat das Getränk den alkoholfreien Zustand von «Malzbier». Und dessen Süsse kommt beim Nachwuchs hervorragend an. Emilie strahlt über das ganze Gesicht, wenn sie nur schon den Ausdruck hört. Das Endprodukt gefällt

«Aus den Resten des Brauprozesses lässt sich grossartiges Brot backen. So geht nichts verloren.»

dann vor allem den Erwachsenen – und diesen ganz besonders. Denn Frieso kann dank seiner Experimentierfreudigkeit Biere liefern, die es sonst nur in exklusiven Fachgeschäften gibt. Neben üblichen Sorten wie Lager oder Pale Ale etwa Gerstensaft mit Mango- oder Chili-Geschmack – und Panaché in allen Stärkegraden: «Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt», sagt der Hobbybrauer.

Die Bierproduktion ist aber nur ein Teil des Smart-Home-Modells, das die Aeschbachers dank Home Energy mit Leidenschaft umsetzen und mit grosser Detailpflege weiter perfektionieren. Zuletzt haben sie einen Elektrorasenmäher angeschafft. Der Kauf eines Elektroautos ist eingepflanzt. Und gerne würden sie auch einen Speicher installieren, der den Energieverbrauch weiter optimiert.

Frieso schätzt es sehr, dass die Hausautomatismen mit dem Handy gekoppelt sind und sich per App jederzeit und ortsunabhängig überwachen lassen. Und dank Home Energy ist das modular aufgebaute System beliebig erweiterbar. Aeschbacher erklärt: «Wer sich für Home Energy entscheidet, kann ohne Weiteres zuerst eine Photovoltaikanlage installieren, irgendwann die Wärmepumpe oder einen Speicher in Betrieb nehmen oder eine Ladestation fürs Elektroauto einbauen.» So leisten Frieso Aeschbacher und seine Familie einen wichtigen Beitrag zur Nachhaltigkeit und zur CO<sub>2</sub>-Reduktion. Und sie entlasten gleichzeitig ihr Budget. Denn die eigene Solarstromproduktion spart Energiekosten und wird staatlich gefördert. Nach zwölf bis fünfzehn Jahren ist die Anlage amortisiert – und liefert dann noch während längerer Zeit umweltfreundlichen Gratisstrom.

Etwas anderes ist ohnehin unbezahlbar: ein geselliger Sommerabend mit der Familie und Freunden im eigenen Garten. Der Grill steht in Moosseedorf bereit – und das ideale Getränk liegt bei Frieso Aeschbacher optimal temperiert im Kühlschrank. Oder mit anderen Worten: ein Prost auf die Sonnenenergie. 🍷

Dieser Beitrag entstand in Zusammenarbeit mit BKW.



## PORTUGAL

1 Eine Tour mit einem historischen Segelschiff auf dem Alqueva-Stausee.  
 2 Da passiert nicht viel ... Doch die Langeweile der Gegend ist gleichzeitig ihr touristisches Potenzial: Nachts kann man hier hervorragend Sterne beobachten.  
 3 Monsaraz liegt rund zwei Stunden östlich von Lissabon. Vom Dorf hat man eine Fernsicht bis nach Spanien.

# Stars in der Provinz

Wer seine Reise in den Alentejo nach dem Mondkalender bucht, erlebt ein funkelndes Wunder. Doch nicht nur das Nachtleben abseits Portugals Küste begeistert.

Text: Doris Ehrhardt/Fotos: Peter Neusser





Segeln und aufs Wasser schauen: Wenn Sonja Abreu aus Lissabon entspannen will, fährt sie nicht ans Meer, sondern an den Alqueva-Stausee.

Der Stausee umfasst eine Fläche von 250 Quadratkilometern, verteilt über unzählige Buchten, die in der Sonne glitzern.

Früher wurde hier Olivenöl produziert, heute treffen sich im «Sem Fim» die Einheimischen zum Abendessen.



Der äusserste Osten Südportugals ist finstere Provinz. Weites Land, sachte Hügel. Getreidefelder, Olivenhaine, Weinplantagen. Hier und da ein Landgut, ein Dorf, ein Städtchen. Auf jedem Dorfplatz hocken ein paar alte Männer im Schatten und schweigen. Es passiert ja kaum etwas, worüber es sich für sie zu reden lohnt. Grosse Leere – das ist es, was einem an der Gegend um den Alqueva-Stausee auffällt, nachdem man von Lissabon zweieinhalb Stunden ostwärts gefahren ist. Und doch hat dieser Landstrich an der Grenze zu Spanien eine magische Anziehungskraft auf Reisende aus aller Welt. Weil man hier etwas erleben kann, was jede andere Attraktion des Planeten verblassen lässt.

## In der Gegend um den Stausee kann man etwas erleben, was jede andere Attraktion des Planeten verblassen lässt.

### Der Stausee war ein Game-changer für die Landbevölkerung und hob auch den Spasspegel an

Aber das Beste heben wir uns für später auf. Erst einmal gucken wir uns um. Wie ein Sahnehäubchen sitzt ein weisses Dorf auf einem flachen Hügel. Monsaraz, eines der schönsten Dörfer Portugals. Einziger Zugang zu dem autofreien Ort ist ein Torbogen in der Stadtmauer. Drei Schritte – schon stehen wir im Mittelalter. Aus Schiefer geschichtete Mauern, aus deren Lücken roter Klatschmohn quillt. Alterskrumme Häuschen, deren weisse Fassaden in der Sonne blenden. Bucklige Gassen, auf denen statt Autos meterhohe Amphoren und

Oleander parkieren. Zwischen schnörkeligen Laternen, Balkönchen und Zunftschildern fallen moderne Wandbilder auf. In der Ortsmitte stehen stattlichere Bauten, es sind teils Herrenhäuser aus der Zeit des Templerordens. Fünf Schlenderminuten weiter endet Monsaraz mit einer beachtlichen Burgruine. Und Fernsicht. Am östlichen Horizont wellt sich eine Gebirgskette. Davor schillert der Alqueva-Stausee, der sein Dasein dem Rio Guadiana verdankt. Für die Landbevölkerung erwies sich der 2004 eröffnete Stausee als Gamechanger. Zwar musste für seine Entstehung ein gan-

zes Dorf überflutet werden. Doch ermöglicht er Wachstum. Bislang staubtrockenes Land kann jetzt bewässert werden, sodass viel mehr Oliven- und Weinanbau betrieben wird als früher. Auch den Spasspegel hat der See stark angehoben. Wir könnten zum Beispiel ein Hausboot mieten oder am Westufer bei Amieira auf einer Strandwiese dösen, die in Form von Sonnenliegen gestaltet wurde. Stattdessen toben wir uns morgens beim Stand-up-Paddling aus und steigen später bei Telheiro am Westufer auf ein Ausflugsschiff. Mit Segel und Motor schippern wir so langsam dahin, dass ein Passagier streckenweise

neben dem Schiff krault. Stimmt etwa, was Nordportugiesen über die hiesigen Bewohner witzeln? Die seien so langsam, dass sie von Schnecken überholt würden? «Quatsch», sagt Sonja Abreu aus Lissabon. «Im Alentejo steigen die Sommertemperaturen auf 40 bis 50 Grad, das lähmt doch jeden Menschen.» Nicht Captain Artur. Der sprüht vor Stolz: «Der Alqueva-See hat eine Fläche von 250 Quadratkilometern. Er ist einer der grössten künstlichen Seen Europas! Und total sauber!» Captain Artur taucht einen durchsichtigen Plastikbecher ins Wasser und hält ihn gefüllt gegen das Sonnenlicht: «Seht ihr, wie klar das ist?

Bestes Trinkwasser!» Na dann ... springe ich jetzt auch rein. Das flasht! Ich weiss jetzt schon, dass ich es lieben werde, wenn ich übermorgen wieder auf diesem See sein werde. In einem Kanu, in der Nacht. Verschroben? Aber gar nicht, genau wegen solcher Erlebnisse sind wir angereist! Nicht auf dem Plan hatten wir, dass wir hier auch als Vegetarier richtig gut essen würden. Die Landküche des Alentejo ist fleischlastig – trotzdem können die Köche auch vegetarisch. Im Restaurant Sem Fim bekommen wir deftiges Regionales. Auf dem Landgut São Lourenço do Barrocal, einer coolen Kombi aus Komforthotel und

traditioneller Farm, überrascht uns das Konzept Farm-to-table mit einer verführerischen Vielfalt vom Frühstück bis zum Dinner. Noch bunter kocht Teresa Mizon. Die ehemalige TV-Produzentin betreibt im Dorf Cumeada ein entzückendes Gästehaus und Mini-Restaurant mit veganer, makrobiotischer Küche. «Was hier wächst, ist alles essbar», sagt Teresa und zeigt auf den Bauerngarten, den wir an unserem Tisch vor und in der Nase haben. Ihre «Casa de Cumeada» hat uns eine Frau empfohlen, die nicht nur in meinen Augen eine grosse Entdeckerin ist: Apolónia Rodrigues. Als Entwicklerin innovativer Tourismuskonzepte entdeckte sie 2007, welch gigantischer Vorteil darin steckt, dass in der Gegend um den Alqueva-Stausee durchschnittlich nur 24 Menschen pro Quadratkilometer leben: Nachts brennt wenig Licht. Also ist es ungewöhnlich dunkel. Weil zusätzlich die Atmosphäre meistens klare Sicht schenkt, ergibt das einen Nachthimmel, der überquillt vor Sternen. Im Sommer versteht man auf einen Blick, warum die Milchstrasse so heisst: Die Masse an Sternen sieht aus, als hätte jemand in hohem Bogen Milch verwischt. «Ich fühlte, dass sich Menschen auf der ganzen Welt nach so einem Erlebnis sehnen, aber →



Teresa Mizon (l.) freut sich über den Besuch von Tochter Marianna in ihrem Gästehaus Casa de Cumeada.

Viele Zutaten für die makrobiotische Küche der «Casa de Cumeada» stammen frisch aus dem Bauerngarten.

## Die Landküche des Alentejo ist fleischlastig. Trotzdem können die Köche auch vegetarisch – oder gar makrobiotisch.



dafür nicht unbedingt in der Wüste oder auf einem Berg zelten möchten.» Apolónia gründete eine Non-Profit-Organisation, nannte das Projekt Dark Sky Alqueva und brachte die Gemeinden rund um den See dazu, die Lichter im Freien auf Funzelniveau zu reduzieren. So wurden die Nächte noch dunkler, und die finstere Provinz schrieb Geschichte. Dark Sky Alqueva wurde 2011 zur weltweit ersten zertifizierten «Starlight Tourism Destination» gekürt und gewinnt laufend internationale Preise, darunter für Nachhaltigkeit. Denn zum Konzept gehört, dass Einheimische den Besuchern ein sehr spezielles Nachtleben bieten. Zum Beispiel Stargazing-Party feiern. Im Dunkeln Weine verkosten. Vom Hotel-Teleskop ins All blicken.

### Zum Sternegucken mit bloßem Auge gibt es keinen besseren Ort als auf dem Wasser – im Kanu

Wir haben unsere Reise streng nach dem Mondkalender gebucht, denn bei Neumond ist es extradunkel. Perfekt für eine Stargazing-Session im Dark Sky Alqueva Observatory. Kein Kuppelbau, sondern eher eine schwarz getünchte Doppelgarage ohne Dach – damit man 360-Grad-Blick hat. Astronom Nuno Santos bringt uns ein wenig All-Wissen bei. Wie viele Gestirne hat wohl unsere Milchstrasse? 100 bis 200 Milliarden. Wie kommts, dass unser Planet ein Teil der Milchstrasse ist, wir aber trotzdem auf sie schauen können?

Weil sie einen riesigen Durchmesser von etwa 100000 Lichtjahren hat. Mir ungreiflich.

Jetzt aber ran an die Teleskope! Nuno stellt die Geräte auf bestimmte Himmelskörper ein: Wega, blendend weiss, der hellste Stern des Nordhimmels. Mizar und Alkor, wie zwei Brillanten in einer Fassung. M57, ein Ringnebel, den ich als blaues Etwas wahrnehme.

Billionen Glücksgefühle durchströmen mich 24 Stunden später. Zum Sternegucken mit bloßem Auge gibts keinen besseren Ort als einen, wo weit und breit kein Licht brennt. Auf dem Wasser. Deshalb ergibt es Sinn, bei Nacht im Kanu

über den Alqueva-Stausee zu paddeln. Francisco Guerreiro organisiert solche Abenteuer. Ein winziges rotes Licht auf seiner Stirnlampe reicht aus, damit wir ihm folgen können. Immer wieder halten wir an, und Francisco weist uns mit einem grünen Laserstrahl auf Sternbilder hin. Nach einer Stunde Paddeln meint Francisco: «Lehnt euch mal zurück, und lasst den Himmel auf euch wirken!» Oh, was für eine Perspektive! Das Firmament wölbt sich wie schwarzer Samt voller Flitter. Wir schweigen. Sterne verdienen Stille. Ob ich wohl eine Sternschnuppe erwische? Ach, darauf kommt es jetzt wirklich nicht an. 🍷

## WHERE TO GO

**ANREISE** Von **Lissabon** in ca. 2,5 Stunden mit dem Auto nach Monsaraz.

**ÜBERNACHTEN** Das **Landgut São Lourenço do Barrocal** liegt günstig für Tages- und Nachtausflüge.

**ESSEN** Die «**Casa de Cumeada**» besticht mit raffinierter veganer Küche. Das «**Sem Fim**» serviert Deftiges, Fisch und Häppchen.

