

# Mir z'lieb

Die Kundenzeitschrift der EGK-Gesundheitskasse  
16. Jahrgang | März 2011

## Wasser – unser Lebenselixier

Blick auf ein kostbares Element

## Schnee und Wasserfälle

Der Klausenpass im Winter

## Der persönliche Stil

Stylistin Luisa Rossi findet ihn

[www.egk.ch](http://www.egk.ch)



**EGK**

Gesund versichert



Walter Hess  
Redaktions-Mitglied

**Wasser, das Hauptthema dieser Ausgabe, treibt Kapriolen, kommt als einzige chemische Verbindung in allen drei Aggregatzuständen (fest, flüssig, gasförmig) vor, tritt manchmal im Übermass am falschen Ort (als Überschwemmung) auf, dann wiederum macht es sich rar (Dürre). Wie alles Leben, kommt auch der Mensch nicht ohne es aus. Alle körperlichen Vorgänge sind auf wässrige Lösungen angewiesen. Die Natur geht mit dem Wasser masslos um. Tun wir das auch? Trinken wir genug? Gibt es etwas Besseres als frisches Wasser?**

**Das «Mir z'lieb»-Team wünscht Ihnen viel Lesevergnügen.**

Schreiben Sie uns bitte, wenn Sie Ergänzungen oder Einwände gegen die im «Mir z'lieb» publizierten Texte haben! Die Redaktion freut sich auf Ihre Post, ob als Brief oder E-Mail.

Redaktionsadresse:  
EGK-Gesundheitskasse, Redaktion «Mir z'lieb»  
Postfach 363, 4501 Solothurn  
mirzlieb@gfms.ch

Impressum: «Mir z'lieb»  
Herausgeberin: EGK-Gesundheitskasse  
Gesamtauflage: 106000 Exemplare  
Internet: www.egk.ch  
Redaktionsleitung: Zett Corporate Publishing, Yvonne Zollinger  
Verantwortlich: GfM AG, Bruno Mosconi  
Lektorat/Koordination: GfM AG, Marianne De Paris  
Redaktion: Walter Hess, Mitra Devi, Andrea Vesti  
Gestaltung: Ingold Design, Stephan Ingold, Caroline Diethelm  
Foto Titelseite: iStockphoto, Mona Makela  
Fotos Inhalt: iStockphoto, Walter Hess, Andrea Vesti, Therme Vals, Yvonne Zollinger, Brigitte Müller, Zoo Zürich, Luisa Rossi

Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos oder Illustrationen übernimmt die Herausgeberin keine Haftung.

### Fokus

- Unser Lebenselixier – vom Tautropfen zum Ozean **3**
- Badefreuden – damals und heute **6**
- Wasser sparen im Alltag **8**

### Kolumne

- Chind und Chegel **9**

### Die guten Seiten der EGK

**10**

### Programme EGK und SNE

**12**

### Persönlich

- 12 Fragen an Peach Weber **13**

### Reiselust

- Klausenpass – Berge, Schnee und Wasserfälle **14**

### Ausflugstipp

- Masoala – den Dschungel erleben **17**

### Portrait

- Die Verwandlungskünstlerin **18**

### Kinderseite

**20**

### Wasser sparen

Jeder Schweizer verbraucht mehr als 160 Liter Wasser pro Tag. Es geht auch mit weniger.



### Berge, Schnee und Wasserfälle

Im Vorfrühling hat man als Wanderer den Klausenpass für sich alleine.



### Der passende Look

Stylistin Luisa Rossi hilft Menschen, ihren persönlichen Stil zu finden.



# Unser Lebenselixier – vom Tautropfen zum Ozean

**Wasser ist die Grundlage allen Lebens auf der Erde. Oft gehen wir sorglos damit um und sind von der Haltung geprägt, dass immer genügend vorhanden sei. Doch stimmt das wirklich? Und wie steht es um die Qualität unseres Trinkwassers? Eine Auseinandersetzung mit einem gleichermassen selbstverständlichen wie kostbaren Element.**

Es ist farblos, riecht nicht und ist im Geschmack neutral. In der Schweiz sprudelt es im Überfluss aus der Erde, während es in anderen Ländern Mangelware ist. Unser Planet ist zu drei Vierteln

VON MITRA DEVI

von ihm bedeckt, unser Körper besteht fast im gleichen Verhältnis daraus: Wasser. Und aus evolutionsgeschichtlicher Sicht stammen wir auch aus dem Wasser. Nach den Fischen, Amphibien, Reptilien und Säugetieren ist der Mensch das letzte Glied einer Kette, an deren Anfang der

Schritt aus dem nassen Lebensraum ans Land stand. Wasser in all seinen Formen – von Flüssen, Bächen über Seen bis zum Meer – gehört zu den beliebtesten Umgebungen, an denen Menschen sich aufhalten.

Was löst diese Sehnsucht aus? Wasser, so bekannt und alltäglich es uns erscheint, ist faszinierend: Es kommt als einzige chemische Verbindung auf unserer Erde in drei Aggregatzuständen vor: als Flüssigkeit, im gefrorenen Zustand als Eis und im gasförmigen als Dampf. Im Gegensatz zu den meisten natürlichen Stoffen, die sich bei Erwärmung ausdehnen, womit ihr spezifisches Gewicht geringer wird, geschieht dies bei Wasser auch bei tiefen Temperaturen. Ist Wasser kälter als 4 Grad, dehnt es sich wieder aus, was man als Dichteanomalie bezeichnet. Diese ist für das Leben auf unserem Planeten notwendig. 4 Grad kaltes Wasser besitzt die grösste Dichte, somit schwimmt kälteres Wasser auf dieser Schicht. Im Winter frieren die Seen deshalb nicht bis auf den Grund zu, sondern ermöglichen es Fischen und Amphibien, unter der Eisschicht zu überwintern. ▶



## REINIGUNG FÜR KÖRPER UND SEELE

Doch chemische Zusammensetzungen und Funktionsweisen erklären nicht unsere grosse Affinität zum Wasser. Was wir am nassen Element lieben, ist seine Wandelbarkeit, Kraft und gleichzeitige Weichheit. Unzählige Sprichworte machen es zum Thema: Ob jemand mit allen Wassern gewaschen ist, kein Wässerchen trüben kann oder nahe am Wasser gebaut ist; ob einer Blut und Wasser schwitzt, ins kalte Wasser springt oder auch nur mit Wasser kocht; ob uns das Wasser bis zum Halse steht oder im Munde zusammenläuft – Zitate und Weisheiten, in denen Wasser eine zentrale Rolle spielen, kommen in allen Sprachen vor.

Wasser ist nebst Luft, Wärme und Nahrung nicht nur für unser Überleben entscheidend, sondern auch für unser Wohlbefinden. Heilige Waschungen an Flüssen und Seen gehören zu allen Kulturen, seien es Zeremonien am Toten Meer, Ganges oder Nil. Dabei ist der Übergang von religiösen Ritualen zu gesundheitsfördernden Behandlungen fliessend. Bei uns ist der Pfarrer und Naturheiler Sebastian Kneipp mit seinen Wasseranwendungen bekannt. In Finnland sind Saunagänge mit anschliessender Abkühlung im kalten Meereswasser beliebt. Einen regelrechten Wasserkult betrieben die Römer, die unzählige Thermen zu Tempeln mit Becken und Dampfbädern ausbauten.

Wassergymnastik ist eine der gelenkschonendsten Sportarten überhaupt und für Menschen jeden Alters geeignet. Unter Wasser ist der Körper vermehrtem Widerstand ausgesetzt,

während gleichzeitig die Schnelligkeit der Bewegungen gedrosselt wird – eine optimale Kombination, um Verletzungen zu vermeiden.

Kaltes Wasser erfrischt, belebt und vitalisiert, warmes Wasser beruhigt, besänftigt und entspannt. Oft werden Zusätze wie Rosmarin, Lavendel, Weihrauch oder Heublumen ins Badewasser gegeben, die beispielsweise Gelenkschmerzen lindern, Erkältungen aufhalten oder das Immunsystem anregen, andererseits aber auch den Geist zur Ruhe kommen lassen. Wasser reinigt und nährt nicht nur den Körper, sondern auch die Seele.

## BÄDER FÜR GELENKE, NERVEN UND HAUT

Wir verwenden Wasser zur täglichen Hygiene mit Seife und Shampoo, doch das wandelbare Element trägt etliche weitere Möglichkeiten zur körperlichen Abhärtung, Unterstützung oder Linderung in sich. Im Folgenden einige Badezusätze für Vollbäder, die einfach zu Hause hergestellt werden können:

- **Meersalzbad:** Packungen sind in Drogerien oder Reformhäusern erhältlich. Sie helfen gegen verschiedene Allergien, Hautbeschwerden, Rheuma und Stoffwechselschwäche.

- **Eukalyptusbad:** Meist als Fertigpräparate zu beziehen. Hervorragend bei Erkältungskrankheiten, Bronchitis und Katarrhen der oberen Atemwege.

- **Haferstrohhad:** 500 g Haferstroh zerkleinern, in 2 Liter Wasser kochen, 15 Minuten ziehen lassen und abseihen. Den Sud dem Vollbad begeben. Hilft bei Rheuma, Gicht, Hautbeschwerden, beruhigt die Nerven und fördert den Schlaf.

- **Pfefferminzbad:** 2 Handvoll Pfefferminzblätter mit 2 Liter Wasser aufkochen, 15 Minuten ziehen lassen, abseihen und den Sud dem nicht allzu warmen Badewasser zugeben. Wirkt im Sommer kühlend und erfrischend.

- **Baldrianbad:** 75 g getrocknete Baldrianwurzeln in 2 Liter Wasser aufkochen, 20 Minuten ziehen lassen, abseihen und ins Badewasser giessen. Wirksam bei nervösen Beschwerden, Reizbarkeit, Ängstlichkeit, Schlafstörungen und Unterleibskrämpfen.

