

[Einkauf / Cumpra Surselva]: Kampagne für die Wirtschaft der Surselva

[Einkauf / Cumpra Surselva] – unter diesem Namen führt die Junge CVP Surselva zusammen mit 175 Unternehmen der Surselva vom 10. bis 16. Oktober 2005 eine einwöchige Sensibilisierungskampagne durch. Die Einwohner der Surselva sollen erkennen, dass es für sie selber nur Vorteile hat, wenn sie in der Surselva ansässige, konkurrenzfähige Unternehmen unterstützen.

Lädelisterben, Konzentration auf die Zentren und Abkehr von den Regionen beherrschen die aktuelle Entwicklung im ländlichen Raum. Zu einem Teil ist sie ganz klar hausgemacht und basiert vor allem auf der Bequemlichkeit und Desinformation der Kundschaft. Wenn die Bewohner der Surselva lieber auswärts ihre Einkäufe tätigen, anstatt die einheimischen konkurrenzfähigen Unternehmen zu berücksichtigen, erstaunt die erwähnte Entwicklung kaum.

Hier kann und muss eine Sensibilisierungskampagne die nötigen Impulse liefern, die Gewohnheiten der einheimischen Bevölkerung zu ändern. Wichtigstes Ziel dieser Aktion ist es, den Einwohnern der Surselva zu erklären, dass es für sie selber nur Vorteile hat, wenn sie in der Surselva ansässige, konkurrenzfähige Unternehmen unterstützen:



1. Unternehmen in der Surselva sichern und schaffen Arbeitsplätze und Lehrstellen für die Bewohner der Surselva.
2. Unternehmen, die in der Surselva angesiedelt sind, zahlen auch in der Surselva ihre Steuern, was schliesslich jeder Gemeinde zu Gute kommt.
3. Geld, welches in der Surselva zirkuliert, stärkt die Volkswirtschaft der Surselva.
4. Nur durch die Unterstützung von Unternehmen der Surselva wird die Bevölkerung auch in Zukunft von einem breiten Produkte- und Dienstleistungsangebot innerhalb der Surselva und innerhalb der Gemeinden profitieren können.
5. Ein Einkauf ausserhalb der Surselva ist oftmals nicht nötig und bringt den erhofften finanziellen Vorteil bei genauem Rechnen nicht.

Die von der Jungen CVP Surselva organisierte Aktionswoche vom 10. bis 16. Oktober 2005 scheint ein Erfolg zu werden. 175 Unternehmen aus der Surselva engagieren sich im Rahmen der Aktion [Einkauf / Cumpra Surselva]. Sie bieten ihren Kunden diverse Sonderangebote an. Genaue Informationen hierzu findet man in der Broschüre, welche nächstens Tage an alle Haushaltungen der Surselva verteilt wird. Zwei riesige Werbetafeln in Ilanz und Disentis sowie Plakate der teilnehmenden Unternehmungen machen auf die Aktion aufmerksam. **Weitere Infos zur Aktion und zur Jungen CVP Surselva finden Sie auf www.jcvc-gr.ch**



Innovationsfonds für Graubünden – Kantonale Volksinitiative

Im Frühling dieses Jahres lancierte die Junge CVP Graubünden eine Kantonale Volksinitiative für einen Innovationsfonds für Graubünden. Der Fonds soll durch das Agio (Aufpreis) des erwarteten Dotationskapitals, welches die Graubündner Kantonalbank dem Kanton zurück bezahlen will, gespeist werden. Mit den Mitteln des Fonds sollen ausserordentliche Projekte mit besonderer Wertschöpfung, Innovationskraft und Nachhaltigkeit für Graubündens Volkswirtschaft unterstützt und ermöglicht werden.

Ausgangslage für den Innovationsfonds

Die Graubündner Kantonalbank wird in absehbarer Zeit, ihr Eigenkapital herabsetzen und dem Kanton überschüssiges Dotationskapital inkl. Agio zurückzahlen. Der Betrag ist noch nicht bestimmt, aber man rechnet mit 80 bis 100 Mio. Franken Agio. Dieses Aufgeld steht dem Kanton als ausserordentliche Einnahme zur Verfügung. Die Junge

CVP Graubünden ist der Überzeugung, dass dieses Geld in die wirtschaftliche Zukunft von Graubünden investiert werden muss.