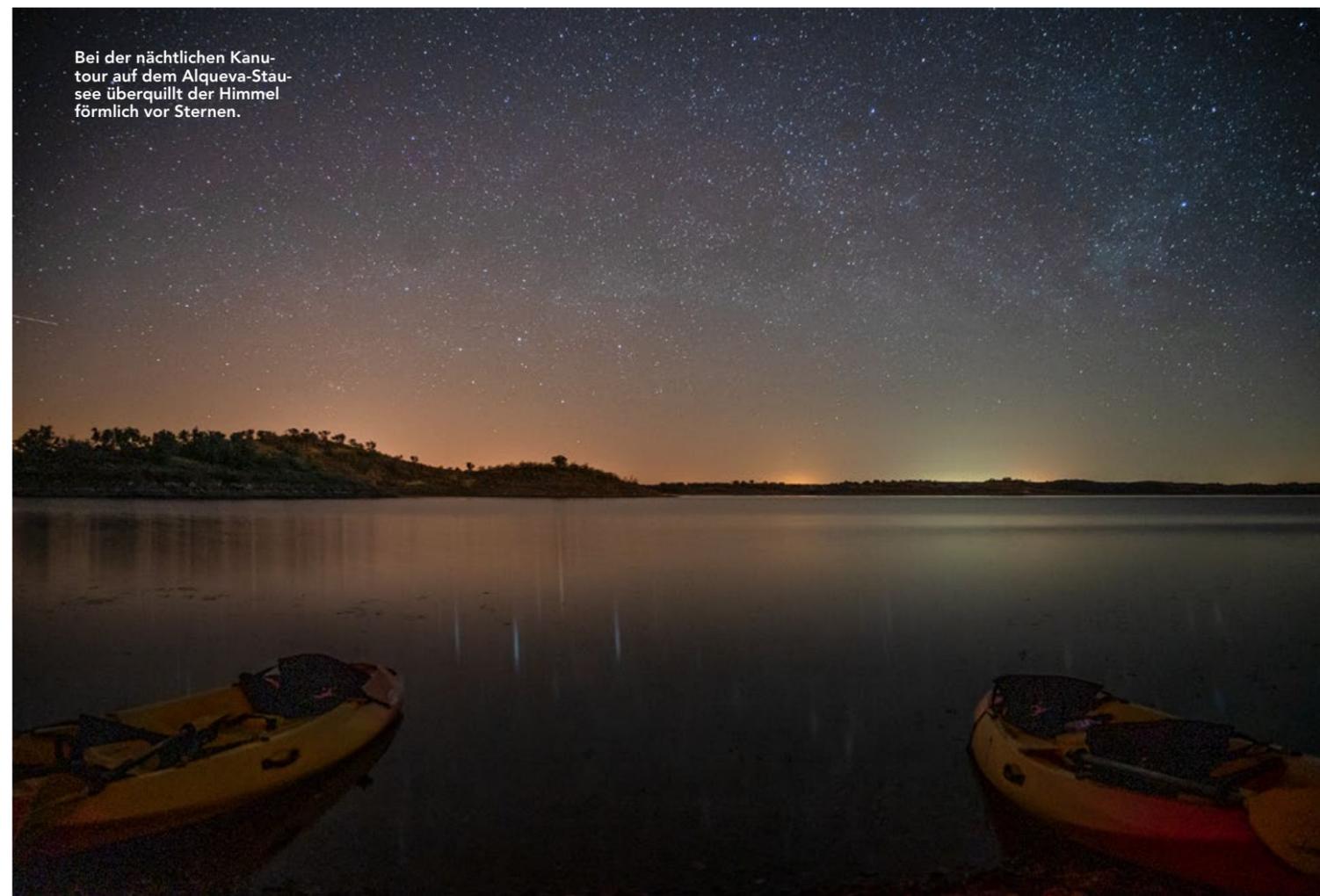
**ERLEBEN** Das **Dark Sky Alqueva Observatory** in Cumeada bietet ca. dreistündige Stargazing-Sessions. Unbedingt anmelden! Zum **Segelausflug** mit einem historischen Schiff geht man nahe Telheiro am Westufer des Alqueva-Sees an Bord.

Nächtliche **Kanutouren** starten an der Südbucht nahe des Staudamms, nördlich von Moura.



Frau mit Weitsicht: Apolónia Rodrigues machte aus der finsternen Provinz ein Reiseziel für Sternbeobachter.

Bei der nächtlichen Kanutour auf dem Alqueva-Stausee überquillt der Himmel förmlich vor Sternen.



EIN SOMMER AUF DER ALP



# Gülle und Geissen



1 Im Urner Isenthal, auf rund 1500 Metern, bewirtschaften Rita und Sepp Herger das «Alpeli», meist von Juni bis September.  
2 Alexandra Moser arbeitet als Case-Managerin, diesen Sommer leistet sie einen fünf-wöchigen Einsatz auf der Alp.

Dank Corona sind Helfereinsätze auf der Alp so beliebt wie nie. Auch Alexandra Moser ging raus aus dem Büro – und rein in den Ziegenstall. Inklusiv Digital Detox.

Text: Lara Zehnder/Fotos: Anne Gabriel-Jürgens



«Anfangs dachte ich, ich könnte während der Arbeit vor mich hin philosophieren. Pah!»

Auf der Fahrt ins Urner Isenthal fühlt man sich wie in einer Rodelbahn: Die Strassen sind schmal, man hofft, dass niemand entgegenkommt. Ist die Musenalpbahn erreicht, muss man erst telefonieren. Dann kommt das Bähnli, eine offene, klapprige Holzkiste, die an zwei Stahlseilen hängt, angefahren.

Oben auf dem Berg wartet Alexandra Moser. Sie hat kurze, graublond Haare, eine sportliche Figur und trägt Wanderschuhe. Neben ihr ein Hund namens Prinz. Mit Wanderstöcken geht es querfeldein über Felsen, Bach und Wiesen zum «Alpeli», dem Bergbauernhof von Rita und Sepp Herger. «Einfach dem Hund nach», sagt Alexandra.

Sie kommt aus Schaffhausen und macht einen freiwilligen Helfereinsatz auf der Alp. Fünf Wochen unterstützt sie die Hergers. Normalerweise leitet Alexandra ein zwölfköpfiges Case-Management-Team im Gesundheitsbereich. Ihre vielen Überstunden wollte sie sinnvoll investieren: «Deshalb habe ich im März via Caritas meinen Som-

mer auf der Alp gebucht.» Damals schreibt ihr Rita: «Ruf mich drei Tage vor Ankunft an.» Einfach, knapp, unkompliziert. Ein Vorgeschmack auf das Älplerleben. Alexandra beschliesst, aus dem Freiwilligendienst eine Digital Detox zu machen. Sie will ohne Laptop, ohne Smartphone anreisen und lediglich ein Prepaid-Handy mitnehmen, um einmal wöchentlich ihrem Partner und den Freundinnen zu schreiben. Alexandra und Rita telefonieren am 28. Mai zum ersten Mal, drei Tage später ist die Managerin in Isenthal.

### Wie jeden Morgen macht Rita Ziegenkäse, dabei soll kein Wind durch die Hütte wehen

Das «Alpeli» besteht aus drei Holzhäusern: Wohnhaus, Stall und Käserei. «Dieses klapprige De-luxe-Fenster? Die Dusche», zwinkert Alexandra und zeigt auf die «Käsi». Dank einem Boiler gibt es dort warmes Wasser, im Wohnhaus muss es auf dem Herd erhitzt werden. Wie jeden Morgen ist Rita am Käsen. «Machst du bitte die Tür zu?» Alexandra folgt. Es soll kein kalter Wind durch die Hütte wehen. Rita



packt die geronnene Ziegenmilch, schleppt sie mit einem Netz auf einen Tisch. Dann zerschneidet sie diesen Milchklumpen, die Gallerte, in Stücke und verteilt sie in runde Behälter. Diese werden in eine Kiste gestellt, zusammen mit Kesseln, die mit heissem Wasser gefüllt wurden – und dann eifrig zugedeckt. Der Käse braucht Wärme. Alexandra macht die Tür wieder auf. Bereits drei Wochen ist sie jetzt auf der Alp – und kennt den Alltag der Hergers. Rita macht Käse und den Haushalt, Sepp sorgt fürs Vieh und die Landschaftspflege. Geschätzte 24 Hektaren bewirtschaftet das Ehepaar. Je nachdem, wie lange der Schnee im Frühling anhält, sind sie etwa 100 Tage auf der Alp. Zusammen mit 35 Ziegen, 13 Kühen und 16 Rindern. Neben der Käserei ist gleich der Stall. «Hier laufe ich zwischen den Kuhhintern durch und hoffe, dass keine scheisst», sagt Alexandra. Das Güllen sei die schlimmste Arbeit gewesen, die sie bisher machen

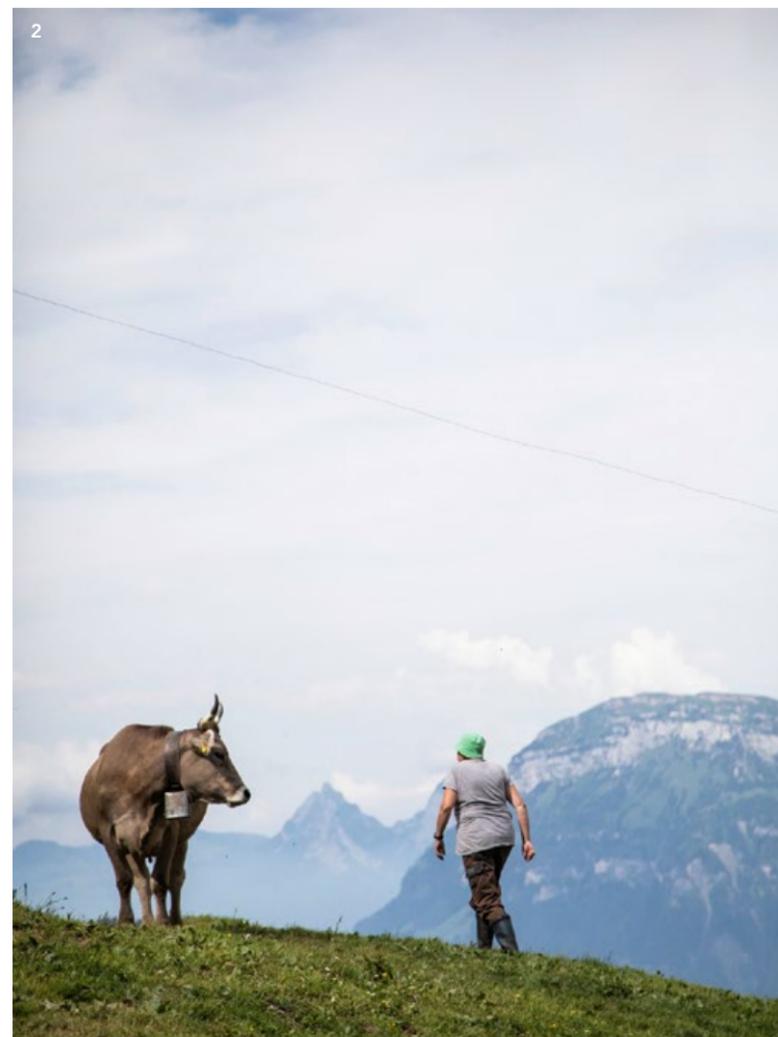
musste. «Sepp lief voraus und spritzte die Gülle umher. Ich musste hinten den Schlauch halten und stand ständig im Dreck», erzählt sie. «Und dann ist mir auch noch mein Handy in die Gülle gefallen, als ich ein Foto machen wollte!» Etwas weiter oben liegt das Wohnhaus. Alexandra zieht die Wanderschuhe aus und stellt sie draussen neben der Eingangstür in eine Kammer, die Toilette. Dann →

- 1 Rita Herger (l.) und Alexandra Moser vor dem Eingang des Wohnhauses und der WC-Kammer.
- 2 Landschaftspflege, damit das Gras schön wächst: Auf der Alp gibt es nur selten Pausen, die Arbeit erfordert körperliche Ausdauer und Liebe zur Natur.
- 3 Die Gitzi, die jungen Ziegen, folgen allen auf Schritt und Tritt.
- 4 Das Melken der Ziegen und Kühe gehört zu den täglichen Arbeiten von Alexandra.
- 5 Jeden Morgen macht Älplerin Rita Käse aus der frischen Ziegenmilch.