- **Senfmehlbad:** 2 Handvoll Senfmehl mit warmem Wasser zu einem Brei verrühren und dem Badewasser zugeben. Achtung: Senf reizt die Haut, die Badedauer sollte 5 Minuten nicht überschreiten, danach mit klarem Wasser nachspülen. Hilft bei Bronchitis, Kopfschmerzen, kalten Füßen und Händen.

- **Melissenbad:** 100 g Melissenblätter kurz aufkochen, 15 Minuten ziehen lassen, dem Badewasser begeben. Gut gegen Krämpfe, Stress, Nervosität, Wechseljahrsbeschwerden und zur allgemeinen Beruhigung.

Wer sich sportlich betätigt, sollte besonders auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr achten.



## Wasservorkommen in der Schweiz

Volumen in Mio. Kubikmeter	in Prozent	
Natürliche Seen:	130 000	53 %
Gletscher und Firn:	59 000	24 %
Grundwasser:	50 000	21 %
Stauseen:	4 000	1,6 %
Bäche und Flüsse:	500	0,2 %
Total:	243 000	100 %

Quelle: [www.trinkwasser.ch](http://www.trinkwasser.ch)

### IST VIEL TRINKEN WIRKLICH GESUND?

Das Leitungswasser in der Schweiz ist von guter Qualität. Was andernorts unvorstellbar wäre, kann man bei uns bedenkenlos tun: von jedem Wasserhahn und jedem Brunnen trinken, sofern dieser nicht ausdrücklich anders beschriftet ist. Mit Mineralquellen, die kommerziell genutzt werden, sind wir reich gesegnet – unter anderem im Aargau, in Bern, Graubünden oder in der Romandie. Der Gehalt der verschiedenen Quellwässer an wertvollen Mineralstoffen und Spurenelementen, von Natrium, Kalium, Lithium über Ammonium bis zu Mangan, variiert je nach Quelle. So beinhalten gewisse Mineralwässer im Vergleich mit anderen das Zwanzigfache an Calcium oder Magnesium. Diese anorganischen Stoffe, die der menschliche Körper selbst nicht herstellen kann, müssen über die Nahrung und das Trinken zugeführt werden.

Noch immer herrscht Uneinigkeit über die angebrachte Trinkmenge pro Tag. Während Ernährungsfachleute seit Jahren dazu auffordern, ausreichend Flüssigkeit zu sich zu nehmen, erklären andere, mehr zu trinken, als der Durst von einem verlange, sei unnatürlich. Wie viel darfs denn nun sein?

Der Körper braucht eine bestimmte Menge an Wasser, um einwandfrei funktionieren zu können. Eine zu geringe Flüssigkeitsaufnahme kann zu Konzentrationsstörungen und verminderter Leistungsfähigkeit führen. Das zeigt sich besonders bei älteren Leuten, die unter Flüssigkeitsmangel verwirrt werden. Da das Durstgefühl im Alter abnehmen kann, sollte dann besonders darauf geachtet werden, genügend zu trinken. Wer eine bewegungsarme Arbeit verrichtet, sollte auf 1,5 Liter pro Tag kommen, besser noch auf 2 Liter; bei schweisstreibenden Temperaturen oder körperlichen Aktivitäten entsprechend mehr. In folgenden Situationen ist der Flüssigkeitsbedarf erhöht: während der Stillzeit, beim Fasten und in Fällen von Fieber und Durchfall. Zu den empfohlenen 2 Litern zählen jedoch weder



Kaffee noch Cola-Getränke, Energydrinks oder Alkohol, sondern in erster Linie Mineralwasser ohne Kohlensäure. Auch Kräutertee, Grüntee, Milch, Sojagetränke, verdünnte Frucht- und Gemüsesäfte sind geeignet.

### UMWELT UND WASSERSCHUTZ

Den Luxus sauberen Trinkwassers haben Millionen von Menschen der armen Länder nicht. Sie trinken das Wasser, das sie vorfinden. Oft ist dieses dreckig, mit Krankheitserregern, Pestiziden, Düngemitteln oder Fäkalbakterien verunreinigt und macht ganze Bevölkerungsschichten krank. Cholera, Ruhr und Typhus sind die Folgen.

In den letzten vier Jahrzehnten hat der Mensch weltweit mehr als die Hälfte aller Gewässer zerstört, indem er Flüsse, Bäche, Feuchtgebiete und Seen kanalisiert, trockengelegt und mit Dämmen verbetoniert hat. Die Artenvielfalt hat sich dabei um 50 Prozent verringert. Versteppung und Dürre haben zugenommen, aber auch Hochwasserkatastrophen, da die ausgetrockneten Gebiete die Regenmassen nicht mehr schlucken können.

Hat die Schweiz nichts damit zu tun? In der Tat könnte man denken, Wassersparen sei bei uns im «Wasserschlaraffenland» unnötig, die Krisenherde seien weit weg. Wer jedoch aus ethischen Gründen seinen Verbrauch in Grenzen halten möchte, kann dies am besten beim Warmwasser tun. Dieses braucht 100 Mal mehr Energie als Kaltwasser. Beim Zähneputzen den Wasserhahn abstellen und lieber Duschen statt Baden. Das spannende Vollbad darf die genussvolle Ausnahme sein. ■

Die Schweiz mit all ihren Seen und Flüssen ist mit Wasser reich gesegnet – trotzdem ist ein vernünftiger Verbrauch sinnvoll.



Foto: iStockphoto, LUNAMERINA

## Badefreuden damals und heute

**Die Schweiz, das «Wasserschloss Europas», war schon in vergangenen Jahrhunderten ein Ort der Bäder und heilsamen Wässer. Viele alte Badeorte haben bis heute Bestand und vereinen Gesundheit und Vergnügen.**

Die Schweiz war schon früher ein Paradies für jede Art von Badefreuden, davon zeugen zahlreiche Schriften, Holzschnitte und archäologische Funde. Als die badefreudigen Römer abzogen, wurden die Thermen und heilkräftigen Quellen weiterhin genutzt.

VON YVONNE ZOLLINGER

Das Wasser sprudelte nicht nur in der Landschaft, sondern auch hinter den Ringmauern, wie etwa die im Mittelalter berühmte Basler Quelle des Gerberbrunnens. Mancherorts wimmelte es geradezu von grösseren und kleineren Mineralbädern, die unzähligen Kranken Linderung, Heilung und Erholung versprachen. Auf dem Lande gab es die Gesundbrunnen, die sowohl von den Städtern wie von den Landleuten regelmässig und offenbar mit Erfolg frequentiert wurden. Nach dem Motto: «Am ersten Tag mässig, am zweiten Tag gefrässig und am dritten Tag toll und voll» wurden die Bäder nicht nur zu Medizi-

nalzwecken aufgesucht, sondern auch zum reinen Vergnügen.

Die im Mittelalter weitverbreitete Ansicht, dickes Blut, die Ursache aller Krankheiten, würde durch das Bad wieder dünnflüssig, und die latente Angst vor ansteckendem Siechtum bewirkten, dass die Bevölkerung sich zur Linderung und Heilung dem Bader und seinem Wasser anvertraute. Beliebt waren Schwitz- und Kräuterbäder. Der Bader wurde auch zur täglichen Hygiene aufgesucht, die vor allem der wohlhabenderen Bevölkerungsschicht vorbehalten blieb. Neben der Körperpflege, zu der Waschen, Massieren, Haarschneiden, Entlausen, Schröpfen und Wundbehandlungen gehörten, waren es allerhand mehr oder weniger harmlose Vergnügen, denen sich die Badegäste hingaben. Besucher von auswärts geleitete man oft und gerne in die Badestuben. Das erste Mal, damit sich die Ankömmlinge des Strassenstaubs entledigen konnten. Die späteren Visiten galten dann aber vorwiegend dem «Dolce Vita».

### LOCKERE VERHÄLTNISSE

Die Badesitten im Mittelalter entsprachen kaum dem heutigen Sittenkodex. Männer und Frauen badeten gemeinsam in ungenierter Nacktheit. Man ass auf schwimmenden Tablett, man musizierte, spielte und amüsierte sich auf alle Art. Und wenn die Unfruchtbarkeit der Frauen in den Heilbädern kuriert wurde, so hatte dies, laut dem Basler Stadtarzt Felix Platter, oft seine natürlichen Gründe. Im 16. Jahrhundert wurden die Sitten dann aber strenger, das Badeverhalten spartanischer. Die behördlichen Reglementierungen nahmen zu.

Auch wenn ein Grossteil der Bäder dadurch ihre Anziehungskraft als Vergnügungsorte verloren, die Kraft des mineralischen Wassers blieb nach wie vor erhalten. Anfang des 19. Jahrhunderts setzte ein richtiger Gesundheits- und Kurboom ein. Regelmässig verbrachten gesunde und kranke Städter, die es sich leisten konnten, einige Tage oder Wochen in Badekurorten. In gehobenen Kreisen gehörte es zum guten Ton, zur Sommerzeit ins Bad zu fahren.

Wer genug Mittel besass, besuchte die grossen Bäder Leuk, Ragaz, Pfäfers, Lenk, Baden, Bad Säkingen und andere. Jeweils zwischen Mai und September tauchten die Kutschen, Chaisen und Botenwagen, haushoch mit allem möglichen Hausrat beladen, in den Badeorten auf. Das Bad war auch ein Heiratsmarkt und so manche Ehemillige nutzte die Badewochen, um mit Kleidern, Schmuck und Hausrat zu zeigen, welch gute Partie sie war.

Ende des 19. Jahrhunderts entstanden die grossen Badepaläste. Ihr Angebot beschränkte sich



nicht nur auf das Bad im mineralischen oder thermisch erwärmten Wasser. Es gab Molkenkuren, Luftkuren, Terrainkuren, Traubenkuren und vieles mehr. Für alle anderen, die sich diesen Luxus nicht leisten konnten, boten kleinere Bädli hinreichend Ersatz. Beinahe jedes zweite Gasthaus, das über hinreichend Platz und die nötige Aussicht verfügte, nannte sich Kurhaus oder Bad.

Im ersten Weltkrieg brach der Bädertourismus in ganz Europa zusammen. Grosse Luxushäuser, die man in den Boomjahren noch aus dem Boden gestampft hatte, verkamen zu Bauruinen.