Forderung der Initiative

Die Initiative verlangt die Ausarbeitung gesetzlicher Bestimmungen, die einen Innovationsfonds ermöglichen. Der Fonds soll durch das genannte Agio gespeist werden und ausserordentliche Projekte mit besonderer Wertschöpfung, Innovationskraft und Nachhaltigkeit ermöglichen, dies im Hinblick auf die längerfristige Zukunft Graubündens und insbesondere im Hinblick auf seine Volkswirtschaft.

Zweck des Fonds

Grundsätzlich können alle Sparten der Wirtschaft vom Innovationsfonds profitieren, sei es die Forschung, Bildung, Kultur, Technologie und so weiter. Der Innovationsfonds soll besondere Projekte mit hohem volkswirtschaftlichem Nutzen ermöglichen. Der Innovations-

fonds soll die bestehenden Wirtschaftsfördermassnahmen sinnvoll ergänzen und den Spielraum für besonders innovative und wertschöpfende Projekte vergrössern, die ansonsten kaum oder gar nicht realisiert werden könnten.

Zeitpunkt für Realisierung

Der Zeitpunkt für ein solches Vorhaben ist günstig, denn weitere anstehende Aufgaben des Kantons, wie die Reform der Unternehmens- und Familienbesteuerung sowie die Rückzahlung eines Teils der Schulden, können aus den ausserordentlichen Einnahmen aus dem Verkauf des Nationalbankgoldes (rund 460 Mio. Franken) realisiert werden. Die Äufnung eines Innovationsfonds aus dem genannten Kantonalbankgeld ist also möglich.

Unterschriftensammlung

Fast jeden Samstag sind Mitglieder der Jungen CVP Graubünden im ganzen Kanton unterwegs um Un-



Mitglieder der Jungen CVP Graubünden beim Unterschriften sammeln

terschriften zu sammeln. Sie haben bereits 1'500 Unterschriften beisammen. Dies ist knapp die Hälfte der geforderten, wenn man die Reserve mitrechnet. Auf Seite 2 ist der Unterschriftenbogen abgedruckt. Bitte unterschreiben Sie unsere In-

itiative und schicken Sie den Bogen an die angegebene Adresse. Weitere Unterschriftenbogen stehen auf www.jcvc-gr.ch zum Download bereit. **Wir freuen uns auf Ihre tatkräftige Unterstützung!**
Weiter auf Seite 2

**Auto.- und Motorrad – Fahrschule
Tauch,- und Wassersportschule**
Bobby Gletting
7151 Schluslin und 7000 Chur

Neu Neu Neu Neu Neu Neu Neu
Nothilfeurse SanPool
Schule für Gesundheit
Anmeldungen unter:
079 355 57 55
www.sanpool.ch Nothilfeurse - GR
www.tauch-toeff-bobby.ch Nothilfeurse

GARASCHA



1766 Trun-Zignau 081 943 22 80



**Ihre Honda-
Exklusiv-Vertretung
Reparaturen +
Servicearbeiten**
an Velos, Mofas, Rollern und
Motorrädern.
Wir bieten Ihnen einen
fachgerechten Service und
prompte Ausführung.
**Fahrzeuge werden
gratis abgeholt.**

P. A. Wittmann
Velos – Motos / Honda-Center
7007 Chur, Kornquadernweg 11
Tel./Fax 081 252 28 93

Hier würde
auch **IHR
INSERTAT**
gelesen!