## EINSATZ AUF EINER ALP

Die Vermittlung von Freiwilligen läuft über die Organisation Caritas-Bergeinsatz. Aktuell sind rund **121 Bergbauernfamilien** aus der ganzen Schweiz Teil des Programms. Im letzten Sommer, als viele Menschen nicht verreisten und die Solidarität sehr hoch war, erlebte Caritas einen Rekord: Rund 1200 Helferinnen und Helfer wurden vermittelt. Dieses Jahr sind es bisher rund 760, es hat immer noch freie Plätze für Kurzentschlossene, auch im Herbst. Ein Bergeinsatz dauert **mindestens fünf Tage**. Teilnehmen können alle zwischen 18 und 70 Jahren, die Registrierung funktioniert online über [bergeinsatz.ch](http://bergeinsatz.ch).





geht sie ins Wohnhaus. Es ist kalt und eng. Der Boden knarzt, es riecht nach alten Holzmöbeln. Von der Stube aus erblickt man ein Panorama, das einem Gemälde gleicht. Und plötzlich spürt man Wärme und Geborgenheit.

Alexandra kramt ihr Tagebuch hervor. «Anfangs dachte ich, ich könnte während der Arbeit hier vor mich hin philosophieren, pha!» Sie habe keine Zeit nachzudenken. In den Bergen gibt es nur selten eine Pause – und doch ist Alexandra gelassener als im Büro. «Ich musste hier meinen Perfektionismus ablegen und alles etwas lockerer angehen», erzählt sie. «Sonst kommt man mit der Arbeit nicht nach.» Die 48-Jährige schaltete auf Funktionsmodus um – auch bei ihrem Aussehen. Ihre Klamotten müssen jeglichen Dreck aushalten. «Letztes hat mir Benjamin, eines der Gitzi, gar auf die Hose gekotzt», lacht sie.

Bald ist Mittag. Die Frauen tischen auf und kochen. Mit der konservativen Rollenverteilung hatte Alexandra anfangs Mühe,

auch ihre Bezeichnung fand sie gewöhnungsbedürftig. «Man nennt mich hier eine Magd – und das ist weder despektierlich noch herablassend gemeint, sondern einfach normal.» Sie holt Spaghetti aus dem Vorratsschrank, schaut zu Rita und fragt: «Reicht das?» – «Nein, das ist zu wenig!»

### Die Freiwilligen erleben ein Abenteuer, die Bauern erhalten Hilfe – und etwas Abwechslung

Sie wirken wie Mutter und Tochter. Die Älplerin weiss genau, wie sie ihre «Caritasler» – so nennt sie ihre Helferinnen und Helfer – erziehen muss. Seit 15 Jahren vermittelt ihnen die Organisation Freiwillige. Letztes Jahr war der Hof aufgrund der beschränkten Reisemöglichkeiten wegen der Pandemie besonders begehrt. «Eine ehemalige Helferin rief mich an und fragte, ob sie spontan kommen könnte. Als Pflegefachfrau brauchte sie dringend eine Auszeit», erinnert sich die Älplerin. Das grosse Inte-

resse freut Rita: «Es ist eine Win-win-Angelegenheit. Sie erleben ein Abenteuer, und wir erhalten wertvolle Unterstützung und etwas Abwechslung.»

Die Spaghetti sind fertig, Sepp kommt in die Stube und hockt an den Tisch. Eine halbe Stunde Mittag, mehr liegt nicht drin. «Kommst du nachher auch gleich?», zwinkert er Alexandra nach dem Essen zu. Sie nickt: «Er weiss, dass ich heute noch nicht viel gemacht habe.»

Plötzlich wird es draussen laut: Die jungen Ziegen haben sich in einer Horde vor der Tür versammelt. Alexandra räumt das Geschirr weg und verlässt das Wohnhaus. Sofort wird sie von den Tieren umzingelt. «Die verfolgen mich überallhin!» Prinz muss ihr den Weg freibellen. «Aber sie sind so niedlich, sie werden mir fehlen», sagt sie. Noch zwei Wochen bleibt sie auf der Alp, danach fährt sie zurück nach Schaffhausen. «Dann gehts erst mal zum Coiffeur und zur Kosmetikerin, die Termine habe ich schon vor Wochen vereinbart.» ☀

1 Sepp Herger beim täglichen Alpsegen.  
2 Zu den 35 Ziegen kommen während der Hochsaison rund 13 Kühe, die ebenfalls versorgt sein müssen.  
3 Ständig in Begleitung: Alexandra wird von den Ziegen umzingelt: «Die werde ich vermissen.»

«Man nennt mich hier Magd – das ist nicht herablassend gemeint, sondern einfach normal.»

Drapiertes Kleid aus Organza,  
AMORPHOSE.

# underwater love

Was, wenn die Poolparty ins Wasser fällt? Sich treiben lassen. Und spüren, wie schimmernde und leichte Stoffe den Körper streicheln.

Fotos: Sara Merz/Styling: Linda Leitner  
Hair & Make-up: Zakiya-Jordan Singleton, Style Council  
Model: Jade E., Scout Model Agency



Halskette und Anhänger für Ohring, beides aus Perlen und Edelsteinblumen, aus der Kollektion Ann x Victoria, ANN PERICA. Vergoldeter Ohring, LES SOLIDES. Gehäkeltes Top, VELVET NOVEL.

Bezugsquellen: AMORPHOSE amorphose.net, ANN X VICTORIA bei ANN PERICA annperica.com, BANANA BAGS irinajanina.com, CHRISTANDL christandl.co, EDITION POPULAIRE editionpopulaire.ch, FILIPPA K bei zalando.ch, HELENA THULIN helenthulin.com, LES SOLIDES lessolides.com, MOURJAN mourjan.com, RAFAEL KOUTO rafaelkouto.com, ROUND RIVERS roundrivers.com, VELVET NOVEL velvet-novel.com



Badeanzug aus Limmat-PET, ROUND RIVERS. Mantel aus Schweizer Polyamid, CHRISTANDL. Kleine Tasche aus Reststoffen, BANANA BAGS BY IRINA JANINA.

Tanktop, FILIPPA K,  
bei zalando.ch. Upcycel-  
Hose aus von Hand  
gebatikter Ballonseide,  
RAFAEL KOUTO.



Hose und Cape aus mit Pailletten besticktem Mesh-Stoff, MOURJJAN.

Assistenz Fotografie: Julia Ishac, Produktion: Ralf Jost



Seidenkleid, CHRISTANDL.  
Ohrringe aus Glaskristallen und Glasperlen,  
HELENA THULIN,  
bei editionpopulaire.ch.



**LAUFBAHN**  
Seit 32 Jahren steht das Model im Rampenlicht – ob vor der Linse der Fotografen oder am Rednerpult, um über Umweltschutz zu sprechen.

## V wie Valletta

Amber Valletta lässt sich nicht so einfach definieren. Weder als Supermodel der Neunzigerjahre noch als Schauspielerin und schon gar nicht als Umweltaktivistin.  
Redaktion: Carolina Lermann

Als ihre blauen Augen 1993 das erste Mal von der US-«Vogue» strahlen, ahnt noch niemand, welch rasanter Aufstieg und zugleich rapider Fall auf das Mädchen aus Oklahoma zukommen werden. Drogenabhängigkeiten zwingen Amber Valletta dazu, sich auf etwas Neues zu fokussieren,

und so findet sich ihre Bestimmung in einem Kampf der anderen Art wieder. Für den Umweltschutz geht sie weit. Sogar bis ins Gefängnis – wie nach einer Protestaktion 2019. Die 1,77 Meter grosse Schönheit verspürt vor vielen anderen die Dringlichkeit von Nachhaltigkeit in der Textilbranche. Sie erkennt ihre Chance als Gamechanger. Vor Kurzem lancierte die 47-Jährige eine Taschenkollektion aus recycelten Materialien und Kaktusleder. Für Mode wie diese – innovative Stoffe ohne Stil-Einbusse – macht sie sich zum Aushängeschild.



**SCHÖNE PERLE**  
From Paris with Love: Mit Herzblut, Know-how und in liebevoller Handarbeit lässt Elise Tsikis in ihrem Pariser Atelier schmucke Kunstwerke entstehen. Creolen Calcutta, clomes.ch CHF 192.–



### BLÜTE-ZEIT

Das katalanische Label Thinking Mu vereint spanische Lebensfreude mit nachhaltiger Produktion. Das Ergebnis? Kunterbunte Designs aus 100 Prozent recycelten Materialien. Jumpsuit Malawi aus nachhaltigem Lycell, rrrrevolve.ch CHF 159.–



**KLARE SICHT**  
Sie heissen Tuuli oder Ukko und kommen in vielen Formen und Farben daher. Die Badener Brillenmarke Bonocler bietet Abwechslung und Sonnenbrillen mit biologisch abbaubaren Gläsern. Modell Ukko, bonocler.com CHF 195.–



**KLASSIKER**  
Fast Fashion und Nachhaltigkeit schliessen sich nicht aus, findet C&A. Der Modegigant macht recycelte Materialien zur Selbstverständlichkeit. Blazer aus europäischem Leinen, c-and-a.com CHF 69.–



### GUTE SACHE(N)

Faire Bedingungen und soziales Engagement sind für Yoomie grundlegend. Die marokkanisch-schweizerische Marke verknüpft traditionelles Handwerk mit modernem Design. Korb-tasche Lala oval small, yoomie.ch CHF 69.–

Fotos: Getty Images (1), Anina Gepp (1), zvg (10)

## Swiss Beauties

Naturkosmetik ist beliebt wie nie! Auch hierzulande gibt es ständig neue, hübsche Kosmetikbrands zu entdecken. Wir stellen Pioniere und Newcomer aus der Schweiz vor.  
Redaktion: Barbara Halter

### LEICHT UND PRICKELND

Der Duft von Ingwer, Citronella und Zedernholz wirkt belebend – perfekt für die Dusche am Morgen. Neben «Energy» gibt es das Weleda Aroma-Duschgel in den Varianten «Harmony», «Relax» und «Love». Für jede Stimmungslage und Jahreszeit das Passende! Auf pflanzlicher Basis, z. B. bei Coop City CHF 9.–



**TSCHÜSS, GEREIZTE HAUT!**  
Die Premium-Herrenlinie Naban sorgt für eine perfekte Rasierpflege ohne Hautirritationen. Die Detox Shave Cream enthält Jojobaöl und duftet nach Minze, der After Shave Balsam kühlt und zieht rasch ein. Übrigens: auch für Frauen geeignet. Bei nabanskincare.com, Balsam CHF 69.– und Creme CHF 39.–

### SEIFE DES GUTEN GESCHMACKS

Unser Tipp: Bei der nächsten Einladung als Mitbringsel eine Flasche «Negroni» einpacken – so heisst der neue Duft von Soeder. Die Flüssigseife ist für Hände und Körper geeignet, und die Flasche kann wieder aufgefüllt werden. Hergestellt in Zürich, soeder.ch, 500 ml, CHF 40.–