Nach dem zweiten Weltkrieg begann eine Rückbesinnung auf die Heilbäder. Zusammen mit einem breiten Interesse an sportlicher Aktivität entstanden grosse Schwimmhallen. Das medizinisch-therapeutische Angebot wurde breiter.

### BADEN IN BADEN

Einige grosse Badeorte aus früheren, mondänen Zeiten haben bis heute Bestand. Drei von ihnen sind Baden (AG), Bad Ragaz (SG) und Vals (GR). Das Badener Thermalwasser stammt aus mehreren Quellen in über 1000 Metern Tiefe. Es gelangt mit 47°C an die Oberfläche und wird im Thermalbad auf 36°C abgekühlt. Mit 46 Gramm Mineralien pro Liter hat Baden das mineralreichste Thermalwasser der Schweiz. Die gelösten Mineralien und Spurenelemente sind von besonderer Bedeutung für den Heilungseffekt. Ihre positiven Wirkungen sind für den ganzen Organismus nachgewiesen; besonders heilsam wirken sie auf das vegetative Nervensystem. Die Wärmewirkung und der hohe Gehalt an Mineralien führen zu einer Durchblutungsverbesserung und verstärktem Abtransport schädlicher Stoffwechselprodukte. Das Wasser eignet sich auch bei bestimmten physikalisch-therapeutischen Anwendungen (Heilgymnastik).

Die Heilwirkungen des Badener Thermalwassers werden unter anderem genutzt bei rheumatischen Erkrankungen, Arthrosen, Bandscheibenschäden, stoffwechselbedingten Störungen sowie zur Nachbehandlung bestimmter Operationen. Empfohlen wird die Durchführung einer Badekur mit 5–20 Badeanwendungen im Abstand von ein oder zwei Tagen.

#### Buchtipp

*Bäderfahrten.* Wandern und baden, ruhen und sich laben. Ursula Bauer/Jürg Frischknecht, Rotpunktverlag.

#### Infos zu Thermalbädern

- [www.badi-info.ch/schwimmbaeder\\_thermal.html](http://www.badi-info.ch/schwimmbaeder_thermal.html)
- [www.swisstherme.ch](http://www.swisstherme.ch)



Römisches Bad in Bath, England.

Die Entdeckung der warmen Quellen geht auf Zeiten vor Christi Geburt zurück. Die Römer bauten den Ort mit den Thermen zu einem grossen Badezentrum mit dem vielsagenden Namen «Acquae Helveticae» aus.

### BAD RAGAZ

Die warme Quelle in der wilden Tamina-schlucht wurde bereits im Mittelalter entdeckt. Schon 1242 wurden hier die ersten Bade-Einrichtungen gebaut. Anfang des 16. Jahrhunderts wirkte Theophrastus Paracelsus in der Tamina-schlucht als Arzt und verfasste die erste Badeschrift über das Bad Pfäfers. Die zum Kloster Pfäfers gehörende Quelle wurde im 17. Jahrhundert zur «Königin aller Heilquellen». Nach der Aufhebung des Klosters fiel die Quelle an den Kanton St. Gallen, der Mitte des 19. Jahrhunderts eine Leitung nach Ragaz anlegte. Das über 36 Grad warme Thermalwasser wurde gut 4 Kilometer bis nach Ragaz geführt, so konnte hier 1872 das erste Thermal-Hallenschwimmbad Europas eröffnet werden. Die nun «Bad» Ragaz genannte Ortschaft gehörte zu den bedeutendsten europäischen Kurorten. Das 2009 sanierte und in edlen hellen Tönen erstrahlende Wellness-Resort verfügt über die wasserreichste Akrotherme des Kontinents. Indikationen sind: Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates sowie der Herz- und Kreislauforgane.

### VALS

Das Mineralwasser von Vals stammt aus der einzigen Thermalquelle Graubündens; das Wasser tritt mit etwa 30°C aus dem Gestein. Die Mineralisation beträgt über 1918 Milligramm pro Liter, Hauptbestandteile sind Calcium, Magnesium, Natrium, Chlorid und Fluorid. Die markanten, kubischen Gebäude der Valsener Therme bestehen aus 60 000 übereinandergeschichteten Steinplatten aus Valsener Gneis.

Wie in früheren Jahrhunderten, ist die Schweiz auch heute ein Land der Thermal- und Heilbäder. Wer auf Bäderfahrt geht, findet in allen Landesteilen Badespass und Erholung. ■



Der Neubau der Valsener Therme stammt von Architekt Peter Zumthor.

Foto: Therme Vals

# Wasser sparen im Alltag

Jeder Schweizer verbraucht rund 160 Liter Wasser pro Tag. Wasser steht uns immer und in fast unbegrenzten Mengen zur Verfügung. Trotzdem lohnt sich ein achtsamer Umgang mit dem kostbaren Nass.

Jederzeit fliesst bei uns sauberes, trinkbares Wasser aus dem Wasserhahn, aus der Dusche und sogar in die Spülkästen unserer Toiletten. In der Regel machen wir uns kaum Gedanken darüber, wie viel wir davon verbrauchen. Wasser umgibt uns im Überfluss und suggeriert, dass das auch immer so bleiben wird. Aber natürlich ist Trinkwasser, wie jeder Rohstoff auf dieser Welt, nur in einer begrenzten Menge vorhanden. Schlecht verteilt noch dazu, denn die Hälfte der Weltbevölkerung muss sich mit sehr wenig und/oder verschmutztem Wasser zufriedengeben.

Der durchschnittliche Wasserverbrauch in der Schweiz wird auf 162 Liter pro Person und Tag gerechnet. Aber nur ein kleiner Prozentsatz davon wird fürs Trinken oder Kochen genutzt. Der überwiegende Teil endet als Abwasser aus Dusche, Badewanne, Toilette und Waschmaschine. Es schadet daher nicht, sich den eigenen Umgang mit dem kostbaren Gut bewusst zu machen. Das zahlt sich für die Umwelt genauso aus wie für uns. Wasser sparen spart auch Geld. Denn nicht nur der Verbrauch des Wassers kostet etwas, sondern vor allem das Bereitstellen von warmem bzw. heissem Wasser treibt die Energiekosten in die Höhe.

## EINFACHE TIPPS MIT GROSSER WIRKUNG

Das Sparen beginnt beim tropfenden Wasserhahn. Der kann ohne Weiteres bis zu einem Liter Wasser pro Stunde verlieren. Das sind fast 9000 Liter pro Jahr. Noch viel grösser ist der Wasserverlust bei einem undichten Spülkasten. Wird er nicht repariert, geht in einem Jahr die Wassermenge von 100 Vollbädern buchstäblich den Bach runter. Bei Wasserhahn und Spülkasten lässt sich zusätzlich viel Wasser sparen. Eine Wasserspardüse an jedem Wasserhahn halbiert die Durchlaufmenge um fast 50 Prozent, ist leicht anzubringen und für wenig Geld zu kaufen. Eine

## Durchschnittlicher Wasserverbrauch der Schweiz 162 Liter pro Einwohner und Tag

Volumen in	Liter	in Prozent
Toilettenspülung:	47,7	29,5%
Duschen/Baden:	31,7	19,6%
Waschmaschine:	30,2	18,6%
Kochen/von Hand spülen:	24,3	15%
Körperpflege:	20,7	12,8%
Sonstiges:	3,8	2,3%
Geschirrspüler:	3,6	2,2%

Quelle: [www.helvetas.ch](http://www.helvetas.ch)



WC-Spülung mit zwei Tasten für zwei verschiedene Wassermengen spart 30–50 Prozent Wasser bei gleicher Hygiene.

Die Klassiker beim Wassersparen sind das Abstellen des Wasserhahns während des Zähneputzens. Oder das Duschen statt Baden. Letzteres verbraucht nicht nur viel mehr Wasser, sondern auch Energie. Für ein Vollbad lässt sich dreimal duschen.

Geschirrspüler und Waschmaschine sollte man erst in Betrieb setzen, wenn sie ganz gefüllt sind. Bei der Neuanschaffung des Gerätes lohnen sich spezielle Wasser und Strom sparende Programme. Ein uneffizientes Gerät steigert gegenüber einer sparsamen Maschine den Stromverbrauch um bis zu 60 Prozent und den Wasserverbrauch um bis zu 160 Prozent.

Im Garten lässt sich Wasser sparen, wenn man abends giesst, wenn es kühler ist, und die Wassermenge auf die Pflanzen abstimmt. Pflanzen brauchen kein Trinkwasser. In Regentonnen kann das Dachwasser gesammelt werden. Wenn das Duschwasser eine Weile braucht, bis es warm aus dem Hahn kommt, kann der «Vorlauf» fürs Blumen-giessen genutzt werden.

Wenn das Auto wieder mal gewaschen werden muss, dann lieber zu Eimer und Schwamm greifen als zum Schlauch. Oder in die Waschanlage fahren.

Einige Wasserversorgungsstellen empfehlen, die eigene Wasseruhr regelmässig abzulesen. Auf diese Weise kann ein ungewöhnlicher Wasserbrauch und Wasserverlust relativ einfach festgestellt werden.

Text: Yvonne Zollinger



Foto: Shutterstock, Jabeira Huber

# Child & Chegel

VON YVONNE ZOLLINGER

## Anruf bei Nacht

Es gibt eine Phase im Teenagerleben, in der man alt genug ist, um mit Zug oder Bus jeden Samstag zu einer angesagten Party zu fahren – wenn aber um drei Uhr morgens kein Zug oder Bus mehr fährt, nicht alt genug ist, den Weg alleine nach Hause zu finden. In der Regel lässt sich davon kein Teenager abhalten, trotzdem in jeden hinterletzten Flecken zu pilgern (falls dort ein entsprechend cooles Fest stattfindet). Die Veranstalter wissen, was sie tun müssen, damit die ahnungslosen Eltern ihre ü16-Jugendlichen zu solchen Anlässen gehen lassen – sie bieten ein «Heigo-Taxi» an. Das suggeriert den sicheren Heimweg für den Teenager und den ruhigen Schlaf bei den Eltern. Dass dann gerade mal zwei Taxis mit je fünf Plätzen für 400 Jugendliche zur Verfügung stehen, ist eine kleine Nebensache, die man nicht an die grosse Glocke hängt. Und dass das heimatliche Dorf gerade nicht mehr im 20-Kilometer-Radius liegt, den dieses Taxi bedient, davon hört der arme Teenager auch erst, wenn es ihn wieder ins heimatliche Nest zieht. Natürlich hätte er sich vorher übers Internet erkundigen können. Aber wer hat das schon nötig, wenn er zu Hause Eltern hat, die eh nichts anderes vorhaben, als die Samstagnächte mit Schlafen zu verbringen.