SUISSE GARANTIE heisst:
Schweizer Produktion und
Verarbeitung

Produkte mit dem Zeichen **SUISSE GARANTIE** werden in der Schweiz hergestellt. Dies gilt sowohl für die landwirtschaftliche Produktion wie auch für die gesamte nachfolgende Verarbeitung. Das geltende Gesetz hingegen verlangt nur, dass ein Produkt in der Schweiz genügend bearbeitet oder verarbeitet worden ist, damit von einem einheimischen Produkt gesprochen werden kann. Nahrungsmittel tragen daher häufig das Schweizer Kreuz, obwohl ein Grossteil der Rohstoffe aus dem Ausland stammt. Nicht so bei **SUISSE GARANTIE**. Hier erfolgt der ganze Her-

stellungs- und Verarbeitungsprozess in der Schweiz. Ausnahmen sind nur sehr beschränkt zugelassen: Wenn aus bestimmten Gründen, zum Beispiel Ernteauffälle oder fehlende Verarbeitungskapazitäten, nicht genügend Schweizer Rohstoffe verfügbar sind, dürfen bei verarbeiteten Produkten bis zu 10 Prozent ausländische Rohstoffe mitverarbeitet werden. Ausnahmen müssen bewilligt werden. Der Schweiz gleichgestellt sind Produkte aus dem Fürstentum Liechtenstein, der Freizone Genf sowie den in Staatsverträgen geregelten Grenzonen.



Kantonale Volksinitiative für einen Innovationsfonds für Graubünden

Im Kantonsamtsblatt veröffentlicht am 21. April 2005.

Die unterzeichnenden Stimmbürgerinnen und Stimmbürger stellen gemäss Art. 12 Abs. 2 Ziff. 1 und Art. 13 Abs. 1 der Verfassung des Kantons Graubünden folgendes Initiativbegehren in Form einer allgemeinen Anregung:

Es sind gesetzliche Bestimmungen zu erlassen, die es dem Kanton ermöglichen, das Agio (Aufpreis) des zurückbezahlten Dotationskapitals der Graubündner Kantonalbank zu Gunsten von ausserordentlichen Projekten mit besonderer Wertschöpfung, Innovationskraft und Nachhaltigkeit für die längerfristig orientierte Zukunft Graubündens und seiner Volkswirtschaft zu verwenden. Hierfür ist ein entsprechender Fonds einzurichten, der nachhaltig zu bewirtschaften ist.

1. Zweck dieses Fonds ist:

- die Stärkung des Kantons als Entwicklungs-, Forschungs- und Bildungsstandort;
- die Förderung der technologischen und unternehmerischen Innovationskraft der Bündner Wirtschaft;
- der Ausbau von Wissenstransfer und disziplinenübergreifenden Netzwerken;
- die Aus- und Weiterbildung;
- die Förderung herausragender Vorhaben mit hohem volkswirtschaftlichem Nutzen;
- die Förderung innovativer Kulturvorhaben und Veranstaltungen.

2. Das Fondsvermögen und die Zinsen können im Rahmen des Zwecks verwendet werden für Beiträge und Darlehen zu Gunsten von:

- baulicher und betrieblicher Infrastruktur;
- Betrieb und Durchführung von Vorhaben während der Anschubphase;
- Forschungs- und Entwicklungsprojekten;
- Evaluation von Projektideen.

Politische Gemeinde: _____

Name, Vorname (Blockschrift)	Unterschrift	Geburts-datum (Tag, Monat, Jahr)	Wohnadresse	Kontrolle (bitte leer lassen)
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				

Ablauf der Sammelfrist: 21.04.2006

Wer bei einer Unterschriftensammlung besticht oder sich bestechen lässt, wer unbefugt an einem Initiativbegehren teilnimmt oder das Ergebnis einer Unterschriftensammlung für eine Volksinitiative fälscht, macht sich strafbar gemäss Art. 281 beziehungsweise Art. 282 des Strafgesetzbuches.

Bescheinigung: Der unterzeichnende Stimmregisterführer bescheinigt, dass obige _____ (Anzahl) Unterzeichnerinnen und Unterzeichner der Volksinitiative in kantonalen Angelegenheiten stimmberechtigt sind und die politischen Rechte in dieser Gemeinde ausüben.