### BLÜTEN AUS DEM GARTEN

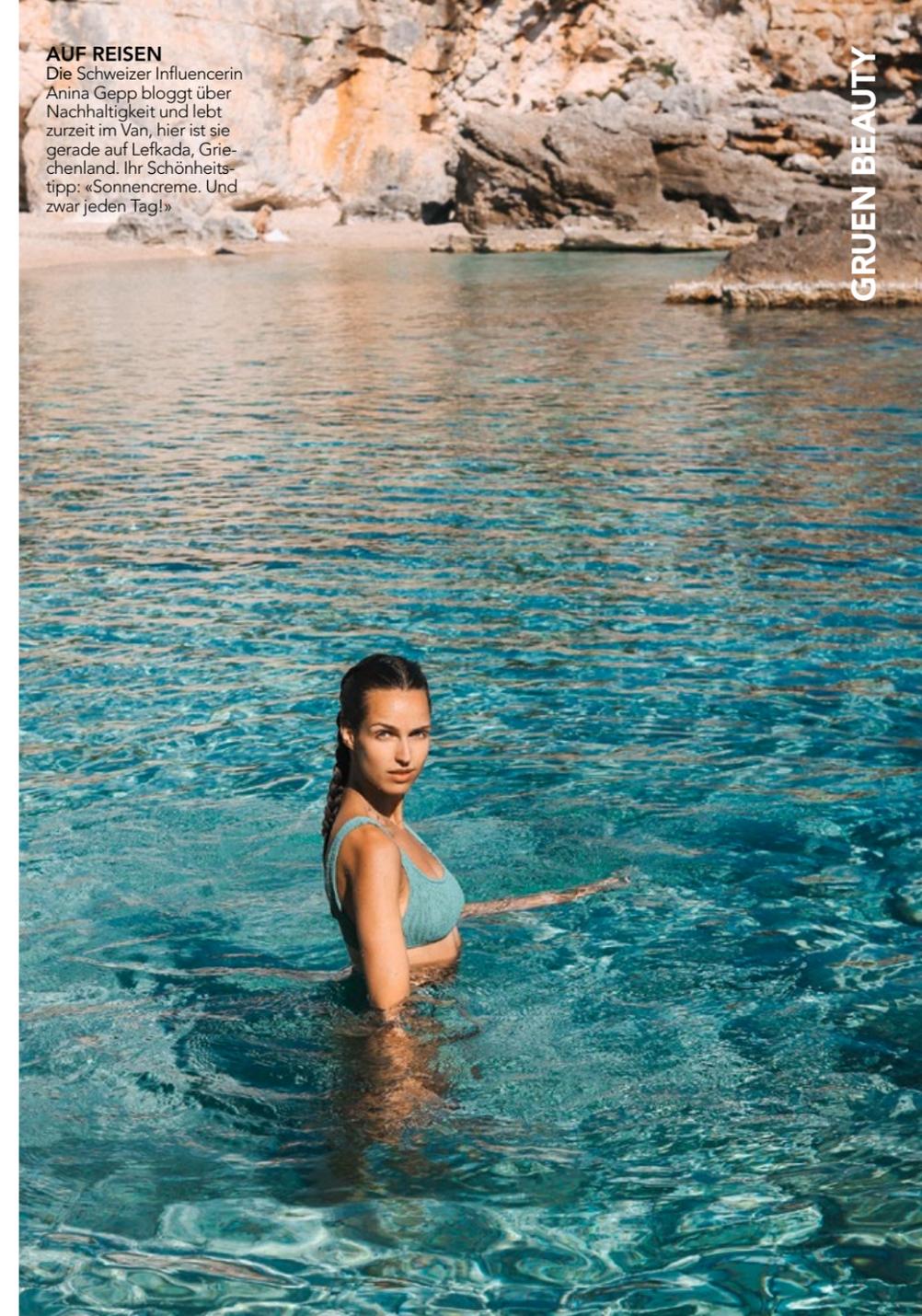
Der Brand Zizania ist aus dem Familienunternehmen Zollinger Bio gewachsen. Beim Samenhersteller fallen viele pflanzliche Nebenprodukte an, die nun für Naturkosmetik verwendet werden. Wie das Serum aus Pflanzenölen mit Kornblumen-Blütenblättern. Für alle Hauttypen, zizania.bio CHF 65.50

### INDISCH INSPIRIERT

Die Unternehmerin Anju Rupal hat indische Wurzeln, ist in England aufgewachsen und stellt in Appenzell Kosmetika her. Die Abhati-Shampoos am Stück gibt es in vier Rezepturen. «Kaveri» z. B. pflegt trockenes, beanspruchtes Haar. Bei abhatissuisse.com CHF 18.50



**AUF REISEN**  
Die Schweizer Influencerin Anina Gepp bloggt über Nachhaltigkeit und lebt zurzeit im Van, hier ist sie gerade auf Lefkada, Griechenland. Ihr Schönheitstipp: «Sonnencreme. Und zwar jeden Tag!»





Bildschön  
angerichtet

## MAGDALENA



1 La vie en rose est douce: Rhabarber-Dessert mit Joghurt und Hafer.  
2 Marco Appert (l.) sowie Adriana und Dominik Hartmann eröffneten 2020 das Restaurant Magdalena.

Das «Magdalena»-Trio Dominik und Adriana Hartmann und Marco Appert verblüfft in Rickenbach ob Schwyz mit einer modernen Umami-Küche, bei der Gemüse im Zentrum steht.

Text: Anita Lehmeier/Tanja & Simon Kurt



1



2



3

1 Vom alten Restaurant Magdalena ist nur die Holzwand in der Gaststube geblieben.  
 2 Dominik Hartmanns Schaffen ist von Andreas Caminada geprägt.  
 3 Auf der Terrasse mit Sicht auf den Talkessel von Schwyz gibts jeweils sonntags von zwölf bis zwanzig Uhr «Easy Food» mit kleiner Karte.  
 4 Der Stolz des Küchenchefs: das Sauerteigbrot.

Foto: zvg

Der 13. März 2020 hat sich bei allen hierzulande tief ins Gedächtnis gebrannt. Von diesem schwarzen Freitag und der surrealen Zeit, die folgte, werden wir alle noch unseren Enkeln erzählen. Der 13. März wird ganz besonders dem Trio Dominik Hartmann, seiner Frau Adriana und ihrem Partner Marco Appert ewig unvergessen bleiben. Sie haben an diesem sonnigen Frühlingstag eine kleine Runde Gastro-Journalisten nach Rickenbach zum Pre-Opening ihres «Magdalena» eingeladen. In drei Tagen soll die neue Fine-Dining-Beiz mit dem coolen Konzept und der prächtigen Aussicht über den Schwyzer Talkessel fürs Publikum öffnen. Was am 13. März an bildschönen, innovativen und aromatischen Gerichten aus der Küche kommt, verblüfft alle so, dass das dominierende Thema der letzten Wochen, dieses neue fiese Virus, schnell vom Tisch ist.

### Von einem eigenen Restaurant haben Hartmann und Appert schon in der Schule geträumt

Die Tafelrunde ist aufs Feinste abgelenkt von den weitgehend vegetarischen, filigranen Kreationen wie einem knackigen Kohlrabi-Röllchen mit Wiesenkräutern (Rezept siehe folgende Seite), köstlichem Sauerteigbrot, einem mundgerechten Kunststückchen aus Lattich, Sbrinz und Ei sowie einer stundenlang gehätschelten Rande in diversen Konsistenzen, dass Corona glatt vergessen geht – bis dann zum Dessert Bundesrat Alain Berset alle brutal in die Realität zurückholt mit der Ansage, dass ab Montag Lockdown herrscht. Sofort breitet sich am Tisch Katerstimmung aus. Und eine Welle des Mitgefühls überrollt das Trio, das eben so schön bewiesen hat, wie parat es gewesen wäre. Die drei lassen sich die Enttäuschung nicht anmerken, schwimmen noch im Adrenalin-Strom des Probe-Essens. Marco Appert meint lakonisch: «De halt spöter ...» Und die Hartmanns lindern ihre Enttäuschung mit dem Trost, mehr Zeit zu haben für Baby Ameo. Chef Dominik wird zuerst die Vorräte in den vollen Kühlschränken einmachen oder zu Fonds verarbeiten. Und weitertüfeln an seinen Kreationen fürs «Magdalena», ihrem anderen «Baby». Von einem eigenen Restaurant haben Hartmann und Appert schon seit der gemeinsamen Schulzeit geträumt – das Schulhaus ist vom «Magdalena» aus zu sehen. Beide



4

## «Unsere Gäste waren erst irritiert über ein Fine-Dining-Restaurant, das eher wie ein Bistro wirkt.»

machen eine Kochlehre und arbeiten in renommierten Betrieben: Appert im «Cervo», Zermatt, und im «Eden Roc», Ascona, bevor er die Hotelfachschule in Luzern absolviert. Hartmann kocht im Tschuggen Grand Hotel in Arosa, zuletzt als Souschef bei Fabian Fuchs im «EquiTable» in Zürich und dazwischen als Chef de Partie bei Andreas Caminada, dem «Übervater» der jungen, hippen und wagemutigen Köche-Generation der Schweiz. Im Schloss Schauenstein in Fürstenua arbeitet auch die quirlige Adriana, die als Quereinsteigerin mit künstlerischem Hintergrund im Schloss und im «Igniv» in Bad Ragaz im Service tätig ist. Sie und Dominik kennen sich seit der Sekundarschule, gefunkt hats dann an einer Chilbi. Als die drei Schwy-

zer Youngsters 2019 vom Umbau des alten «Magdalena» in der Neubausiedlung am Hang in Rickenbach erfahren, bewerben sie sich – und bekommen als Einheimische den Zuschlag. Die Zeit von Mitte Mai 2020 bis zum zweiten Lockdown im Dezember nutzt das junge Team, um endlich sein Können unter Beweis zu stellen. «Einige Gäste waren erst etwas irritiert über unser Fine-Dining-Restaurant, das ja eher wie ein Bistro wirkt, so ohne weisse Tischdecken, Tafelsilber, Luxusprodukte und angejahrten Chef de Service», erinnert sich Adriana. «Doch wir konnten zusehen, wie mit jedem Gang die Skepsis schwand und zufriedenen Mienen Platz machte.» Der Pfarrer, der die Hartmanns im Juni 2020 im Kirchlein vis- →



1 Die grösste Schwierigkeit beim Kohlrabi-Röllchen ist der präzise, hauchdünne Schnitt der Knolle.  
2 Mit bildschönen, aromatischen Gerichten begeistert Hartmann Einheimische und Gourmet-Touristen.

«Den Druck, jeden Tag das Beste zu geben, erlegen wir uns sowieso auf.»

## KOHLRABI-RÖLLCHEN

### Für 4 Personen

- 1 grosser Kohlrabi
- 50 g Kräuter (Sauerklee, Schafgarbe, Löwenzahn)

### Nussbuttermayonnaise

- 10 g Eigelb
- 90 g Eiweiss
- 30 g Apfelessig
- 3 g Senf
- 125 g Haselnussöl
- 100 g Nussbutter (Beurre noisette), flüssig
- 5 g Salz
- 10 g Zitronensaft
- 30 g Gemüsewürzsauce by Magdalena

### Vinaigrette

- 20 g Apfelessig
- 5 g Honig
- Salz
- 40 g Rapsöl

### Garnitur

- Zitronengel
- Haselnusscrumble
- Bronzefenchel
- Petersilienpulver

Für die Nussbuttermayonnaise alle Zutaten bis auf das Haselnussöl und die Nussbutter im Thermomix oder im Mixer mischen, danach das Öl und die Butter langsam einlaufen lassen, abschmecken und kühl stellen.

Für die Vinaigrette den Apfelessig mit dem Honig und dem Salz mischen, langsam das Rapsöl unter ständigem Rühren einfliessen lassen.

Kohlrabi mit einer Gemüseschneidmaschine in hauchdünne lange Bahnen schneiden und anschliessend in Rechtecke à 10 mal 6 Zentimeter schneiden. Kurz vor dem Servieren den Kohlrabi und die Kräuter mit der Vinaigrette marinieren. Die Nussbutter auf das obere Drittel des Kohlrabis dressieren, Kräuter und Haselnusscrumble darauflegen. Zu einem schönen Röllchen einrollen und mit dem Petersilienpulver bestäuben. Drei Punkte Zitronengel daraufdressieren und mit Bronzefenchel garnieren.

à-vis dem «Magdalena» vermählte, wird zum Stammgast. Neugierige Gourmet-Touristen reisen von weit her nach Rickenbach. Im November taucht GaultMillau-Chef Urs Heller im «Magdalena» auf mit froher Botschaft im Gepäck: dem gelben Schild, das Dominik satte 15 Punkte im Gourmet-Führer bescheinigt, plus dem Ehrentitel «Entdeckung des Jahres in der Deutschschweiz». Im Februar 2021 legt der «Guide Michelin» nach – mit gleich zwei Sternen zum Start.

### Die nächste Aufgabe des Küchenchefs: den Sternen und Punkten gerecht werden

Vom schnellen Ruhm lässt sich das Trio nicht einschüchtern und geht mit den Erwartungen cool um: «Den Druck, jeden Tag das Beste zu geben, erlegen wir uns sowieso auf», so der Küchenchef. Als seine nächste grosse Aufgabe sieht er, Sternen und Punkten gerecht zu werden. Ausserdem beschäftigt ihn die Suche nach Produzenten in der Nähe, die die gewünschte Qualität und Menge von Gemüse liefern können. Marco Appert kümmert sich um den Ausbau des Weinkellers mit Schwerpunkt Bündner Herrschaft. «Wir wollen in Zukunft auch grosse Jahrgänge anbieten und bauen uns jetzt einen Stock auf.» Adriana geniesst vorerst ihre Mama-Pause mit den zwei Knöpfen – im Frühling hat Ameo ein Schwesterchen bekommen: Yua. Im Herbst wird sie dann wieder Vollgas geben im Gesamtkunstwerk «Magdalena». 🌿

Connie Kelly entwickelt alle Saucen für Connie's Kitchen. Mit ihrer Familie lebt sie in Stäfa ZH.



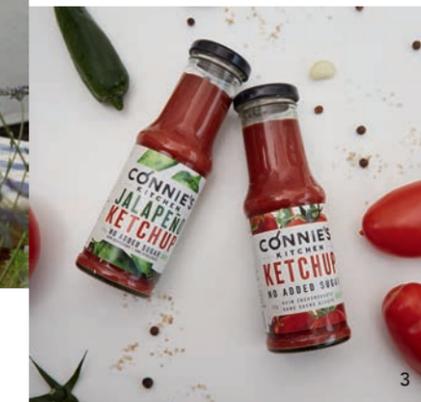
## Ketchup wie selbst gemacht

Wie bringt man Kinder richtig zum Essen? Indem man ihnen Ketchup serviert! Klingt ungesund, muss es aber nicht sein. Denn die Saucen von Connie Kelly kommen ohne zusätzlichen Zucker aus.