Kinder kennen unsere schwachen Punkte ganz genau, und sie fühlen sich berechtigt, von diesem Wissen ausgiebig Gebrauch zu machen. Ich gestehe, es gibt Situationen, da bin auch ich ein Opfer meiner grenzenlosen Mutterliebe.

Zum Beispiel, wenn mich um drei Uhr nachts das Klingeln des Telefons aus den Armen von George Clooney in die Realität reisst. Mein Kind ist am anderen Ende und hat eine extrem lange und extrem plausible Geschichte auf Lager, warum ich jetzt möglichst sofort aufstehen, 25 Kilometer bei drei Grad minus fahren und es zusammen mit drei ebenfalls gestrandeten Freunden abholen soll.

«Du bist wohl nicht ganz dicht. Glaubst du im Ernst, ich verlasse jetzt mein warmes Bett (und George Clooney) und fahre zweimal 25 Kilometer, nur weil du und deine Freunde nicht im Stande wart, rechtzeitig für eine Heimfahrgelegenheit zu sorgen? Von mir aus kannst du an der nächsten Bushaltestelle auf den ersten Bus morgen früh warten und dir dabei den Allerwertesten abfrieren!», würde ich gerne sagen.

«Ich komme», sage ich.

Denn seien wir mal ehrlich, hätte ich weiterschlafen können, im Wissen, dass mein armes Kind nicht nach Hause kann? Dass es in seiner Verzweiflung vielleicht irgendeinem angetrunkenen Typen ins Auto steigt? Dass es an einen scheinbar hilfsbereiten Sittenstrolch gerät? Oder gar, dass es in seinem dünnen Partyjäckchen bibbernd vor Kälte an der Bushaltestelle zwei Stunden auf den ersten Bus warten muss? Ein unerträglicher Gedanke für mich. Das weiss mein Kind genau.

## Die Nähe zu den Versicherten – ein entscheidender Vorteil der EGK

Jean-Jacques Flückiger leitet die EGK-Agentur Lausanne seit 14 Jahren. Mit Engagement vertreten er und seine Mitarbeitenden Werte wie Zuverlässigkeit und einen guten Kundenservice.



Jean-Jacques Flückiger leitet die EGK-Agenturen in Lausanne und Sitten.

Seit 2006 befindet sich die EGK-Agentur mitten im Herzen der Stadt Lausanne. Die Agentur mit drei Mitarbeitenden im Innendienst, zwei Kundenberatern und dem Agenturleiter Jean-Jacques Flückiger ist zuständig für die Kantone Waadt und Genf mit rund 1 100 000 Einwohnern. Zudem leitet Jean-Jacques Flückiger die EGK-Agentur in Sitten, die den ganzen Kanton Wallis mit zwei Mitarbeitenden im Innendienst und zwei Kundenberatern betreut. Auch in diesen Kantonen konnte die EGK letzten Herbst ein enormes Wachstum verbuchen. Dieser Erfolg ist ein Beweis, dass die EGK auch in der Romandie mit ihrer Philosophie der fairen und stabilen Prämienpolitik sowie der Gleichberechtigung der Schul- und Naturmedizin anerkannt wird. Der Erfolg forderte jedoch einen ungewöhnlichen Einsatz aller Mitarbeitenden während der Monate Oktober 2010 bis Januar 2011. Im Interview erklärt Jean-Jacques Flückiger, warum es sich lohnt, sich rechtzeitig um die Zusatzversicherung zu kümmern, und warum die Romands ähnlich über die Gesundheit und Naturmedizin denken wie die Deutschschweizer.

### *Welche Agentur-Leistungen schätzen Ihre Kunden besonders?*

Wir sind nahe bei den Kunden, die wir persönlich zu Hause, am Schalter oder telefonisch beraten. Dieser individuelle Kundenservice ist ein wichtiger Vorteil, denn wir kennen die EGK-Produkte in- und auswendig und können deshalb jedem Kunden die passende Zusatzversicherung anbieten. Im Gegensatz zu einem Makler ist der EGK-Berater nicht auf das Verkaufen der Versicherung angewiesen, sondern kann sich voll und ganz auf die Beratung konzentrieren.

### *Wie viel Zeit beansprucht eine Kundenberatung im Schnitt?*

Dies ist sehr unterschiedlich. Manchmal dauert eine telefonische Auskunft wenige Minuten. Dafür kann eine Beratung länger dauern – beispielsweise bei einer Familie, die spezifische Versicherungsleistungen wünscht. Beim Abschluss einer Zusatzversicherung ist eine Beratung wichtig, und deshalb rate ich, dass EGK-Mitglieder sich nicht erst im Herbst bei uns melden.

### *Warum empfehlen Sie, sich rechtzeitig um die Zusatzversicherung zu kümmern?*

Gerade diesen Herbst hat sich gezeigt, dass wir mit der Administration neuer KVG-Versicherter enorm ausgelastet waren, sodass wir den gewohnten Kundenservice auf ein Minimum reduzieren mussten. Ab Februar bis August haben wir dagegen genügend Kapazität für eine kompetente Kundenberatung. Ich möchte mich bei dieser Gelegenheit auch bei allen EGK-Mitgliedern bedanken, die letzten Herbst geduldig und verständnisvoll unsere aussergewöhnliche Arbeitssituation verstanden. Ebenso geht ein grosses Dankeschön an alle Mitarbeitenden, die einen enormen Arbeitseinsatz bewältigten.

### *Gerne möchten wir etwas über mögliche Unterschiede zwischen der französischen und deutschen Schweiz erfahren. Gehen die Romands beispielsweise schneller zum Hausarzt?*

Ich meine, die Romands kümmern sich ähnlich um ihre Gesundheit und gehen ebenso oft zum Hausarzt wie die Deutschschweizer. Ich stelle hingegen einen Unterschied zwischen Stadt und Land fest. Vielleicht besteht ein Zusammenhang, weil das Leben in der Stadt stressiger ist und ein

grösseres Angebot an medizinischer Versorgung zur Verfügung steht. Diesen Stadt-Land-Unterschied kennt meines Wissens auch die Deutschschweiz.

**Verhalten sich die Welschen kostenbewusster im Umgang mit den medizinischen Leistungen als die Deutschschweizer?**

Auch da stelle ich eher einen Stadt-Land-Unterschied fest. Bewohner in Städten suchen heutzutage oft die Notfallstation in den Spitälern auf, dabei wäre der Hausarzt zuständig. Beim Hausarzt bekommt man vielleicht nicht sofort einen Termin. Man muss also warten, und dazu sind städtische Einwohner weniger bereit.

**Sind die steigenden Krankenkassenprämien ein wichtiges Thema in der Romandie?**

Ja, seit Jahren. Die Romands bezahlen hohe Krankenkassenprämien – gerade auch in den Kantonen Waadt und Genf. Deshalb sind die Romands an Vorschlägen interessiert, die die Prämien senken könnten oder diskutieren die Vor- und Nachteile einer Einheitskasse. Rund 10 Prozent der Romands wechseln regelmässig die Grundversicherung, um Prämien zu sparen. Dies im Unterschied zur Deutschschweiz mit zirka 3 Prozent Kündigungen.

**Welchen Stellenwert hat die Komplementärmedizin für die Romands?**

Die Komplementärmedizin geniesst bei einem Teil der Bevölkerung eine hohe Bedeutung – ähnlich wie in der Deutschschweiz. Für diese Gruppe ist unsere bewährte Zusatzversicherung SUN eine hervorragende Lösung. Mit den Möglichkeiten der SUN Basic sprechen wir zusätzlich gesundheitsbewusste Personen an. Bei der SUN Basic besteht die Wahl zwischen viel oder weniger Naturmedizin. Zudem ist die Spitaldeckung wichtig, oder auch die speziellen Leistungen für Kinder.

**Welche naturmedizinischen Methoden sind besonders beliebt in der Romandie?**

Viel Zuspruch geniesst die Osteopathie. Diese komplementärmedizinische Behandlungsmethode ist vielen bekannt, wahrscheinlich auch, weil der Schweizerische Verband der Osteopathen sein Sekretariat in Paudex bei Lausanne führt und die Ausbildung in Freiburg stattfindet.



**Spricht das Angebot der EGK «Gleiche Chancen für Schul- und Naturmedizin» die Romands an?**

Ja, vor allem Personen, denen ein bewusster Umgang mit der Gesundheit wichtig ist. Bereits der Name «Gesundheitskasse» ist ein wichtiger Wert, der Identität schafft. Obwohl andere Kassen auch Leistungen für die Komplementärmedizin anbieten, wird die EGK auch in der Romandie als Pionier für die Gleichstellung der Naturmedizin anerkannt. Die Philosophie der EGK zusammen mit ihrem Agenturnetz sind tragende Elemente, die uns von den anderen Kassen unterscheiden.

**Stellen Sie regionale Besonderheiten fest bei der Betreuung der EGK-Mitglieder?**

Ein EGK-Mitglied aus dem Kanton Wallis ist tendenziell ein treueres Mitglied als eines aus der Stadt Lausanne. Der Walliser Kunde möchte auch von der EGK-Agentur in Sitten betreut werden und nicht von Lausanne aus. Die EGK-Veranstaltungen haben meist mehr Besucher im Wallis.