Ort, Datum und Amtsstempel: _____

Der Stimmregisterführer

Initiativkomitee

Die nachfolgend aufgeführten 17 Urheberinnen und Urheber der Initiative (Initiativkomitee) sind ermächtigt, diese mit Mehrheitsbeschluss zurückzuziehen:

Martina Berni, Betriebsökonomin FH, Jochstrasse 27, 7000 Chur, **Maurus Berni**, Student BWL, Valéstrasse 151, 7132 Vals, **Kevin Brunold**, Casa Anita, 7138 Surcuolm, **Martin Candinas**, Arcada, 7172 Rabius, **Roman Cantieni**, Wiss. Mitarbeiter CVP Schweiz, Schulstrasse 14, 7130 Ilanz, **Andreas Capeder**, Valgronda, 7142 Cumbel, **Marc Cathomen**, Informatiker, Bahnhofstrasse 31, 7130 Ilanz, **Remo Cavegn**, Via Salens 34, 7402 Bonaduz, **Gion Giger**, Tittwiesenstrasse 8, 7000 Chur, **Patrick Lardi**, Projektmanager TicinoInfo II, Cavresc, 7746 Le Prese, **Marco Pinchera**, Sonnenweg 12, 7402 Bonaduz, **Ernst Sax**, 7134 Obersaxen, **Stefan Schittenhelm**, Bauführer TS, Sägenstrasse 79, 7000 Chur, **Marcel Vogel**, Jus-Student, Casura 28, 7126 Castrisch, **Lionella Zanolari**, Werkstrasse 7, 7000 Chur, **Loris Zanolari**, Castaletweg 27, 7206 Igis, **Martina Zarn**, Töbeli 21, 7204 Untervaz.

Bitte retournieren Sie diesen Unterschriftenbogen an: JCVP Graubünden, Martina Berni, Jochstrasse 27, 7000 Chur | Weitere Unterschriftenbogen können Sie beziehen unter: www.jcvp-gr.ch

EXPRESSGLAS

glas nach mass

7203 Trimmis 7505 Celerina 7130 Ilanz
 Telefon 081 356 04 44 www.expressglas.ch



City Cars • Eisenstrasse 13
 Vöhrleins Hotel Sommerau
 7000 Chur
 Hans Jörg Adank

Tel. 081 253 37 38
 Fax: 081 253 37 39
 Mobil: 079 610 65 65
 e-mail: citycars@qip.ch
 www.citycars.ch

AN- & VERKAUF
 ALLER MARKEN

Alte Ansichtskarten

von allen Orten des B. Oberlands
 u. g. Kanton verkauft:

Max Dendorfer
 Myrthenweg 17, 7000 Chur
 Telefon 081 284 13 02

pet corner

haustierbedarf ilanz

Präzisions-Gesell. c/o Via Sarasin 17 • 7130 Ilanz • 081 923 01 40 • info@petcorner.ch • www.petcorner.ch

Pianohaus Mattes

Dipl. Klavierbauer
 Stimmungen / Reparaturen / Verkauf
 Sur Rieven 2
 7013 Domat Ems
 Tel. 081 633 19 57
 Nat. 079 676 17 77
 Occasions-Klaviere ab Fr. 2500.-

NISSAN

Telefon 081 921 58 71
 www.garage-cristallina.ch

Garage Cristallina
 7031 Laax



René Engli Verleger

ED! TORIAL

Lachen ist gesund

Ein Lächeln verzaubert jede Begegnung und erleichtert jeden Kontakt. Ein Lachen tut dem eigenen Gemütszustand gut, ist gesundheitsfördernd und entspannt den Körper. Diese einfachen Tatsachen bergen die nicht zu unterschätzende Möglichkeit, das Leben auf positive Art und Weise zu bewältigen.

Lachen ist in der Volksmedizin bekannt als wunderbares Medikament ohne Risiken und Nebenwirkungen. Lachen kann vieles bewirken:

- Schmerzlinderung
- besseren Schlaf
- gute Verdauung
- stärkere Durchblutung des Gehirns
- Abbau von Stress
- Stärkung des Immunsystems

Die Tränen der Freude

Die Lachforschung (Gelotologie) wurde durch einen Bericht eines gewissen

Norman Cousins angeregt. Er machte nach seiner Erkrankung eine Lachkur und damit positive Erfahrungen.