Text: Barbara Halter  
Fotos: Sara Merz

In Neuseeland kam die zündende Idee: Egal, was Familie Kelly im Restaurant bestellte, immer war der Teller mit einem grossen Klecks Ketchup garniert. «Und immer schmeckte dieser gleich eklig und süss», erzählt Connie Kelly in ihrer Küche in Stäfa ZH. Vor fünf Jahren kündigten sie und ihr Mann John ihre Jobs und die Wohnung in der Schweiz und gingen mit den beiden Söhnen auf Weltreise. Während des Sabbaticals wollten sie viel Zeit mit den Kindern verbringen – und eine eigene Geschäftsidee aushecken.

Ketchup also. «Eine bisher verstaubte Kategorie auf dem Markt», sagte Connie Kelly, «voller ungesunder Zutaten.» Die Vorarlbergerin hat sich als Ernährungswissenschaftlerin und Köchin intensiv mit gesunden Lebensmitteln beschäftigt und wie ihr Mann – ein gebürtiger Ire – für grosse internationale Lebensmittelbrands gearbeitet. Mit den Söhnen verlagerte sich ihr Fokus zusätzlich auf die Ernährung von Kindern. «Eine Studie besagt, dass diese viel mehr Sachen probieren und essen, wenn sie eine Sauce dazu haben, die ihnen schmeckt.» 2018 gründeten die Kellys zusammen mit Familie Beardwell aus Cham ZG – die Männer waren Arbeitskollegen – die Firma Connie's Kitchen. Die Produktentwicklung



1 Äpfel und Gemüse statt weisser Zucker: So verliert Ketchup sein schlechtes Image.  
2 In der eigenen Küche entwickelt Connie Kelly die Rezepturen für alle Saucen.  
3 Die beiden Ketchup-Sorten gibt es in Bio-Geschäften und neu auch bei Coop.

passiert in der eigenen Küche. Hergestellt wird in der Nähe von Bern. Zum Süssen kommen zu den Tomaten Datteln, Äpfel und Kürbisse. Zusätzlichen Zucker oder Apfelsaftkonzentrat wie sonst üblich findet man in Connies Ketchup nicht. Neben dem Klassiker gibt es eine Variante mit Jalapeño, einer grünen, scharfen Paprikasorte, die Salvador Garibay in Weggis LU anbaut. Zurzeit experimentiert Connie an einem neuen Produkt. So viel darf verraten werden: Es wird wieder eine Sauce sein, eine noch etwas schärfere – und natürlich wieder mit viel gesundem Bio-Gemüse. 🌿



Das Nordufer des Walensees, hier mit Quinten, wird auch Riviera der Ostschweiz genannt.

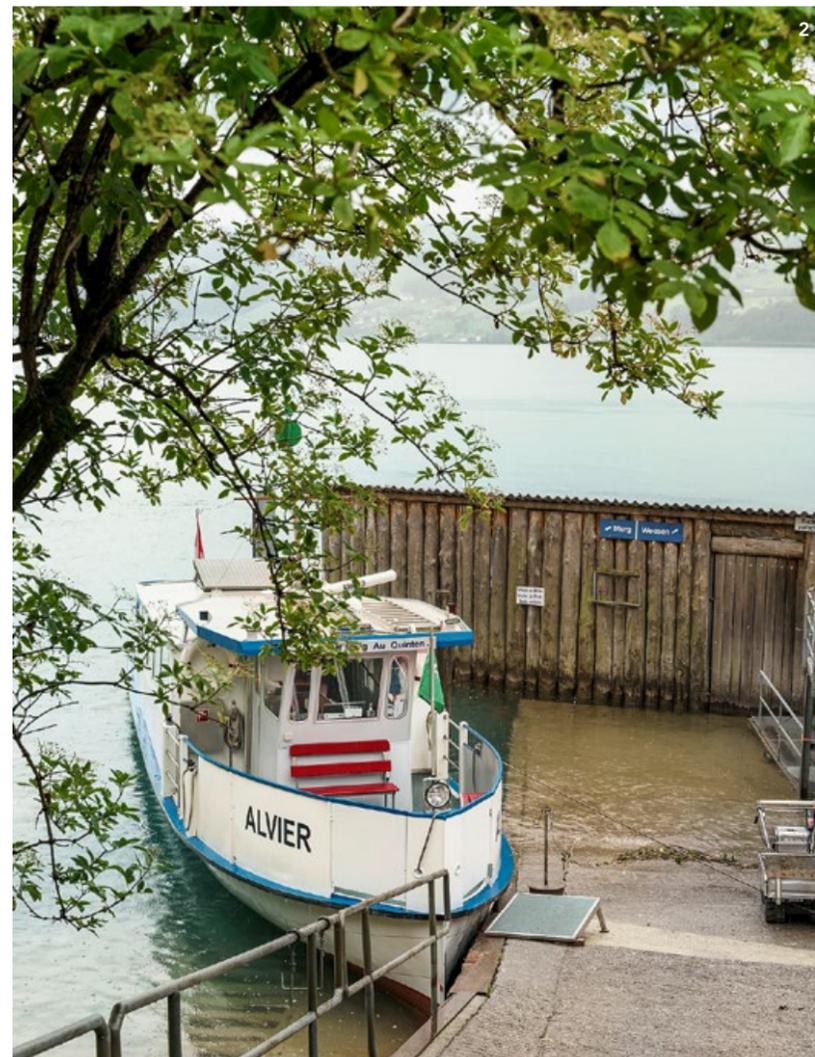
Das Nordufer am Walensee verspricht mediterranes Flair: Das trockene Klima, die exotischen Früchte und die lokalen Weine lassen einen in Italien wohnen. Und dies mitten in der Ostschweiz.

Text: Manuela Enggist  
Fotos: Flurina Rothenberger

Whitney Houstons «I Wanna Dance With Somebody» klingt aus der Gaststube. Die Gäste sitzen mit tätowierten Armen und bunten Sonnenbrillen unter grossen Sonnenschirmen vor Weisswein und Antipasti. Alain Diacon sitzt auf der Terrasse seines **B&B Tremondi** und grinst. «Wir ziehen ein etwas urbaneres Publikum an, nicht nur Wanderer.» Es seien meist junge Leute, die ein «gechilltes Wochenende» mit gutem Essen in der Natur verbringen wollen.

Es weht ein frischer Wind im 45-Seelen-Ort Quinten, welcher nur per Schiff oder zu Fuss erreichbar ist. Vor zwei Jahren brauchte es einen freien Arbeitstag, sonniges Wetter und eine Prise Heimweh, damit Alain Diacon und sein Partner Johnny, der in Walenstadt aufgewachsen ist, eine Wanderung nach Quinten unternahmen. Einmal angekommen, verliebte sich Alain Diacon sofort in das St. Galler Dörfchen, das, eingeklemmt zwischen den steilen Hängen der Churfürsten und dem Walensee, ein ruhiges Dasein fristet. «Für mich ist das einer der schönsten Orte der Schweiz. Abgelegen, von Natur umgeben. Und wenn ich mich nach der Grossstadt sehne, bin ich trotzdem schnell in Zürich.» Das Paar sieht auf seiner Wanderung, dass eine Wohnung ausgeschrieben ist, und fragt bei der Stiftung Quinten lebt nach, ob sie diese mieten dürfen. «Wir wollten sie als Ferienwohnung nutzen.» Doch der Verein sucht eine Familie mit Kindern, um wieder mehr Leben nach Quinten zu bringen. «Johnny meinte aus Spass, dass wir das ganze Haus pachten könnten, um ein B&B zu eröffnen.» Gesagt, getan. Das Paar führt zu diesem Zeitpunkt bereits das Restaurant Tremondi an der Zürcher Molkenstrasse.

Alain Diacon, der im «Tremondi» in der Küche steht, lässt sich bei seinen Gerichten von seiner Mutter, die im Tessin →



1 Der Aussichtspunkt Chapf hoch über dem Walensee bietet Ausblicke über Weesen, die Linthebene und die Glarner Alpen.  
2 Quinten ist nur zu Fuss oder per Schiff erreichbar. Die Überfahrt von Murg dauert gerade mal 15 Minuten.  
3 Im Restaurant Tremondi kommt lokaler Federweisser von der Nachbarin Renate Janser auf den Tisch.

# Kiwis, Palmen und Alphütten



1–3 Alain Diacon und Gökhan Yildiz (r.) kochen und backen im B & B und Restaurant Tremondi in Quinten. Die fünf Doppelzimmer sind im Industrial Chic gestaltet, und auf den Tisch kommt, was Alain Diacon von seiner Mama, die im Tessin gelebt hat, aufgeschnappt hat: hausgemachte Ravioli und Tagliatelle.  
4 Im Quintner Kellerlädeli verkauft Selbstversorgerin Margrit Bärlocher seit über dreissig Jahren ihre allesamt selbst hergestellten Produkte. Besonders beliebt: der Feigensenf und die Ringelblumensalbe.  
5 Im Garten des Landgasthofs Paradiesli in Betlis gibt es neben Lamas auch Hühner.  
6 Von Arvenbüel spaziert man, vorbei an schmucken Häusern, in gut 15 Minuten zum Aussichtspunkt Chapf.



gelebt hat, inspirieren. Er tischt am liebsten Ravioli oder Tagliatelle auf. Jeden Monat wechseln sie die überschaubare Karte. Der aktuelle Hit: Ravioli mit Auberginen-Kaviar, Ricotta, Zitronenbutter, Pekannüssen und Basilikum. Alles haus- und handgemacht. «Wir lassen uns nur Rohprodukte über den Walensee liefern.» Auch beim selbst gebackenen Brot verzichten sie auf künstliche Treibmittel. Bäcker Gökhan Yildiz, der auch Geschäftsinhaber des B&B Tremondi ist und mit den Diacons nach Quinten gezogen ist, backt ausschliesslich auf Sauerteigbasis. In der ersten Etage befinden sich die fünf Doppelzimmer, allesamt nach einheimischen Fischen aus dem Walensee benannt. Die Inneneinrichtung – Industrial Chic trifft auf kitschige Lampen – ist ein Werk von Alain, der einst als Interior Designer gearbeitet hat.

### Winzer Hanspeter Cadonau hat schon Slam-Poeten und Schriftsteller nach Quinten geholt

Hanspeter «Hampi» Cadonau ist durch einen «schicksalhaften Zufall» in Quinten gelandet. Als der Tunnelbauer vor zwölf Jahren in seiner Werkstatt in Murg am Arbeiten war, kam eine Frau herein und fragte ihn nach dem Weg nach Quinten. Sie habe einen Bauernhof mit Reben geerbt und müsse diesen nun verkaufen. Die Begegnung endet damit, dass Cadonau den Hof und die Reben übernimmt. «Manchmal muss man seine Chance einfach nutzen», sagt er, in T-Shirt und Hosenträgern gekleidet, während sein Blick über den Walensee wandert. «Einen Ort wie Quinten, mit solch sonnenverwöhnten Hängen, sucht man in der Ostschweiz sonst vergebens.» Er habe sich das Winzern mehr oder weniger selber beigebracht, baut unter an-

derem Chardonnay und Pinot noir an, der im Schloss Reichenau nach «alter Väter Sitte gekeltert wird». Wer will, kann den Wein bei einer Degustation oder einer geführten Tour durch Cadonau's Reben kosten. Seit einiger Zeit organisiert der gebürtige Bündner unter dem Label **Vinicultura Cadonau** von Frühling bis Herbst Konzerte und Veranstaltungen auf einer Freiluftbühne inmitten seiner Reben. So hat er schon den deutschen Slam-Poeten Sebastian 23 und Schriftsteller Arno Camenisch an den Walensee geholt, «um wieder kulturelles Leben in das Dorf zu bringen». Das Klima von Quinten sucht in der Ostschweiz seinesgleichen. Dank der geschützten Lage am Walensee, der im Winter nicht gefriert, herrschen im Dorf südländische Wetterverhältnisse. So wächst hier, was sonst in diesen Breitengraden kaum zu finden ist: Palmen, Kiwis, Kakis und jede Menge Feigen. Viele dieser Früchte wachsen im Garten von Margrit Bärlocher, die braun gebrannt und in kurzen Arbeitshosen ihr **Kellerlädeli** mit neuen Sirupflaschen bestückt. Die 72-Jährige verbrachte als Kind jeden Sommer in Quinten und kam 1983 von Zürich hierher. Seither lebt sie hier mit ihren Kaninchen, Hühnern und Bienen als Selbstversorgerin. Fast dreissig Jahre lang hielt sie auch eine Schar Ziegen, jetzt sind es noch drei Schafe. Mit der →



«Ich stehe oft bis weit nach Mitternacht in der Küche, um meine Ernte zu verarbeiten.» Margrit Bärlocher





1 Hanspeter «Hampi» Cadonau baut in Quinten Pinot noir, Pinot blanc, Chardonnay, Completer, Merlot und Zweigelt an. 2 Viele seiner Weine tragen rätoromanische Namen wie beispielsweise «La Randulina», was Schwalbe heisst.