**Und noch eine persönliche Frage: Wie erholen Sie sich von der Arbeit?**

Ich reise sehr gerne zusammen mit meiner Frau. Dies kann ein Ausflug in unserem schönen Land sein, eine Bahnfahrt beispielsweise im Kanton Graubünden oder eine Reise in andere Länder. Lesen ist ein weiteres Vergnügen.

Ein zuverlässiger und freundlicher Kundenservice ist dem EGK-Team aus Lausanne sehr wichtig.



## Begegnungen 2011

**02.05.2011**

Gregor Staub

**mega memory® Gedächtnistraining**

«Ihr Gehirn kann viel mehr, als Sie glauben!» (Gregor Staub)  
Chur GR, Kirchgemeindehaus Titthof, Tittwiesenstr. 8

**16.05.2011**

Hamid Peseschkian

**Psychovampire**

Über den positiven Umgang mit Energieräubern  
Zürich ZH, Kongresshaus Zürich/Gartensaal,  
Gotthardstr. 5

**17.05.2011**

Hamid Peseschkian

**Psychovampire**

Über den positiven Umgang mit Energieräubern  
Basel BS, Stadtcasino/Hans Huber-Saal, Steinenberg 14

**18.05.2011**

Hamid Peseschkian

**Psychovampire**

Über den positiven Umgang mit Energieräubern  
Thun BE, Hotel Freienhof, Freienhofgasse 3

**27.06.2011**

Gregor Staub

**mega memory® Gedächtnistraining**

«Ihr Gehirn kann viel mehr, als Sie glauben!» (Gregor Staub)  
Luzern LU, Grand Casino/Panoramasaal,  
Haldenstr. 6

**24.08.2011**

Alfred Pfeifer

**Die Stimme ist der «Fingerabdruck» unserer Seele**

Stimmungen sind im Klang hörbar  
Wil SG, Stadtsaal Wil, Bahnhofplatz 6

**25.08.2011**

Alfred Pfeifer

**Die Stimme ist der «Fingerabdruck» unserer Seele**

Stimmungen sind im Klang hörbar  
Aarau AG, KUK Kultur & Kongresshaus,  
Schlossplatz 9

**26.08.2011**

Alfred Pfeifer

**Die Stimme ist der «Fingerabdruck» unserer Seele**

Stimmungen sind im Klang hörbar  
Bern BE, Hotel Allegro/Saal Szenario,  
Kornhausstr. 3

**Informationstelefon:** 032 623 36 31

**Anmeldung:** keine

**Beginn:** 20.00 Uhr



## SNE Akademie 2011

**04.04.2011**

Ute Lauterbach

**Lebenskunst auf den Punkt gebracht**

Bern BE, Hotel Allegro, Kornhausstr. 3/Vivace 2

**05.04.2011**

Ute Lauterbach

**Lebenskunst auf den Punkt gebracht**

Thalwil ZH, Hotel Sedartis, Bahnhofstr. 16

**06.04.2011**

Ute Lauterbach

**Lebenskunst auf den Punkt gebracht**

St. Gallen SG, Hotel Einstein, Berneggstr. 2  
(im Klostersviertel)

**14.04.2011**

Jacqueline Steffen

**Die Kunst, liebenswürdig nein zu sagen**

Thalwil ZH, Hotel Sedartis, Bahnhofstr. 16

**05.05.2011**

Reto Wyss

**1, 2, 3... stressfrei!**

Luzern LU, Hotel Cascada, Bundesplatz 18

**11.05.2011**

Barbara Berckhan

**Judo mit Worten**

Bern BE, Hotel Allegro, Kornhausstr. 3/Vivace 2

**12.05.2011**

Barbara Berckhan

**Judo mit Worten**

Thalwil ZH, Hotel Sedartis, Bahnhofstr. 16

**16.05.2011**

Julia Onken

**So wie meine Mutter nie!**

St. Gallen SG, Hotel Einstein, Berneggstr. 2  
(im Klostersviertel)

**18.05.2011**

Marianne Gerber

**Frauensprache – Männersprache**

Bern BE, Hotel Allegro, Kornhausstr. 3/Vivace 2

Anmeldung: erforderlich, beschränkte Teilnehmerzahl  
Seminarpreise gemäss ausführlichem Programm  
Verlangen Sie das Programm Seminare/Workshops 2011  
SNE, Solothurn – Telefon 032 626 31 13 oder  
www.stiftung-sne.ch

# 12 Fragen an ...

## 1. Was tun Sie für Ihre Gesundheit?

Ich esse gerne Früchte und Gemüse, Fleisch, Fisch, Käse, Milch, Pasta, Schokolade, Nüsse, also alles, ausser Pilzen. So habe ich alle Vitamine und alle Giftstoffe schön in ausgewogener Dosis. Denn auch Giftstoffe sind wichtig für die Abhärtung des Körpers.

## 2. Und was würden Sie niemals für Ihre Gesundheit tun?

Den NEW YORK-Marathon, denn das ist ja sicher auch nicht gesund.

## 3. Auf welches Hausmittelchen schwören Sie?

Jeden Tag mindestens 5 bis 6 Kaffees und einen Apfel, denn: «An apple a day, keeps the doctor away!» Ich habe sogar einen Apfel-Computer!

## 4. Ergänzen Sie diesen Satz: Eine Grippe ist im Anzug, und ich ...

... ziehe den Anzug aus und bringe ihn in die Reinigung. Manchmal nehme ich dann ein Supradyn, und wenn ich den richtigen Moment erwische, reicht eine Brausetablette. Im Jahr brauche ich etwa 5 Stück und bin praktisch nie krank. Krank sein, das lohnt sich ja als Selbständiger auch nicht.

## 5. Was mussten Sie als Kind essen, weil es «gesund» ist?

Ich wurde zu nichts gezwungen, aber ich war möglicherweise ein komisches Kind, ich mochte sogar Spinat gern. Heute würde man mit so einem Kind wohl zum Psychiater. Meine Mutter hat immer verschiedene feine Gemüse und Salate gemacht.

## 6. Auf welches «Laster» möchten Sie nicht verzichten?

Ab und zu 1 bis 2 Lindorkugeln, können auch mal 3 sein, bei feierlichen Gelegenheiten, und es gibt ja jeden Tag etwas zu feiern.

## 7. Was ist Ihr Trostpflasterchen, wenn Sie krank sind?

Ich habe einen ganz dicken, weichen Pullover, den hat mir vor 20 Jahren eine Freundin gestrickt mit ganz dicken Maschen. Dieser Pulli hat magische Kräfte und nach zwei Stunden ist das Unwohlsein vorbei.

## 8. Welche Gesundheits-Vorsätze haben Sie gefasst und nicht eingehalten?

Ich nehme mir nichts vor, halte dafür aber alles pickelhart ein. Vorsätze bringen nix, entweder man macht es oder nicht, und dann aber sofort. Ich habe vor 20 Jahren von einem Tag auf den andern aufgehört zu rauchen, ohne Vorsatz, ohne Plan, ohne Hilfsmittel. Da muss ich mir doch selber auf die Schulter klopfen.

## 9. Sie müssen in den 25. Stock, der Lift ist ausgefallen – wie fit sind Sie für die Treppe?

Ich würde mir ein Hochhaus in der Nachbarschaft suchen mit 30 Stockwerken, mit dem Lift rauffahren und dann mit dem Gleitschirm hinüberfliegen in den gewünschten 25. Stock.



*Peach Weber*

Peach Weber ist Komiker und seit 33 Jahren unterwegs. Im April kommt sein neues 13. Programm «Mister Gaga» als CD heraus. Tourneepplan auf [www.peachweber.ch](http://www.peachweber.ch). Seine letzte Vorstellung findet am 15. Okt. 2027 im Hallenstadion statt. Der Vorverkauf ist offen, und es sind bereits 4000 Tickets verkauft. (Ist vom Guinness-Buch als Weltrekordversuch anerkannt als «Längster Vorverkauf der Welt».)

## 10. Wie vertreiben Sie den Winterblues?

Ich feuere dann das Cheminée ein und lege mich in meinen Relaxstuhl, da ist schon bald wieder der Winter-Hip-Hop am Hüpfen. Goodbye Blues!

## 11. Haben Sie einen Geheimtipp, wenn das Leben wieder mal besonders stressig ist?

Setzen Sie sich hin und denken Sie über mein Lebensmotto nach: Heute ist heute und morgen ist eigentlich erst morgen.

## 12. Die Altersforschung macht grosse Fortschritte – wie feiern Sie Ihren 100. Geburtstag?

Ich werde Bastelarbeiten machen und die Einladungen vorbereiten für meinen 150. Geburtstag.

An dieser Stelle beantworten jeden Monat Persönlichkeiten aus Politik, Kultur, Unterhaltung oder Sport unsere 12 (nicht ganz ernst gemeinten) Fragen zum Thema Gesundheit.

# Klausenpass: Berge, Schnee und Wasserfälle



**Unsere Alpenpässe, meines Erachtens die attraktivsten, abenteuerlichsten Verkehrsverbindungen, interessieren uns eigentlich nur, wenn sie mit dem Adjektiv «offen» versehen sind. Der Hinweis «geschlossen» bedeutet Schnee, unpassierbar, zu. Ende. Auf den Frühling warten. Wie sieht es aber im Vorfrühling dort oben aus?**

Am 17.03.2010 reiste ich mit dem Urner Musiker Paul Gisler durchs felsig-gebirgige Schächental bis zur Schneeschranke vor dem Klausenpass-Übergang, und wir stapften durch meterhohen

## VON WALTER HESS

Schnee. Auf solche eindruckliche Art hatte ich den Klausen noch nie erlebt. Selbst der Schnee schmolz vor lauter Begeisterung.