Folgende Aktivitäten werden durch Lachen ausgelöst: Die Brustmuskulatur spannt sich, das Zwerchfell drückt auf das Eingeweidepaket, der Kopf wird zurückgeworfen, die Gesichtsmuskeln zaubern einen fröhlichen Ausdruck herbei, die Nase legt sich in Falten, die Nasenlöcher weiten sich und die Augenmuskeln sind angespannt. Im Extremfall kommt es gar zu Tränenfluss. Lachen ist gesund, deshalb ist der Rat-schlag angebracht: Lieber einmal zu oft als einmal zu wenig lachen!



IMPRESSUM

Herausgeberin

ENGI MEDIA
 Neue Verlagsgemeinschaft
 RUNDSCHAU ZEITUNG
 Infoline: 0792 305 056
 Fax: 0819 333 056
 E-Mail: engimedia@bluewin.ch

Zentralbüro - Redaktion

Jean Bruppacher
 Tel. 079 3345854
 E-Mail: jbruppacher@bluewin.ch

Marketing & Verkauf

Ronald Schaich
 Tel. 079 6930024 Fax: 056 2823305
 E-Mail: schaich@hispeed.ch

Druck

DZO Druck Oetwil am See AG

Spedition

Regionale Verteilung durch die Post.



Marketing Akquisitions-Service

Dienstleistung: für Gross-, Mittel- und Kleinbetriebe
 Telefonakquisitionen für Vereine, Events & Sponsoring

ENGI MEDIA Infoline: 0792 305 056
 Fax: 0819 333 088
 E-Mail: engimedia@bluewin.ch

Ich reise mit Hund oder Katze

Das Bundesamt für Veterinärwesen (BVET) hat die handliche Broschüre „Ich reise mit Hund oder Katze“ veröffentlicht. In einer Auflage von über 400.000 Exemplaren wird der kostenlose Ratgeber über Tierärzte und Tierärztinnen, über Reisebüros, Bahnhöfe, Flughäfen und den Fachhandel verteilt. Zudem sorgen Partner wie die Schweizerische Kynologische Gesellschaft, der Schweizer Tierschutz, der Zürcher Tierschutz und andere für eine breite Verteilung der Broschüre.

Mit Tieren zu reisen kann kompliziert sein. Länder weltweit stellen die unterschied-

lichsten Anforderungen für die Einreise. Zudem können diese jederzeit ändern. So verlangt die Europäische Union seit dem 1. Oktober letzten Jahres bei der Einreise von Hunden und Katzen einen Heimtierausweis und eine Kennzeichnung per Mikrochip oder Tätowierung.

Die neue Broschüre hilft den Halter und Halterinnen von Hunden und Katzen durch den weltweiten Regelungsdschungel. Wer sich an die darin beschriebenen Grundsätze hält, sollte vor bösen Überraschungen an der Grenze gefeit sein. Das Wichtigste dabei ist, sich rechtzeitig über die Anforder-

ungen für die Hin- wie für die Rückreise zu informieren. Dies wird leider immer wieder unterlassen: So bleiben denn jedes Jahr Dutzende von Hunden und Katzen an der Grenze hängen, etwa weil eine Tollwutinfektion bei dem Tier nicht auszuschliessen ist. Jeder Fall bedeutet Leid für das Tier, den Besitzer oder die Besitzerin und auch Umtriebe für die Behörden.

Die Regelungen der einzelnen Länder sind vielfältig. Im Zentrum steht bei tollwutfreien Ländern wie der Schweiz der Schutz vor Tollwut. Reisende müssen deshalb den Tollwutstatus des Reiselandes kennen. Erkrankten in dem Land auch Hunde, Katzen und Menschen an Tollwut, so spricht man von „ur-

baner Tollwut“. Dazu gehören etwa die meisten der neuen EU-Mitgliedsländer. Bei Reisen in solche Destinationen sind besondere Vorkehrungen nötig und für die Rückreise in die Schweiz ist eine Bewilligung des BVET zwingend. Die aktuelle Liste der Tollwutländer ist im Internet unter www.bvet.admin.ch zu finden.