«Einen Ort wie Quinten, mit solch sonnenverwöhnten Hängen, sucht man in der Ostschweiz sonst vergebens.»  
Hanspeter Cadonau

Zeit hat Bärlocher damit begonnen, ihre Konfitüren, Chutneys, Weine, Liköre und Hausarzneien wie Ringelblumensalbe und Johannisöl auch zu verkaufen. Vom Frühjahr bis in den Herbst arbeitet die Quintnerin immer sehr viel. «Während der Saison stehe ich oft bis weit nach Mitternacht in

der Küche, um meine Ernte zu verarbeiten.» Wenn Besuch kommt, spannt sie diesen gleich ein. So sei eine ihrer sieben Schwestern gerade oben in der Küche am Mörsern von Johannisbeerkraut.

Vor allem die Pflege ihres Weinbergs, zu dem sie jeweils mit ihrem Quintner Weidling fährt, braucht viel Zeit. Da er direkt am Wasser liegt, kann sich Bärlocher an heissen Tagen immer wieder mit einem kurzen Bad im Walensee abkühlen. «Danach fühle ich mich wie neugeboren.»

Gute zwei Stunden Fussmarsch von Quinten entfernt liegt der Weiler Betlis, ebenfalls am Nordufer, mit einem lauschigen Badeplatz. Hier ist es ruhiger. Statt tätowierten Gästen aus Zürich sind Familien am Sandstrand anzutreffen. Etwas weiter oben liegt der Landgasthof **Paradiesli**, der an den benachbarten Bauernbetrieb **Bödelihof** angeschlossen ist. Im Garten wachsen schon ab Mitte April Salate und Gemüse, die später auf den Tellern der Gäste landen. Ein süsses Highlight: Die Kwikonfitüre zum Zmorge, welche die Küchencrew selbstverständlich mit Früchten aus dem eigenen Garten herstellt.

Nur unten am See zu bleiben, geht in dieser Region aber nicht. Denn innert kürzester Zeit gibt es hier auch Bergluft zu schnuppern. Das Postauto bringt einen in 15 Minuten von Weesen die 500 Höhenmeter hinauf nach Amden. Von dort geht es weiter mit der Sesselbahn Mattstock. Nach einem kurzen Spaziergang steht man vor dem **Alpstübli Strichbode**. Hier gibt es Kafi mit Schuss, hausgemachten Kuchen und Trottinette, mit denen man nach Amden fahren kann. Vorbei an Alpweiden, mit Ausblick auf den Walensee und die Glarner Alpen, saust man hinunter und fragt sich, wo man sonst das Rauschen der Wellen so schnell gegen Kuhglockengebimmel tauschen kann.

## AUSSICHT MIT ABKÜHLUNG

«Ich bin in Amden aufgewachsen. Meine Mutter lebt heute noch dort, und so zieht es mich immer wieder in meine alte Heimat. Mein Highlight ist der **Ammler Höhenweg**. Von Arvenbüel gelangt man über einen Höhenweg nach Amden, kurz vor der Alp Walau empfehle ich eine Rast im **Holzstübli** von Erika Gmür. Sie ist Köchin und Gastgeberin und zaubert feine, währschafte Gerichte. Den schönsten Ausblick hat man beim Aussichtspunkt **Durchslegli**. Am Walensee ist der Badestrand Flihorn einer meiner Lieblingsorte. Da sind wir schon als Jugendliche hin, weil es dort selten Erwachsene hatte.» Chansonnier **Michael von der Heide**; im Oktober tritt er anlässlich seines 50. Geburtstags in Amden auf.



## EIN WOCHENENDE AM WALENSEE

### ERLEBEN

#### 1 SCHIFFFAHRT WALENSEE

Von Weesen via Betlis nach Quinten, wer Lust hat, fährt weiter nach Walenstadt. Am schnellsten gelangt man von Murg West nach Quinten, in circa 15 Minuten via Au. [walenseeschiff.ch](http://walenseeschiff.ch)

2 **VINICULTURA CADONAU** Weindegustationen, Apéros und Führungen durch den Rebberg mit Winzer Hanspeter «Hampi» Cadonau. Termine auf Anfrage. [viniculturacadonau.ch](http://viniculturacadonau.ch)

3 **TROTTINETT-FAHRT** Die Tour führt vom Alpstübli Strichbode, wo die Trottinette auch gemietet werden können, über eine befestigte Strasse nach Amden.

4 **AUSSICHTSPUNKT CHAPF** Spaziergang von Arvenbüel zum Aussichtspunkt, Dauer: 15 Minuten. Bänkli zum Verweilen.

5 **BADESTRAND BETLIS** Zugang zum Walensee über Steinstufen. Grillstelle direkt am Wasser. Liegewiese mit Bäumen.

### GENIESSEN

6 **TREMONTI** Boutique Bed & Breakfast und Restaurant. Hausgemachte italienische Küche und Pizza. Di–Sa 11.30–21.30 Uhr, So 9–18 Uhr. Doppelzimmer ab CHF 160.– inklusive Frühstück mit selbst gemachten Croissants. Dörfli 1370, Quinten. [tre-mondi.ch](http://tre-mondi.ch)

7 **LANDGASTHOF PARADIESLI** Anreise mit dem Schiff oder Auto. Bis Ende Oktober dienstags geschlossen, ab November Dienstag und Mittwoch Ruhetage. Mi–Mo 9–22 Uhr. Tischreservation nur per Telefon. Doppelzimmer im Haupthaus ab CHF 140.– inklusive Frühstück. Dépendence Romantika mit weiteren

Doppelzimmern ab CHF 170.– Obere Betliserstrasse 12, Weesen.

[paradiesli-betlis.ch](http://paradiesli-betlis.ch)  
8 **ALPSTÜBLI STRICHBODE** Traditionelle Alpbeiz. Bis circa Mitte November bei schönem Wetter täglich geöffnet. 9 bis circa 17 Uhr. Alp Strichboden. [strichbode.ch](http://strichbode.ch)

### EINKAUFEN

9 **KELLERLÄDELI** Naturprodukte und selbst gemachte Spezialitäten wie Salben oder Feigensenf von Margrit Bärlocher. Von 9 Uhr bis zur Dämmerung. Bezahlung in bar oder via Twint. Dörfli 806, Quinten.

10 **HOFLADEN BÖDELIHOF** Konfitüre, Wein, Essig, Schnäpse. Täglich geöffnet. Betliserstrasse 18, Weesen.

Foto: z.v.g., Illustration: Anna Haas



## Mittagessen ist parat!

Passt perfekt: das selbst gekochte Mittagessen im selbst gemachten Lunchbag transportieren.

Für alle Meal-Prep-Fans: Damit man die liebevoll vorbereiteten Mahlzeiten nicht mehr im ausgedienten Plastiksack transportieren muss, gibts hier die Anleitung für einen Lunchbag aus Wachstuch.

### DAS WIRD BENÖTIGT

- 50 cm Wachstuch
- 50 cm Futterstoff für die Innenseite
- 70 cm Gurtband
- zwei D-Ringe
- Nähmaschine, Nähgarn und Schere

### VORBEREITUNG

Schnittmuster ausdrucken, dann den Ober- und den Futterstoff zuschneiden. Wer möchte, kann auch noch eine Volumeneinlage zuschneiden. Vorsicht: Nahtzugaben und Markierungen im Schnittmuster beachten.

**Makerist** ist die erste Adresse für Handarbeiten im Netz: Hier lässt sich online entspannt ein kreatives Hobby lernen und täglich Neues rund ums Nähen, Stricken und Häkeln entdecken. Eine detaillierte Anleitung für den Lunchbag finden Sie unter [www.makerist.de](http://www.makerist.de).



### SCHRITT 1

Die Markierungen für den Gurtbandverschluss auf dem Oberstoff markieren und das Gurtband feststecken. Eine Schlaufe um die beiden D-Ringe legen und auf dem Schnittteil feststeppen. Das Gurtband längs bis zur Markierung feststeppen.



### SCHRITT 3

Legen Sie jetzt beide Beutel rechts auf rechts ineinander, orientieren Sie sich dabei an den Seitennähten. Jetzt können Sie alles rundherum zusammennähen, dabei eine Wendeöffnung stehen lassen und dann das ganze Stück wenden.



### SCHRITT 2

Das Schnittteil rechts auf rechts legen (inkl. Gurtband) und die gegenüberliegenden Seitennähte absteppen. Die Ecken auseinanderziehen und die Stoffkanten aufeinanderlegen. Beide Seiten feststeppen, sodass der Boden rechteckig wird.



### SCHRITT 4

Steppen Sie zum Schluss die obere Kante knappkantig ab.

Fotos: zvg (5)

Fotos: Rubén Acosta

# GRUEN Trend

DESIGN FUTURE SHOPPING AUTO



## AUF DEM MOND GELANDET

**GUTE AUSSICHTEN** Ferien im All sind grad das Must-have von alten, steinreichen Männern. Was für ein Quatsch! Die Wüstenlandschaft mit ihren hohen Kratern rund um die fünf Suiten von «**Buenavista Lanzarote**» toppt jede Raumfahrt. Besitzer Gonzalo baut auf der spanischen Insel Biowein an. Morgens wird das Frühstück ins Zimmer gebracht, den Gästen steht aber auch eine Kitchenette zur Verfügung. Der Atlantik ist bloss fünfzehn Minuten mit dem Auto entfernt – und so still wie auf dem Mond ist es hier auch. Was will man mehr? [buenavistalanzarote.es](http://buenavistalanzarote.es)



# «Farbe herzustellen, beflügelt die Sinne»

**Jennifer Grunder verleiht den Dingen Farbe: Für ihr Label Nou verwandelt die Textildesignerin Blüten, Knollen, Knospen und Schalen in Orange, Violett, Rot, Blau oder Gelb.**

Text: Vanessa Vodermayr / Fotos: Zoe Tempest

Ihr Atelier im Zürcher Kreis 5 liegt versteckt. In einer Werkstatt für Siebdruck, zwischen Service-Anlage und Stadtpark. Von der Naturfarbenmanufaktur keine Spur. Doch dann steigt man eine Ausstentreppe 19 Stufen in die Höhe und entdeckt auf der Plattform vor dem Eingang mehrere Töpfe: Färber-Wau für Gelb. Indigo-pflanze für Blau. Krappwurzel für Rot. «Traditionelle Färbepflanzen, die sich seit dem Mittelalter etabliert haben», erklärt Jennifer Grunder. Gekleidet in Weiss, begegnet sie uns zum Gespräch über Farben. 2014 gründete sie ihr Label Nou. Die Idee? Naturfarbe herstellen, damit Produkte veredeln, anderen ihr Wissen in Workshops vermitteln.

Den Einstieg in ihre heutige Arbeitsrealität fand sie mit einer Abschlussarbeit an der Zürcher Hochschule der Künste. Jennifer Grunder sammelte alte Objekte auf dem Schrottplatz, wickelte diese in Stoff und wartete, bis der Rost einen Abdruck hinterliess. Altes wird gewürdigt, Wertigkeit bleibt bestehen – Wabi-Sabi, ein ästhetisches Prinzip aus Japan. «Diese Denkart inspirierte mich, und ich führte sie mit Pflanzen weiter.»

Ein «Bluememeitschi» war Grunder schon immer. Ihre Herkunft ist hörbar. Ihr «Sammler-Gen» sichtbar. In einem Regal türmen

sich auf drei Ablageflächen verteilt Blüten, Knollen, Knospen, Blätter, Schalen und Pulver. Alle in verschlossenen Behältern, die meisten gleichzeitig mit Erinnerungen gefüllt: «Diese Knospen habe ich im Berner Lorrainequartier gefunden. Ah, und die Galläpfel hier stammen von einer Eiche aus Italien.»

Findet Jennifer Grunder neues Material, wird sie ungeduldig. So rasch wie möglich will sie ins Atelier. Dort startet der Prozess mit einer Extraktion: «Pflanzenfarbstoffe sind wasserlöslich. Ich schmeisse alles in einen Topf, giesse Wasser hinein, und dann heisst es: kochen!» Die Siededauer variiert je nach Rohstoff. Holz oder Knospen brauchen circa drei Tage. Abwechslungsweise werden sie eine Stunde gesotten, über Nacht abgekühlt und wieder gesotten. Bei Blüten reichen zwanzig Minuten. Je dünner das Material, desto kürzer die Dauer. Entspricht der Sud ihrer Vorstellung, wird er stabilisiert und gebunden.

«Farbe herzustellen, beflügelt die Sinne. Auch über das Visuelle hinaus», sagt Grunder. Man spürt sie beim Druck oder riecht sie beim Kochen. Blauholz duftet herb und holzig. Malven erinnern an Kräuterpastillen. «Eigentlich hinterlässt jeder Rohstoff eine angenehme Note», findet sie,



«Ich schmeisse alles in einen Topf, giesse Wasser hinein, und dann heisst es: kochen!»