Den Paul Gisler traf ich auf dem Rathausplatz in Altdorf, beim Tell-Denkmal in Altdorf. Er ist von kräftiger Statur, 1,87 Meter gross, und es schien, als ob Tell, unser Nationalheld, erstmals seit 1895 vom Sockel mit dem eingravierten Datum des Rütlichswurs gestiegen sei. «Mein Vater, Gustav Gisler, war viele Jahre Präsident der The-

ater- und Tellspielgesellschaft Altdorf», vernahm ich. Paul Gisler hatte allerdings keinen Sohn namens Walter bei sich, dafür die Hündin Luna, eine Mischung aus Border-Collie und etwas Schäfer. Gisler, ein Urner Urgestein, ist ein Liedermacher und Volksmusiker, der u.a. eine CD mit dem treffenden Titel «Uoriginal» herausgegeben hat.

## DURCHS SCHÄCHENTAL

In Gesprächen über die Schönheiten, die Schweizer Geschichte und die Landschaft in unserem Land fuhren wir auf der fast verkehrsfreien Klausenstrasse gemächlich das Schächental, ein Seitental der Reuss, hinauf, das sich bald in seiner ganzen Eindrücklichkeit und Erhabenheit präsentierte. Bürglen hat unseren Tell zu seinem «bekanntesten Mitbürger» gemacht, ihm ebenfalls ein Denkmal (am Kirchplatz) errichtet und am alten Klausenpassweg die Tellskapelle erstellt. Und dann gerät der schlanke Spitzturm der 1950/51 erbauten Kirche von Spiringen, der wie eine grosse Ahle in den Himmel sticht, ins Blickfeld. Von Spiringen führt der Chinzigpass, ein Saumpfad, ins Muotatal hinüber. Zur Gemeinde Spiringen gehört übrigens die Exklave Urnerboden östlich der Klausenpasshöhe – die grösste und angeblich schönste Kuhalp der Schweiz.



Um und vor uns breitete sich der von Bergen aus Gebirgskalkstein umschlossene, gewaltige Talkessel aus: der Chli Windgällen im Norden, der Gross Windgällen im Süden; dort stehen auch der lang gestreckte Gross Ruchen und hinter dem Steinplanggen der Chli Ruchen und das Schärhorn, dessen Gipfelpaar (Doppelgipfel) sich wie eine Schere kreuzt, gefolgt vom Chammliberg. Bei den Windgällen sollen laut dem Zürcher Naturforscher Johann Jakob Scheuchzer die Nordwinde manchmal so stark sein, dass sie ganze Steinplatten durch die Luft wirbeln. Der Luzerner Schreiber Johann Conrad Fäsi bezeichnete 1766 die «Berge, welche gegen Mittag (Süden) das Thal umschliessen, zugleich aber das Schächen- vom Maderaner-Thal absondern» als «Schock von ungeheuren Eisbergen».

Die Autofahrt war an jenem sonnigen, warmen Tag nach einer endlos scheinenden Kälteperiode bis Unterschächen mit der malerischen, barocken Kirche und von dort, stärker ansteigend und haarnadelkurvig, hinauf bis ins Gebiet Friteren möglich. Oberhalb dieser Versammlung einzelner Bauten mit Blick hinunter ins Brunnital diktierte der Schnee das Geschehen; die Schneeräummaschinen hatten hier kapituliert. Ein zur Vorsicht mahnendes Dreiecksignal mit einer Schranke, wie es im Unterland vor Strassenbahnen, Bahnen und Flugplätzen warnt, verdeutlichte die Wintersperrung. Wir wurden zu Schneewanderern; ein einsamer Fussgänger hatte bereits ein Weglein vorgestampft. Luna bewältigte die weisse Decke mit einer Serie von Freudensprüngen. Bis zum 215 Meter langen Seelital-Tunnel unter der Laged Windgällen schafften wir es, wohl einen Kilometer weit.

Vor diesem Tunnel, auf etwa 1530 Höhenmetern, lag noch etwa ein Meter Schnee. Eine Barriere reichte über die ganze Strassenbreite. Wir benützten den seitlichen, viereckigen Eisenklotz, der als Gegengewicht zur langen, rot-weissen Abschränkungsstange dient, als Picknicktisch, sassen auf Pauls Allwetterjacke und machten uns über einige Delikatessen her, die wir in Altdorfer Metzgereien beim Zeughaus und in der «Brotstubä» zusammengekauft hatten. Darunter befanden sich ein angenehm feuchtes Kartoffelbrot – wie gut man doch während des 2. Weltkriegs gegessen hat – sowie Ofen- und Zigerkrapfen. Bei den letzteren handelt es sich um ein Chilbigebäck mit einem rosaroten Innenleben. Die Farbe stamme von Magenträssig, hatte mir die nette Verkäuferin gesagt. Wahrscheinlich handelt es sich um den Glarner Gewürzzucker Magenträs (Magentraes), der aus Zucker, Sandelholzpulver, Ingwer, Zimt und anderen geriebenen Gewürzen besteht.

Die Enden und die Häute der Cervelats traten wir an Luna ab, die durch verschiedene Grabar-

beiten im Schnee auf sich aufmerksam gemacht hatte. Paul beglückte uns mit einem Biosaft aus vollreifen italienischen Bio-Aprikosen und sizilianischen Mandarinen. Die getrockneten und geräucherten Urner Hauswürste, die wir uns ebenfalls zugelegt hatten, kamen vorerst ungeschoren davon.

### IM STRASSENTUNNEL

Den Verdauungsspaziergang unternahmen wir im Tunnel, wanderten in der Dunkelheit bis zum oberen Ausgang. Das Wild scheint nichts von solchen Betonröhren zu halten; am Tunneleingang gab es jedenfalls keine Spuren im Schnee. Am Rand des Tunnelaus-/eingangs waren die Bestandteile der Metallzäune gestapelt, die während der Passöffnung bei steil abfallenden Stellen den Strassenbenützer auf den richtigen Weg weisen und sie vor Abstürzen bewahren sollen. Der Pass kann erst für den Verkehr freigegeben werden, wenn sie wieder montiert, die Abhänge von dem Steinschlagmaterial gereinigt und der Zustand der Felsen kontrolliert ist, meistens gegen Ende Mai.

Der Tunnel ist innen mit Spritzbeton versehen, und in dieses Grau hat austretendes, sehr kalkhaltiges Bergwasser weisse Höhlenzeichnungen gemalt. Offenbar ist selbst solch ein Tunnel nicht vollkommen wasserdicht zu bauen; an einigen Stellen hatte tropfendes Wasser Eisflächen oder kleine Eisplastiken hinterlassen. Die Tunnel- ▶



Urner Liedermacher und Urgestein, ein «Urginal»: Paul Gisler.

### Kraftvolle Perlen namens Aesch

Unterhalb der über eine Felspartie verlaufenden Klausenpassstrasse, etwa 2,5 Kilometer westlich vor der Passhöhe (1948 m), grüsst die Alp Aesch über Aesch im Tal der Vorder Schächen, wie der Bergbach heisst. Am Abhang gibt es einen Wasserfall, der gerade zu einer Eisplastik gefroren war. Im Buch «Orte der Kraft in der Schweiz» von Blanche Merz (AT Verlag, Aarau 1998) wird dieses Aesch als «eine der Perlen, die sich in die Kette der anderen schweizerischen Orte gleichen Namens einreihet» bezeichnet. Der Ortsname Aesch, mit Asche und Feuer verbunden, findet sich in den Kantonen Baselland, bei Neftenbach im Kanton Zürich und Urnäsch (Kanton Appenzell Ausserrhoden). Diese Aesch-Orte haben laut Blanche Merz alle eine Stärke von 75000 Boviseinheiten: Da brodeln es also. Der Wert von etwa 6500 Boviseinheiten\*, die radiästhetisch ermittelt werden, gilt als neutral.

Es verwundert unter solchen kraftspendenden Umständen nicht, dass der Kanton Uri einige der bedeutendsten Nationalhelden im Rahmen der Freiheitskriege gegen die Habsburger hervorgebracht hat.

*\*Dieses Mass geht auf den französischen Physiker Antoine Bovis (1871–1947) und sein Biometer (radiästhetisches Pendel) zur Bestimmung der biologischen Qualität zurück. Es misst die elektromagnetischen Wellenlängen der Strahlung, wobei sich der sensitive (feinfühlig) Mensch bei der Anwendung des Pendels einbringen muss, wie dies in der Radiästhesie üblich ist.*



**Harter Winter:**  
Blick von der Klausen-  
passstrasse nach Un-  
terschächen und ins  
Brunnital.

wände sind unregelmässig geformt. Der Tunnel vollzieht eine sanfte Rechtskurve und dann erscheint, umrahmt vom oberen Portal, eine neue Bergwelt mit dem Chli Glatten, dem Bödmer und das weitere Tödigebiet.

#### DER KLAUSENPASS

Die erste Klausenpassstrasse, eine Verbindung der Zentral- mit der Ostschweiz, wurde nach einer 6-jährigen Bauzeit 1899 eröffnet; sie ist zwischen Glarus und Altdorf 63 Kilometer lang. Sie erlöste das Glarnerland aus dem Sackgassenzustand. Sofort wurden Postkurse eingerichtet, die insbesondere dem Tourismus guttaten. Viele Urner wanderten über den Berg in den Kanton Glarus aus, wo sich im Anschluss an die söldnerische Reisläuferei zur Freude der Daheimgebliebenen im 19. Jahrhundert eine Art Wirtschaftswunder mit viel Textilindustrie einstellte. Baumwolle wurde von Hand zu Garn verarbeitet und Tücher mit Holzmodellen bedruckt. Insgesamt waren 44 Fabriken wie Baumwolldruckereien, Spinnereien und Webereien vorhanden.