Die Broschüre kann elektronisch von der Website

www.bvet.admin.ch heruntergeladen werden: Gedruckt ist sie bei Tierärzten und Tierärztinnen, bei Reisebüros, Bahnhöfen, Flughäfen und im Heimtier-Fachhandel erhältlich. Sie kann zudem schriftlich beim BVET gegen Einsendung eines adressierten und ausreichend frankierten C5-Couverts bestellt werden unter: Bundesamt für Veterinärwesen, Stichwort Reisebroschüre, Postfach, 3003 Bern.



Bio-metrischer Pass

Wer nach dem 26. Oktober 2005 ohne Visum in die USA will, braucht einen vor diesem Datum ausgestellten Pass

Bern, 13.04.05. Die Schweiz unternimmt bei der Einführung eines biometrischen Passes keinen Alleingang. Sie stimmt ihr Vorgehen mit jenem der Staaten der Europäischen Union (EU) ab. Dies hat der Bundesrat beschlossen. Erste biometrische Schweizer Pässe sollen demnach frühestens ab dem 1. September 2006 ausgestellt werden. Ungeachtet des Einführungstermins gilt: Wer in die USA reist, kann dies gemäss den US-Bestimmungen ohne biometrischen Pass und ohne Visum tun, wenn er einen Schweizer Pass vom Modell 03 besitzt, dessen Ausstelldatum vor dem 26. Oktober 2005 liegt. Wer den Pass 03 will, sollte ihn möglichst bald bestellen, damit er noch rechtzeitig ausgestellt werden kann.

Der Start des Pilotprojektes zur Einführung eines biometrischen Schweizer Passes war ursprünglich für Ende 2005 geplant. Der Bundesrat hatte diesen Termin im September 2004 aufgrund der damaligen Ausgangslage beschlossen. Am 28. Februar 2005 fiel jedoch die EU-Kommission Beschlüsse, die eine Überprüfung des Schweizer Zeitplans nötig machten. Die EU-Kommission beschloss technische Normen für Daten- und Fälschungssicherheit, die über die bis dahin bekannten internationalen

Standards hinausgehen. Der biometrische EU-Pass wird deshalb ab Ende August 2006 eingeführt.

Der Bundesrat beschloss in seiner heutigen Sitzung nun, den Einführungstermin frühestens auf den 1. September 2006 zu verschieben und die internationalen Entwicklungen auf diesem Gebiet weiterhin genau zu verfolgen. Im Falle, dass entweder die EU oder allenfalls auch die USA neue Vorgaben erlassen sollten, z. B. in Bezug auf die genannten Termine, kann nicht ausgeschlossen werden, dass der Zeitplan und der Einführungszeitpunkt erneut angepasst werden müssen.

Den aktuellen Pass 03 möglichst bald bestellen

Die Verschiebung der Einführung des biometrischen Schweizer Passes hat Konse-

quenzen für Schweizerinnen und Schweizer, die in der Zeit vom 26. Oktober 2005 bis zum 1. September 2006 im Rahmen des so genannten «Visa-Waiver-Programms» ohne Visum in oder durch die USA reisen wollen: Sie müssen jetzt sicherstellen, dass sie dann im Besitz eines Passes vom Modell 03 sind, der vor dem 26. Oktober 2005 ausgestellt wurde.

Schweizer Pässe vom Modell 03, die vor dem 26. Oktober 2005 ausgestellt werden, werden gemäss den Bestimmungen der USA nämlich auch nach dem 26. Oktober 2005 für eine visumsfreie Reise in oder durch die USA akzeptiert. Wer den Pass 03 will, sollte ihn möglichst bald in seiner Wohnsitzgemeinde bestellen - spätestens aber bis Mitte September, damit der Pass noch vor dem 26. Oktober 2005 ausgestellt werden kann.

Hotline beim Bundesamt für Polizei
Fragen rund um den Pass beantworten Spezialistinnen und Spezialisten des Bundesamtes für Polizei von Montag bis Freitag zwischen 09.00 und 12.00 sowie zwischen 14.00 und 17.00 Uhr unter der Gratis-Nummer 0800 820 008. Alle wichtigen Informationen zum Thema sind zudem im Internet unter www.fedpol.ch/d/brennpunkt/ zu finden.