1 Färberapotheke: ein Sammelurium von Blüten, Blättern, Schalen, Knollen, Knospen und Pulvern.  
2 Jennifer Grunder in ihrem Atelier im Zürcher Kreis 5 – das sie mit Farbe flutet.  
3 Bei ihrem Eco-Siebdruck arbeitet die Textildesignerin statt mit fotomechanischen Schablonen mit wasserfestem Steinpapier.  
4 Die Socken von Nou bringen erfrischende Farbe an die Füsse.

aber präzisiert schnell: «Abgesehen vom Färber-Wau, der stinkt nach Urin.» Ihre Lieblingsfarbe riecht erdig. Die Krappwurzel bietet Töne von Orange bis Violett. Besonders gefällt ihr die Farbe pur – in Altrosa. Damit zielt die Textildesignerin auch ihre neuste Sockenkollektion. Eine Auflage von fünfzig Stück. Alle von Hand bedruckt.

Mit Socken startete sie damals ihr Business: «Ich fand, man müsse an den Füssen modisch etwas Gas geben.» Umweltfreundliches Bunt auf Schweizer Strick. Träger hinterlassen darin wortwörtlich einen ökologischen Fussabdruck. Synthetische Farben sind nicht abbaubar, ihr Herstellungsprozess verunreinigt die Gewässer. Weiter begünstigen sie Ausschläge. Die Naturvariante hingegen schont die Haut. Wird die Farbe aus Heilpflanzen gewonnen, kann sie sogar pflegen.

Der Preis liegt bei 38 Franken das Sockenpaar. Ein gerechtfertigter Wert. Grunder fördert mit ihrer Arbeit die Kostbarkeit von Farbe und will Leuten das Verständnis für nachhaltigen und fairen Konsum einprägen: «Viele wählen beim Einkauf bewusst ein Material, aber unbewusst eine giftige Laborfarbe. Das muss sich ändern.»

## JENNIFER GRUNDER MEIN SCHWEIZER DESIGN

**Laden** «Bei Atelier Volvox entstehen poetische Alltagsobjekte. Jedes davon lokal, sozial, fair und nachhaltig produziert – aber trotzdem bezahlbar.»

**Kleidung** «Inspiriert vom minimalistischen Stil Japans, kreiert das Label Sode Mode für ein gutes Gewissen. Die Stücke sind aus Reststoffen oder Emmentaler Flachs.»

**Keramik und Textildesign** «Estelle Gassmann hüllt Gegenstände in surreale Bildwelten und wertet sie dadurch optisch auf.»

# Mein Geld ist für deine Weiterentwicklung

Es klingt utopisch: Die Schweizer Plattform Ting verschenkt ihren Mitgliedern Geld, damit sie damit etwas Sinnvolles für sich und die Gesellschaft machen können. Mitbegründerin Ondine Riesen erklärt, wie das System funktioniert.

Text: Barbara Halter



Ondine Riesen und ihre Kollegen haben im Juni 2020 die Plattform Ting gegründet.

«Das Geld von Ting motiviert – gleichzeitig braucht es Überwindung, es zu beantragen.»  
Ramona Schwarz

«Im Gegensatz zu einem Sparkonto sieht man bei Ting, was mit dem Geld geschieht. Das ist doch viel cooler!» Ondine Riesen

«Wir alle haben doch Ideen, wie wir diese Welt besser machen könnten», sagt Ondine Riesen. Leider wissen die meisten auch, wieso es in der Regel bei der Idee bleibt: keine Zeit, zu wenig

Geld, zu viel Stress, fehlender Mut – oder alles zusammen. Um dies zu ändern, haben Ondine Riesen und ihre sieben Kollegen im Juni 2020 die Plattform Ting ins Leben gerufen. Eine

Gemeinschaft, die ihren (zurzeit) 119 Mitgliedern bei Bedarf ein Grundeinkommen zur Verfügung stellt. Wer bei Ting mitmacht, zahlt monatlich mindestens fünfzig Franken auf ein Gemeinschaftskonto. Im Gegenzug erhält man finanzielle Unterstützung für «gesellschaftlich relevante Weiterentwicklungen». So auch Ramona Schwarz. Sie ist Unterwäsche-Designerin und will

in Zukunft nachhaltige Menstruationsprodukte vertreiben. Ihr erster Schritt ist die Entwicklung eines Periodenslips. «Die technischen Anforderungen dafür sind komplex und brauchen eine zeitaufwendige Recherche», sagt sie. Schwarz hat bei Ting eine Weiterentwicklung beantragt und bekommt seit Anfang August sechs Monate lang jeweils 2500 Franken. «Dieses Geld verpflichtet und motiviert gleichzeitig», sagt sie. «Es brauchte auch Überwindung, es überhaupt zu beantragen.» Neben der Grundidee, dass die Ting-Mitglieder miteinander Geld teilen, geht es auch um den Austausch von Wissen untereinander. Ausserdem sehen

«Mir bereitet es Freude, ein aktiver Teil von Pfäffikon zu sein, und davon profitieren alle. Ein reichhaltiges Dorfleben gehört zur Nachhaltigkeit.» Dominik Knieriemen

die Erfinderinnen und Erfinder von Ting die Plattform als Experiment. «Wir wollen beweisen, dass der Mensch nicht faul wird, wenn er Geld geschenkt bekommt», sagt Ondine Riesen, die auch Teil des Vereins Grundeinkommen ist. «Klar könnte es Leute geben, die ein solches System ausnützen – aber nur weil jemand schwarzfährt, wird das System ÖV ja auch nicht grundsätzlich infrage gestellt.» Gefördert wird der Aufbau von Ting vom Migros-Pionierfonds. Damit das System funktioniert und im finanziellen Gleichgewicht bleibt, können nur knapp

zehn Prozent der Mitglieder auf einmal in einer Weiterentwicklung sein. Und es müssen mehr Menschen einzahlen als profitieren, was laut Riesen unproblematisch ist: «Es gibt in der Schweiz genügend Leute, die Geld haben, das sie nicht dringend benötigen.» Statt es auf dem Sparkonto zu horten, sehe man bei Ting auch wirklich, was mit dem Geld passiert. «Das ist doch viel cooler!» Unterstützt werden intrinsisch motivierte Projekte und Tätigkeiten, die einen positiven Effekt auf den Einzelnen und die Gesellschaft haben. Interne und

externe Stellen prüfen die Eingaben und legen auch fest, wie viel Geld das Mitglied monatlich bekommt und für wie lange.

Ideen sind nur utopisch, solange man sie nicht umsetzt

Eines der ersten Projekte war jenes von Dominik Knieriemen. Mit «Bereicherung des Dorflebens» fasst er es zusammen. Knieriemen ist selbstständiger Berater im NGO-Bereich und lebt seit über drei Jahren in Pfäffikon ZH, wo er aber nicht aktiv am Dorfleben teilgenom-

men hat. Dies hat er mithilfe von Ting in den letzten sechs Monaten geändert.

Unter anderem bewirtschaftet er seit Februar ein Permakulturfeld im Dorf, ist Helfer beim Wochenmarkt, partizipiert an einem Raumentwicklungskonzept der Gemeinde und hat dadurch viele Gleichgesinnte kennengelernt. «Mir bereitet es Freude. Und es gibt mir Perspektiven, ein aktiver Teil von Pfäffikon zu sein. Davon profitiert wiederum die Gemeinschaft. Ein reichhaltiges Dorfleben gehört zur Nachhaltigkeit», ist er überzeugt.

Keine Zweifel hat auch Ondine Riesen: «Ting klingt natürlich wie eine Utopie. Aber eine Idee ist nur utopisch, solange man sie nicht umsetzt.» Auch die AHV, den Gotthardtunnel oder den freien Samstag habe man einst in der Schweiz als nicht realistisch angesehen. ☀

## Wir bauen Wärmeverbünde. Auch für kommende Generationen.

Lernen Sie Energie 360° neu kennen.

Wir verbinden durch klimaschonende Wärmeverbünde Liegenschaften direkt mit der Energiezukunft. Dafür nutzen wir erneuerbare Energien wie Holzschnitzel, Erdsonden, Grundwasser, Seewasser oder Abwärme. Die so erzeugte Wärme leiten wir direkt zu den angeschlossenen Liegenschaften.

Energie 360° entwickelt und realisiert bereits zahlreiche Wärmeverbünde, wie z.B. in Wädenswil, Embrach oder Wohlen bei Bern.

Setzen Sie mit uns auf nachhaltige Energie- und Mobilitätslösungen für kommende Generationen. Gerne unterstützen wir Sie auch beim Aufbau von ganzen Arealösungen oder bei der Umsetzung von nachhaltigen Heizlösungen mit Biogas.

Zudem elektrisieren wir für Sie die E-Mobilität mit neuester Ladetechnologie und Ladelösungen.



energie360.ch

energie360°

# Stadt, Land, Fluss

Die Spätsommertage geniessen wir in den Bergen, am See – oder auch einfach faul im Liegestuhl. Hauptsache, draussen! Denn nirgendwo sonst funktioniert das Abschalten vom Alltag besser. Redaktion: Barbara Halter

1



**ZU VIEL SONNE?**  
Pflegt und wirkt erfrischend nach einem Tag an der Sonne: Lavera After Sun Lotion. lavera.de, 200 ml ca. **CHF 8.–**

2



**BALKONFERIEN**  
Der Klassiker für Garten und Balkon! Gefertigt aus Eschenholz in einer sozialen Einrichtung in Bern. Bei socialstore.ch **CHF 197.–**

3



**FÜR VIELE DIE BESTE**  
Oatly Haferdrink deluxe macht sich gut im Kaffee und eignet sich zum Backen von Muffins oder Kuchen. Bei Migros **CHF 3.15**

10



**BBQ AUF VEGAN**  
Vegane Bratwurst von Délicorn auf Basis von Weizenprotein und Tofu. Für den Grill oder die Bratpfanne. Bei Coop, 2 Stück **CHF 4.50**

11



**UNIKAT AUS GRAUBÜNDEN**  
Ein Sackmesser von Victorinox, ummantelt mit Nussbaum- oder Kirschbaumholz. Jedes Stück ein Unikat, bei kurts.ch **CHF 64.–**

12



**PONY HÜTCHENS LIEBLING**  
Der Sonnenhut von Care By Me übersteht jede Reise im Koffer. Fair und handgefertigt aus Hanf. Bei luna-blu.ch **CHF 49.–**

4



**SCHÖN TROCKEN BLEIBEN**  
Aare, Rhein oder Reuss? Egal, dieser Schwimmsack aus recyceltem PET passt. Als Rucksack tragbar. Von tarzan.ch **CHF 39.–**

5



**INS NETZ GEGANGEN**  
Der Badeanzug Verasca wird in Lugano genäht und besteht aus recyceltem Nylonfasergewebe. Von neumuhle.ch **CHF 149.–**

6



**ANGENEHM AN HEISSEN TAGEN**  
Der Rapida Air von Aku ist ein leichter und atmungsaktiver Wandersneaker. Bei Transa und Keller Sports **CHF 189.–**

16



**GRIECHENLAND ZU HAUSE**  
Fein zum Salat: Grillkäse aus Kuh-, Schaf- und Ziegenmilch, kann auch gut in der Pfanne gebraten werden. Bei alnatura.ch **CHF 3.50**

17



**ÄTHERISCHES ÖL FÜR UNTERWEGS**  
Auf Handgelenk oder Nacken aufgetragen, beruhigt die Mischung Peace & Calming. Im Roll-on, bei youngliving.com, ca. **CHF 70.–**

20



**KOCHEN ALS ABENTEUER**

Grillieren ist nix für Veganerinnen und Veganer – mit diesem Klischee räumt Gesa Neitzel schnell auf! Die deutsche Autorin, die sich in Südafrika zur Rangerin ausbilden liess, kocht mit Vorliebe draussen. Über dem Feuer oder mit einem Gaskocher. In «Safari Kitchen. Veganer Genuss» liefert sie Ausrüstungstipps und originelle, raffinierte Rezepte für den ganzen Tag, die man auch gern zu Hause ausprobiert. Zum Beispiel eine blitzschnelle Lasagne aus der Pfanne. Bei zsverlag.de, **CHF 45.90**

7



**PROVIANT FÜR ZWISCHENDURCH**  
Stärkung während einer langen Wanderung: Blévita Bio-Dinkel-Cracker mit Curry. Vegan, von Migros **CHF 3.80**

8



**SCHMEICHEL DER HAUT**  
Das Handtuch Moku aus Baumwolle ist leicht und trocknet schnell, ideal für unterwegs. Bei asandri.com, 60 x 120 cm **CHF 49.–**

9



**DAS FEUER IST READY**  
Für die Gartengrillparty – oder einfach so: Berg-Bauernbratwurst mit Kräutern von Pro Montagna. Bei Coop, 260 g **CHF 6.65**

18



**UNGESTÖRT JOGGEN**  
Das Anti Mosquito Headband mit Insektenabwehr von P.A.C. passt bei allen Outdoor-Aktivitäten. Z. B. bei Döbeli Sport **CHF 24.90**

19



**LEICHT UND KOMPAKT**  
Wandern, klettern oder auch im Alltag: Der Roc 22 von Bach ist ein leichter, kompakter Tagesrucksack. Bei Transa **CHF 119.90**

Fotos: zvg

## LINDA FÄH

# «Der Natur nahe zu sein, ist mein Leben»

## FACTS & FIGURES RENAULT CAPTUR E-TECH

- **Antrieb** Plug-in-Hybrid (1.6-R4-Benziner + Elektromotor), 160 PS (118 kW), Automat, Frontantrieb
- **Fahrleistungen** 0–100 km/h 10,1 s, Spitze 173 km/h, E-Reichweite 47 km
- **Verbrauch** 1,3 l + 15 kWh/100 km, 29 g/km CO<sub>2</sub>-Ausstoss, Energie A
- **Masse** L/B/H 4,23/1,80/1,58 m, 1697 kg, Laderaum 309–1259 l
- **Preis** ab CHF 38900.–

### Linda Fäh erklimmt eine steile Karriere als Schlagersängerin, kauft beim örtlichen Bauern ein und fährt im Plug-in-Hybrid teilelektrisch.