Wer vom Glarnerland hinauf auf den Klausen reist, sollte sich Zeit zum Besuch des Berglistüber-Wasserfalls nehmen. Er ist der mittlere von drei Wasserfällen, die dem Fätschbach, der



**Frontal einsehbar:** der Berglistüber-Wasserfall auf der Glarner Seite des Klausenpasses.

vom Urnerboden (1200 m) in die Talsohle der Linth (720 m) springt, zu verdanken sind. Gleich nachdem man von Linthal einige Kurven am Fruttberg bewältigt hat, lädt beim «Bergli», wo auch das gleichnamige Restaurant ist, ein grosser Parkplatz zum Anhalten ein. Und von jenem aus erreicht man zu Fuss, vorbei an hölzernen Hangverbauungen, in etwa 5 Minuten über ein abschüssiges, aber gut gesichertes Weglein den in eine wunderbare Kulisse eingebauten 44 Meter hohen Wasserfall, der bereits 1897 als «einer der schönsten Wasserfälle der Schweiz» beschrieben wurde. Man nähert sich ihm auf mittlerer Höhe, sieht ihn also mit voller Wucht unmittelbar vor sich und kann in einer Höhle unter dem überhängenden Fels aus Quintnerkalk tiefer absteigen und sich von der Gischt benetzen lassen.

Das wäre dann aber eher ein Sommer-Programm. ■

#### Tipps

##### Karten

- «Wanderkarte Klausenpass». Blatt 246 T. 1:50 000. Bundesamt für Landestopografie, Bern.
- Landeskarte der Schweiz «Schächental», Blatt 1192. 1:25 000. Bundesamt für Landestopografie, Bern.

*Schächental-Informationen:* [www.schaechental.ch](http://www.schaechental.ch)

*Hinweis auf CDs von Paul Gisler*

«edel wyys und raabäschwarz», 2009.

Internet: [www.uriginal.ch](http://www.uriginal.ch)





Fotos: Zoo Zürich, Corinne Zellinger



## Den Dschungel erleben

Wenn die Natur noch kahl und kalt im Winterkleid steckt, ist es ein besonderes Erlebnis, für kurze Zeit in einen üppig-grünen Dschungel einzutauchen. In der Masoala-Halle im Zoo Zürich ist dieser Kurztrip in eine andere Klimazone möglich.

Hinter der Schleuse zur Halle beschlagen erst einmal die Brillengläser und Fotelinsen. Wenn der Temperaturunterschied zum Aussenbereich besonders gross ist, braucht es einen Moment, bis sich Mensch und Ausrüstung an die 80 Prozent Luftfeuchtigkeit und 20 bis 30 Grad Wärme gewöhnt haben. Dann heisst es, aufmerksam ins Blättergrün geschaut. Oft sieht man erst auf den zweiten Blick, was sich im Dickicht verbirgt. Denn genau wie im Original, dem Masoala-Regenwald auf Madagaskar, sind die Bewohner des Waldes Meister der Tarnung. Das Chamäleon zum Beispiel mit seinem Wackelgang und den Augen, die unabhängig voneinander in verschiedene Richtungen sehen können, ist so grün oder so braun wie seine Umgebung. Es braucht Geduld und ein wenig Glück, um es zwischen den Ästen auszumachen.

Alle Bewohner des Masoala-Regenwaldes im Zoo Zürich bewegen sich frei durch die rund 11 000 Quadratmeter grosse Halle. In den Baumwipfeln hört man das Rascheln der Lemuren. Flughunde flattern umher und hängen dann kopfüber an ihrem Lieblingsschlafplatz. Kleine Vögel überraschen die Besucher mit ihrem bunten Gefieder.

### NATURPARADIES IN GEFAHR

Die Ökosystemhalle versucht, die natürlichen Zusammenhänge von Tier- und Pflanzenleben ausserhalb des Ursprungsgebietes erlebbar zu machen. Wie alle Regenwälder auf der Welt sind auch jene auf Madagaskar von der Abholzung bedroht oder bereits weitgehend zerstört. Lediglich 4 Prozent der ursprünglichen Regenwälder sind noch intakt. Der Masoala-Nationalpark auf Madagaskar umfasst 2300 Quadratkilometer und ist das grösste Schutzgebiet des Landes. Der Zoo Zürich steuert jährlich aus Spenden und Umsatzprozenten des Masoala-Shops und Masoala-Restaurants mindestens \$ 100 000.– zu den Betriebskosten und den Fonds des Masoala-Nationalparks bei. Die Masoala-Halle im Zoo ist ein Botschafter für die Schönheit des madegassischen Regenwaldes. ■

### Infos Zoo Zürich

**Anfahrt in Zürich:** Mit dem Tram Nr. 6 ab Hauptbahnhof bis Endstation Zoo. Park&Ride-Angebot für Autofahrer. Parkplätze bei der Masoala-Halle und vor dem Haupteingang des Zoos.

**Eintrittspreise:** Erwachsene CHF 22.–, Jugendliche (16–24,9 Jahre) CHF 16.–, Kinder (6–15,9 Jahre) CHF 11.–, Familienkarte (Lebenspartner mit eigenen Kindern 6–15,9 Jahre) CHF 60.–

**Öffnungszeiten:** Der Zoo ist 365 Tage im Jahr geöffnet. März–Oktober 09.00–18.00 Uhr (Masoala-Regenwald 10.00–18.00 Uhr). November–Februar 09.00–17.00 Uhr (Masoala-Regenwald 10.00–17.00 Uhr).

Weiter Informationen unter [www.zoo.ch](http://www.zoo.ch)

### Verlosung



Das «Mir z'lieb» verlost einen **Familieneintritt (Lebenspartner mit eigenen Kindern, 6–15,9 Jahre) im Wert von 60 Franken.**

Schicken Sie eine Postkarte mit dem Vermerk «Masoala» an: EGK-Gesundheitskasse, Mir z'lieb, Wettbewerb, Postfach 363, 4501 Solothurn. Oder senden Sie ein E-Mail an [wettbewerb@gfms.ch](mailto:wettbewerb@gfms.ch). Bitte Namen, Adresse und Telefonnummer nicht vergessen.

*Einsendeschluss ist der 31. März 2011.*

Viel Glück!

(Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt, die Gewinner werden direkt benachrichtigt!)



# Die Verwandlungskünstlerin

Kaum spriessen die ersten Blumen, regt sich vor allem bei Frauen der Wunsch, ihrem Äusseren einen frischeren oder gar neuen Look zu verpassen. Wenn es an Ideen oder Mut mangelt, ist Luisa Rossi zur Stelle. Die bekannte Stylistin berät Menschen, die richtige Wahl zu treffen und damit ihren ganz persönlichen Stil zu finden.

Die Frau, die mit Schwung die Türe öffnet, ist von Kopf bis Fuss perfekt gekleidet. Die Mütze auf dem Kopf passt zur Frisur, das gemusterte Tuch zum gemusterten Hemd würde wahrscheinlich niemand so kombinieren; doch es harmoniert wunderbar.

VON ANDREA VESTI

Jedes Detail stimmt. Die herzliche Begrüssung mit dem entwaffnenden Lächeln, die ist echt. Das ist Luisa Rossi. Und ohne grosse Umschweife erzählt sie dann auch ihre Geschichte: vom kleinen Mädchen, das eigentlich Ballerina werden wollte, und von der Schwester, die das kleine Mädchen in der elterlichen Wohnung, einem ehemaligen Ladenlokal, regelmässig ins Schaufenster schubste, in Kleider verpackt, die von der Mutter, einer Schneiderin, genäht wurden. Dem kleinen Mädchen gefiel das Posieren, Sich-Präsentieren und Zurschaustellen. Kindliche Träumereien an der

Weststrasse, wo die Familie aus Italien in einfachen Verhältnissen wohnte. Später entschied sich Luisa für eine solide Lehre als Zahnarztassistentin, die Ballerina war auf und davon. Dafür wurde sie während der Arbeit von einem Fotograf entdeckt, und bald nahm alles seinen Lauf.

## VOM MODEL ZUR UNTERNEHMERIN

Luisa Rossi betont mehrmals, dass ihre Karriere nie geplant war, dass vieles ungewollt geschah: «Die jungen Mädchen heute machen alles so gezielt», sagt sie, «ich liess es einfach auf mich zukommen.» Der Fotograf, inzwischen ihr Freund, brachte sie zur Miss-Zürich-Wahl, die sie gewann. Und die ihr die Türen ins Modelbusiness öffnete. Sie war jahrelang als internationales Model unterwegs und eignete sich so auch viele Kenntnisse in Sachen Mode an. Ihr neuer Freund, der Hairstylist Valentino, brachte ihr das Handling mit Haaren und Make-up näher, und bald eröffneten die beiden ihre erste Agentur. Sie brachten internationale Visagisten und Stylisten aus dem Ausland in die Schweiz und garantierten so für mehr Schwung und neue Ideen in der Branche. Aufgrund sprachlicher Schwierigkeiten musste Luisa Rossi die Stylisten auf der Kleidersuche begleiten und beraten. Das war nicht besonders rentabel für die Agentur, für sie aber äusserst lehrreich. Knapp über dreissig Jahre alt, nannte sie sich Unternehmerin und tanzte auf vielen Hochzeiten. Alleinerziehend mit einem kleinen Sohn nahm sie alle Arbeit an, ihre verschiedenen Kenntnisse kamen ihr dabei zur Hilfe. Die zweite Agentur von Valentino und Luisa Rossi spezialisierte sich auf die Beratung zu einem besseren Aussehen. Das beinhaltet Haare, Kleider und Make-up. Den Part des Einkleidens übernahm Luisa Rossi nur zu gerne. Sie hatte das Flair und die Menschenkenntnisse, junge wie auch ältere Kundschaft einzukleiden. Bald schon meldete sich die Glückspost bei ihr mit einem Angebot, eine wöchentliche Vorher-/Nachher-Beratung zu machen.

## DER DURCHBRUCH AN DIE SPITZE

Der Vorher-/Nachher-Effekt ist sehr verheissungsvoll, kann aber auch immer wieder ernüchternd sein, wenn man sich wieder entkleidet oder abschminkt. Für Luisa Rossi gilt als erste Regel, dass sich jemand nackt akzeptieren und gefallen sollte, und zwar mit allen Falten, Dellen und was sonst noch abrutschen kann, meint sie. Allen gefallen sei falsch, aber sich selbst gefallen und seinen Stil finden, das sei wichtig. Und es tue ja auch gut, wenn man adrett aussehe, denn eine gewisse Eitelkeit habe doch jeder Mensch. Allerdings verstehe sie die Schwierigkeiten, die da lauern: «Das Angebot ist dermassen gross, dass man vor lauter Bäumen den Wald nicht mehr sieht.» Das über-

fordere die meisten und mache unsicher. Sie habe nicht den Anspruch, die Leute trendy einzukleiden, sondern typgerecht. Das könne auch ganz klassisch sein. Manche Kundinnen oder Kunden bräuchten nur noch den letzten Schliff, da sie bereits einen guten Stil hätten. Andere seien zu faul, alleine einzukaufen.