Weitere Auskünfte:
Guido Balmer, Mediendienst fedpol, Tel. 031 324 13 91

Reise in und durch die USA: Was braucht es?
Die folgende Tabelle gibt einen Überblick darüber, mit welchem Modell des Schweizer Passes Sie zu welchem Zeitpunkt für eine Reise in oder durch die USA ein Visum brauchen - oder eben nicht. Diese Angaben gelten für Per-

sonen, die von den erleichterten Einreise-Bestimmungen des «Visa-Waiver-Programms» der USA profitieren können - beispielsweise also für Ferienreisende, die maximal 90 Tage in den USA bleiben wollen, nicht aber für Studierende und Medienschaffende, die zu Berufszwecken einreisen. Verbindliche Auskünfte zu den Einreisebestimmungen erteilen die zuständigen US-Behörden, etwa in der US-Botschaft in Bern (<http://bern.usembassy.gov/>).

Berücksichtigen Sie bitte unsere Inserenten!

bis 26.10.05		ab 26.10.05		ab 01.09.06 (frühester Einführungsstermin für biometrischen Schweizer Pass)	
ohne Visum	mit Visum	ohne Visum	mit Visum	ohne Visum	mit Visum
Pass 03	Pass 85	Pass 03 (ausgestellt vor 26.10.05)	Pass 03 (ausgestellt am 26.10.05 oder später) Pass 85	Pass 03 (ausgestellt vor 26.10.05) neu Bio-metrischer Pass	Pass 03 (ausgestellt am 26.10.05 oder später) Pass 85

Im Empfangszentrum für Asyl Suchende Kreuzlingen

«Die Leute klammern sich an aussichtslose Hoffnungen»

Kürzere Verfahren, Fürsorgeausschluss, mehr Entscheide direkt an den Empfangszentren: Die Änderungen im Asylgesetz stellen sowohl die Empfangszentren als auch die Hilfswerke vor neue Herausforderungen.

Text: Petra Ivanov
Fotos: Elisabeth Real

Das Empfangszentrum Kreuzlingen ist ein hochmoderner Bau mit lichtdurchfluteten Räumen und viel Glas. 300 Betten warten auf Asyl Suchende aus aller Welt. Sie kommen mit der Hoffnung, ihr Ziel erreicht zu haben. Die meisten werden erfahren, dass die Schweiz bestenfalls eine Zwischenstation oder der Anfang des Weges zurück in die Heimat ist. Von den 19 157 behandelten Gesuchen im Jahr 2004 führte nur jeder dritte Entscheid zu Asyl oder zu einer vorläufigen Aufnahme.

Nichteintretensentscheid heisst keine Fürsorge

Die Flucht von Ali begann im Alter von einem Jahr. Mit seinen Eltern und Geschwistern floh er vor dem Bürgerkrieg in Somalia. In Jemen fand die Familie ein neues Zuhause. Ali ging in Aden zur Schule und arbeitete als Zeitungsverkäufer auf dem Markt. Sein Leben verlief ruhig, bis zur Hochzeit eines Kollegen. Zur Feier des Tages wurde willkürlich in die Luft geschossen. Eine Kugel traf den Bruder des Bräutigams und verletzte ihn tödlich. Ali wurde beschuldigt, der Schütze gewesen zu sein. Er streitet es ab. Bis zur Gerichtsverhandlung befand er sich auf freiem Fuss. Doch die Angehörigen des Bräutigams schworen Rache. Aus Angst verkaufte Alis Familie ihr Haus in Aden und zog weg. Mit Hilfe eines Nach-

barn flüchtete der junge Somali auf dem Luftweg mit einem jemenitischen Pass nach Rom. Von dort aus ging die Reise weiter in die Schweiz. In Kreuzlingen stellte er ein Asylgesuch. Dazu reichte er eine somalische Identitätskarte ein. Auf sein Gesuch wurde nicht eingetreten. «Der Gesuchsteller ist (...) als papierlos zu betrachten», begründet das Bundesamt für Migration (BFM) den Nichteintretensentscheid (NEE). Die Erklärung: In Somalia bestehe aufgrund «des Bürgerkriegs und der chaotischen Zustände, die seit 1991 andauern, keine funktionierende Verwaltung». Somit könnten keine Pässe und Identitätskarten ausgestellt werden, schreibt das BFM. Papierlosigkeit ist ein Grund, ein Asylgesuch gar nicht erst zu prüfen. Egal, welche Geschichte sich dahinter verbirgt. Ali hatte fünf Tage Zeit, gegen diesen Entscheid Rekurs einzulegen.