Interview: Timothy Pfannkuchen  
Fotos: Andreas Graber

Linda Fäh – strahlt! Die 33-jährige Sängerin ist ihrem Miss-Schweiz-Amt von 2009 auf der Karriereleiter rasant davongeeilt: Sie moderiert im Fernsehen, ist Influencerin, und ihre Alben schaffen es in die vorderen Ränge der Charts. Nun freut sich die Schla-

gersängerin, nach der Pandemie wieder auf der Bühne stehen zu dürfen. Als wir Fäh passend zur Urlaubssaison an der Zentrale des Ferienanbieters Hapimag fotografieren, rettet ihre gute Laune das Shooting: Sie modelt so fröhlich-rasant, dass knapp vor einem Regenguss alles im Kasten ist. Das Profi-Lächeln eines Showstars? «Nein, ich bin tatsächlich so», sagt Fäh lachend: «Ich kann privat auch mal anders sein, aber ich bin ein positiver Mensch und will das auch vermitteln.»

**GRUEN: Frau Fäh, beruflich sind Sie ein Tausendsassa. Was ist denn nun Ihr Job?** Sängerin, Moderatorin und Influencerin – in dieser Reihenfolge. Im Showbusiness muss man flexibel sein, gerade in der Pandemie.

### Sie mussten eineinhalb Jahre lang fast alle Auftritte absagen. Wie war diese Situation für Sie?

Schwierig! Plötzlich zieht es einem Beruf und Einkommen unter den Füßen weg. Und vor allem auch das, wofür man lebt: die Leidenschaft und das Publikum. Es gab Tage, an denen habe ich geheult und mich gefragt: Wozu überhaupt schreibe ich noch Songs? Aber dann habe ich mir neue Ziele gesetzt und die Zeit genutzt. Und war froh, dass ich in der Schweiz lebe und dank Erwerbsersatz meine Rechnungen bezahlen konnte. **Erstmals öffentlich gesungen haben Sie 2009 als Miss Schweiz, zehn Jahre später waren Sie bereits mit dem Schlagerstar**

«Gipfel erklimmt man nur Schritt für Schritt. Man muss auch mal Umwege gehen, aber darf nie das Ziel aus den Augen verlieren.»

### Florian Silbereisen auf Tournee. Woher kommt diese Liebe zur Musik?

Ich habe das in die Wiege gelegt bekommen: Mein Vater hat Musik gemacht, ich habe schon als Kind gesungen und Gitarre gespielt. Als ich Miss Schweiz war, wollte man darum, dass ich singe. So entstand die Idee meines Managers, ich solle als erste Miss Schweiz eine Musikkarriere starten.

### Ärgert es Sie heute, wenn man Sie noch als die «Ex-Miss-Schweiz» anspricht?

Überhaupt nicht. Es ehrt mich! Damals war die Miss Schweiz wer, es war mein Sprungbrett. Meist erkennt man mich heute aber der Schlager oder des Fernsehens wegen. Oder ohne zu wissen, warum. Man könnte dann sagen: Ich bin einfach die Linda Fäh.

### Schlager werden oft als anspruchslose Musik kritisiert ...

... was mich verwundert in Zeiten, in denen die erfolgreichste deutschsprachige Künstlerin Helene Fischer heisst. Muss Musik schwer und kompliziert sein? Ich kann Menschen mit einfachen Worten und leichten Melodien glücklich machen, sie dieselben Träume träumen lassen wie mich. Hören Sie sich mal englischsprachige Popsongs an: «Yesterdayyy ...» (singt), auch dort sind die Texte meist ziemlich einfach.

### Alles andere als einfach war es, das Matterhorn zu besteigen. Warum sind Sie da 2012 hochgeklettert?

(Lacht.) Ich hatte in einer Fernsehsendung das Matterhorn nicht erkannt. Nach diesem Fauxpas habe ich ein Jahr lang trainiert und war dann oben völlig happy. Es widerspiegelt mein Leben: Gipfel erklimmt man nur Schritt für Schritt. Man muss auch mal Umwege gehen, aber darf dabei nie das Ziel aus den Augen verlieren.

**Sind Sie gerne draussen?** Und wie! Der Natur nahe zu sein, ist mein



Leben. Das Wandern gibt mir schon immer Energie.

### Wie «grün» verhalten Sie sich im Alltag?

Mehr denn je. Mir werden all diese kleinen Dinge immer bewusster: Ich spare Strom oder vermeide Plastikmüll, habe zum Beispiel eine wiederverwendbare Trinkflasche dabei. Ich esse nicht regelmässig Fleisch und achte auf die Qualität. Wenn möglich, kaufe ich es beim örtlichen Bauern. Was ich tun kann, mache ich. Ich nutze den ÖV und umweltfreundliche Autos, ausser meinem Plug-in-Hybrid haben mein Mann und ich einen zweiten Renault, den vollelektrischen Zoe.

### In beiden ist elektrisches Fahren schön leise. Hören Sie dann eigene Songs?

(Lacht.) Der Sound im Auto ist toll, darin hört sich ein Lied ganz anders an. Deshalb

höre ich neue Songs wie jetzt «Lieblingsplatz» im Auto, gerade auf dem Weg zu Auftritten.

### Sie sind karitativ für das Schweizerische Rote Kreuz tätig. Warum?

Weil ich viel Glück erfahren habe und das zurückgeben will. Wenn meine Bekanntheit Aufmerksamkeit für die gute Sache erregt, umso besser. Ich sage immer: Probiert es aus! Es tut jeder Seele unendlich gut, anderen etwas Gutes zu tun. 🌟

## → GRUEN FAHRTIPP

### EINFACH MAL ROLLEN

Hybrid-, Plug-in-Hybrid- und Elektroautos rekuperieren, also gewinnen rollend Strom zurück. Meist kann man den Widerstand variieren. Einfach ausprobieren – denn manche Autos kommen mit fast widerstandslosem Rollen auf mehr E-Reichweite als mit starker Rekuperation.



ANITA LEHMEIER

## DIE GRUEN-KOLUMNE

## Daumen hoch – und hü!

„Es war einmal vor langer Zeit – die Telefone hatten noch Kabel dran –, da gabs keinen Taktfahrplan oder Nachtbus im ÖV. Und die Spezie der allzeit bereiten Helicopter-Mum war evolutionär noch in weiter Ferne. Trotzdem kam man als junger, unmotorisierter Mensch jederzeit von A nach B. Günstig, zuverlässig, schnell. Man stellte sich an die Strasse, hielt den Daumen hoch – und hü. Die Methode hiess Autostopp. Die Autos damals stoppten tatsächlich, man fuhr ein Stück mit. Logisch, war diese Art der Fortbewegung weitverbreitet. Eine ganze Generation Teenager verkehrte so, allen Sicherheitsbedenken seitens der Eltern zum Trotz. Die überwachten ihre Halbwüchsigen auch nicht auf Schritt und Tritt. Konnten sie gar nicht, weil ja die Telefone noch nicht smart waren, sondern nur Geräte mit Kabeln dran. Wie sehr die Mobilität mittels Autostopp aus der Mode gekommen ist, merkte ich neulich gleich zweimal. Einmal, als ich die Methode einer Helicopter-Mum näherbringen wollte. Die beklagte sich bitterlich, dass sie im Dauer-Fahreinsatz stehe zwischen Daheim, Schule, Ponyhof, Party, Pilates und Fahrstunde (kein Scherz) für die Tochter. Die Mutter stossseufzte, sie sei sooo froh, wenn die Tochter erst den Führerschein habe, dann kaufe sie ihr so einen hübschen Clio. Occasion natürlich, weil billiger. Mein halb ironischer Einwand, Autostopp wäre noch billiger und darüber hinaus gut für die Resilienz einer Zwanzigjährigen, kam ganz schlecht an. Helicopter-Mum sah mich an, als hätte ich vorgeschlagen, die Kleine einem Lüstling auszuliefern oder gleich einem Mädchenhändlering. «Bist du wahnsinnig? Bei all den Irren auf den Strassen! Ich habe sie schwören lassen, dass sie niemals auto-

stoppt. Wenn ich sie dabei erwische, wird das Pony gestrichen. Und Pilates auch.» Ich meinte darauf kleinlaut, der Clio sei ein sehr vernünftiges Auto für Jungfahrerinnen. Mein zweiter Reifall zum Thema Autostopp war dann ein ungeplanter Selbstversuch. Ich war beim Spazieren vom Regen überrascht worden. Ärgerlich, war Regen doch in den letzten Wochen keine echte Überraschung. Der Bus war eben abgefahren. Der nächste liess eine halbe Stunde auf sich warten. In den Unterstand regnete es rein, von allen Seiten. Ein Taxi oder den eigenen Mann mit Volvo herbeirufen fiel als Option weg: Ich spaziere gern digital

### «Die Methode Autostopp kam bei Helicopter-Mum ganz schlecht an.»

detoxend ohne Handy. Also stellte ich mich an die Strasse, hob den Daumen – aber nix mit hü. Es fuhren eine Menge Autos die Strasse lang, gestoppt hat keines. Ich war bald so nass wie sauer. Mit jedem Auto, das vorbeifuhr, etwas mehr. Sind da wirklich nur Leute unterwegs, die befürchten, sie laden eine Irre auf, eine militante Autohasserin, die Wagen und Lenker kidnappt und beide an kriminelle Händlerringe verschachert? Fürchten sie, dass der Beifahrersitz nass wird? Oder sind alle spät dran und wollen ihre ausgewachsenen Kinder keinesfalls warten lassen? Oder weiss einfach nur niemand mehr, was Daumen hoch am Strassenrand bedeutet? Das Thema Autostopp ist jedenfalls für mich erledigt.

## Impressum

**Leitung Publikumszeitschriften**  
Stefan Regez

**Leitung GRUEN** Nina Siegrist

**Redaktionsleitung** Barbara Halter,  
Lisa Merz

**Mitarbeit** Doris Ehrhardt, Manuela Enggist, Cilgia Grass, Anita Lehmeier, Linda Leitner, Carolina Lermann, Timothy Pfannkuchen, Thomas Renggli, Vanessa Vodermayr, Lara Zehnder

**Bildredaktion** Regula Revellado  
(Leitung), Ralf Jost

**Grafik/Produktion** Tim Brühlmann  
(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

**Vermarktung** Ringier Advertising,  
Flurstrasse 55, Postfach, 8021 Zürich,  
Tel. +41 58 909 99 62,  
salesservices@ringier.ch

**Anzeigenpreise und AGB**  
www.ringier-advertising.ch  
**Managing Director** Thomas Passen  
**Head of Publikumsmedien**  
Beniamino Esposito  
**Sales** Tanja Schwarz  
**Media Service Print** Esther Staub

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

**Papier Inhalt:** Schweizer Papier,  
Perlentop satin, 70 g/m<sup>2</sup>; Umschlag:  
WFC, matt gestrichen, 200 g/m<sup>2</sup>

gedruckt in der  
schweiz

SWISSPRINTERS

Foto: Paul Seewer

we care

# Nachhaltige Styles für jeden Look.

Nicht nur bei unserer Exklusivmarke VARESE wächst der Anteil nachhaltiger Schuhe fortlaufend. Bei Ochsner Shoes finden Sie auch viele weitere Marken, die sowohl beim Material, als auch im Herstellungsprozess und bei der Verpackung nachhaltige Zeichen setzen.



Erhältlich in unseren Filialen  
und unter [ochsner-shoes.ch](http://ochsner-shoes.ch)

OCHSNER  
SHOES

TATEN STATT WORTE NR. 74

# TATENDRANG

IST TIERISCH GUT ZU TIEREN.

KW 32/21



SCHWEIZER TIERSCHUTZ STS



Beim Tierwohl belegen wir seit vielen Jahren regelmässig einen Spitzenplatz.

**TATEN-STATT-WORTE.CH**



Für mich und dich.