Viele Menschen seien zu festgefahren mit ihrer Kleidung. In diesem Falle empfehle sie immer, den Kleiderschrank auszumisten, damit man nicht wieder in alte Muster zurückfalle. Natürlich könne sie nicht jemanden von Kopf bis Fuss in zwei Stunden verändern, aber es sei ihr schon vieles gelungen. Ein gutes Ergebnis gebe es immer, verzweifelt sei sie noch nie. «Vielleicht müssen die Kundinnen mal auf die Zähne beißen und noch eine Extratour einlegen, bis ich zufrieden bin», lacht sie, «aber ich finde immer eine Lösung, wirklich immer.» Keinen Zweifel hegt man an dieser Aussage, sieht man Luisa Rossi bildlich vor sich, wie sie voller Energie herumwirbelt und die Leute mit ihrer guten Laune mitreisst.

Diese positive Ausstrahlung verhalf ihr vor mehr als zehn Jahren auch zum Durchbruch als Stylistin. In der Sendung Cinderella auf TV3 bekam die Unternehmerin Luisa Rossi plötzlich ein Gesicht. Sie machte sich gut vor der Kamera, kleidete unzählige Leute ein und es gefiel, was sie machte. Aber es sei auch eine anstrengende und schwierige Zeit gewesen, ähnlich wie die Besteigung des Mount Everests, sagt sie. Plötzlich war sie in aller Munde und in allen wichtigen Sendungen im Fernsehen und im Radio.

Mit der Arbeit bei den Miss- und Mister-Schweiz-Wahlen und dem Elite-Model-Look-Wettbewerb wurde ihr die finale Krone aufgesetzt. In manchen Medien wird sie fortan als Style-Ikone gehandelt. Luisa Rossi gibt unumwunden zu, dass auf ihrem Niveau schweizweit



Beweist stets ein gutes Händchen – Luisa Rossi bei der Arbeit.

niemand zu finden sei. Ausser vielleicht noch ihr männliches Pendant, Clifford Lilley. Doch ohne Arroganz und Eitelkeit meint sie, dass doch alles seine Zeit gedauert habe und sie nicht von einem Tag auf den anderen erfolgreich war: «Der Weg war langsam, aber beständig. Und so ist alles in meinem Leben, lieber Schritt für Schritt richtig, als fulminant hochschliessen und abstürzen.»

### WUNSCHLOS GLÜCKLICH

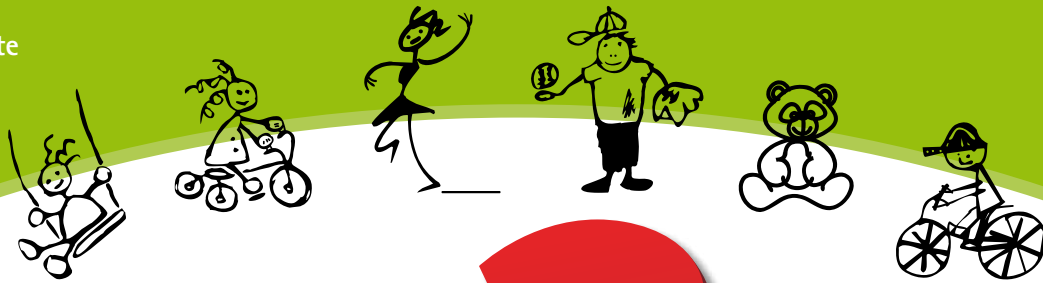
Und so glamourös ihr Leben scheint, Luisa Rossi kommt viele Abende völlig ausgepowert nach Hause. Der Job sauge sie aus, meint sie, sie gebe sehr viel von sich. Aber natürlich könne sie jeden Abend sagen, sie habe einen erfüllten Tag gehabt und etwas Positives hinterlassen. Meist kocht sie sich etwas zu essen und schaut fern. Später erledigt sie das Administrative am Computer. Manchmal bis zwei Uhr morgens. Am Ende des Tages werden die abmarschierten Kilometer mit Yoga verarbeitet und der Körper gedehnt. Mit einem Buch fallen ihr die Augen zu. Sie schlafe immer wunderbar. Immer.

Ihre Visionen für die Zukunft sind bereits in Planung. Beruflich möchte sie in zwei Jahren, auf ihren 50. Geburtstag hin, eine Stylingschule eröffnen. Natürlich mit einem gründlich durchdachten Konzept. Korrekt solle die Ausbildung sein, nicht einfach ein paar Kurse, sondern mit eidgenössischem Fachausweis. Privat möchte sie mit ihrem Sohn nach Bolivien, ihr Patenkind besuchen. Sonst habe sie keine Wünsche offen, was jetzt noch komme, sei Bonus: «Ich bin gereist, ich habe gelebt, geliebt, gelitten, alles was das Leben rund macht, hatte ich. Alles.» ■

### 5 Tipps von Luisa Rossi für einen guten Start in den Frühling

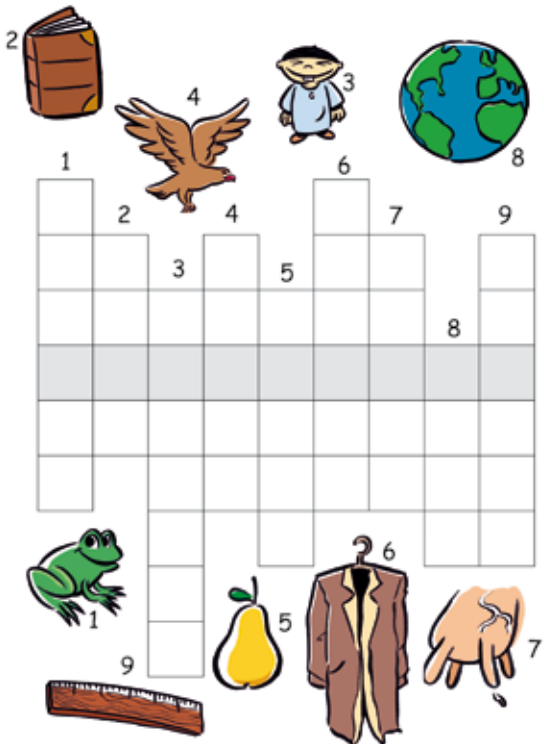
- Kleiderschrank misten – sich Klarheit verschaffen
- Die 10 wichtigsten Basics für den (ausgemisteten) Kleiderschrank: weisse Bluse, Jeans, Blazer, Trenchcoat, das kleine Schwarze, Anzug oder Tailleur, Strick (Pullover, Cardigan), T-Shirts, Stilletos, gute Unterwäsche
- Make-up-Basics: Rouge, Lipgloss, Wimperntusche – kleiner Aufwand, grosse Wirkung
- Nicht ständig eine neue Frisur, sondern eine, die passt und mit wenig Aufwand gut aussieht
- Mutiger sein!

[www.luisarossi.ch](http://www.luisarossi.ch)



## Schwedenrätzel

Benenne die nummerierten Gegenstände, schreibe sie in die entsprechende Zeile und finde das Lösungswort.



Das Lösungswort lautet: Schlitzen

## Labyrinth



Finde mit dem Feuerwehrmann den Weg durchs Labyrinth zur Kerze.



## Schlaumeier-Ecke

### KÖNNEN COMPUTER DENKEN?

Computer rechnen und kalkulieren, lösen schwierige Denkaufgaben, spielen sogar Schach und erkennen gesprochene Worte. Sie sind darin viel schneller als wir und machen viel weniger Fehler. Aber all das gelingt ihnen nur, weil es ihnen vorher einprogrammiert wurde. Auch wenn es so scheint, als seien sie viel besser und genauer als der Mensch, werden sie wohl niemals selbstständig denken.

### WAS IST EINE SCHALLMAUER?

Wenn Du mit dem Velo fährst, spürst Du den Wind um deine Nase wehen, auch wenn es vorher ganz windstill war. Je schneller Du fährst, desto schneller rauscht die Luft an Dir vorbei. Das ist beim Flugzeug genauso. Weil diese aber noch viel schneller sind, ist für sie der Luftwiderstand auch viel grösser. Erreicht ein Flugzeug die Schallgeschwindigkeit, die etwa bei 1200 Stundenkilometern liegt, stauen sich die Druckwellen davor wie eine Mauer. Durchbricht ein Flugzeug diese sogenannte Schallmauer, fliegt es schneller als die Schallgeschwindigkeit. Die plötzliche starke Druckveränderung ruft einen lauten Knall hervor.

### SIND BLINDSCHLEICHEN WIRKLICH BLIND?

Nein, keineswegs. Sie haben sogar recht grosse Augen. Ihr Name kommt aus dem Althochdeutschen, das vor vielen Hundert Jahren gesprochen wurde. Damals nannte man das Tier «Plintslicho», was etwa so viel bedeutet wie «blendende Schleiche». Man nimmt an, dass sie wegen ihrer glänzenden Haut so genannt wurde. Die Blindschleiche ist übrigens keine Schlange. Sie gehört zur Familie der Schleichen und ist mit den Echsen verwandt.

### WIE SCHWER IST DIE ERDE?

Man hat ausgerechnet, dass die Erde etwa sechs Trilliarden Tonnen schwer sein muss. Das ist eine Zahl mit 21 Nullen. Und damit nicht genug, die Erde wird jedes Jahr schwerer. Aus dem Weltall fallen kleine Teilchen, die manchmal als Sternschnuppen zu sehen sind, auf die Erdoberfläche. Rund 10000 Tonnen sollen das jedes Jahr sein. Aber verglichen mit der Gesamtmasse der Erde fällt das kaum ins Gewicht.