JuristInnen und Freiwilligen zu verdanken, die trotz Zeitmangel qualitativ gute Arbeit leisten. «Oft komme ich nicht vor halb acht nach Hause», sagt Vögeli. Doch wenn sie erzählt, dass sie in den letzten zehn Tagen vier Beschwerden gewonnen hat, leuchten ihre Augen. Die Änderungen im Asylgesetz fordern alle Beteiligten heraus. Ein Nichteintretensentscheid bedeutet seit 1. April 2004, dass der betreffende Asyl Suchende von der Fürsorge ausgeschlossen wird und die Schweiz umgehend zu verlassen hat. Er hat lediglich das verfassungsmässige Recht auf Nothilfe. Mit einer Tageskarte der SBB und dem Rat, nach Hause zu gehen, verlässt er die Empfangsstelle. Wohin, ist unklar. Gemäss Vögeli tauchen viele unter.

«Die Behörden spielen mit uns Schach»

«Diese Palästinenserin hat vier Kinder!», empört sich Achmed. Der Libanese zeigt auf eine junge Frau, die das Geschehen um sie herum schweigend beobachtet. «Sie ist Witwe, ihr Mann wurde im Libanon erschossen.» Er versteht nicht, warum sie zurück muss. «Sie hat sogar angeboten, freiwillig die Schweiz zu verlassen, wenn nur ihre Kinder bleiben können.» Die Palästinenserin nickt. Achmed: «Die Behörden spielen mit uns Schach.» Marc Elsaesser, Leiter der Empfangsstelle, versteht den Ärger der Asyl Suchenden. Trotzdem ist er der Meinung, dass die Verschärfungen notwendig sind. «Die Qualität der Bearbeitung leidet nicht. Die Verfahren werden kürzer, dadurch aber auch menschlicher», ist er überzeugt. «Es ist doch nicht fair, wenn ein Asyl Suchender jahrelang in der Schweiz lebt, bereits integriert ist, und dann erfahren muss, dass der Entscheid negativ ausfällt.» Das Problem sieht er vielmehr darin, dass das Asylgesetz allgemein auf die Migration angewendet wird. Das biete ein Schlupfloch für diejenigen, die auf Arbeitssuche in die Schweiz reisen.

Jeannette Vögeli teilt Elsaessers Ansicht, dass kürzere Verfahren menschlicher sind. Doch sie sieht auch Gefahren: «Wir kommen in vierzig bis sechzig Prozent der Fälle mit unseren Beschwerden durch. Das ist ein Zeichen dafür, dass die Gesuche nicht immer sorgfältig genug geprüft werden.»



«Die Verfahren werden kürzer, dadurch aber auch menschlicher.» Marc Elsaesser, Leiter des Empfangszentrums Kreuzlingen

Auch Alis Rekurs wurde gutgeheissen. Statt eine Tageskarte erhielt er die Nachricht, dass auf sein Gesuch eingetreten wird. Das heisst nicht, dass er einen positiven Asylentscheid erwarten darf. Aber seine Fluchtgründe werden geprüft, seine Papiere genau untersucht. Dass er zuerst einen NEE erhalten hat, ist für Vögeli ein Musterbeispiel dafür, dass durch die Verschärfungen das Recht auf der Strecke bleiben kann. «Der Asyl Suchende hat eine Identitätskarte vorgelegt und trotzdem wurde ihm Papierlosigkeit vorgeworfen. Das BFM hat nur Mutmassungen über die mögliche Herkunft des Dokuments angestellt. Die Echtheit wurde nicht genau geprüft.» Die Asylrekurskommission war auch dieser Auffassung. Sie unterstrich sogar, dass das Vorgehen des BFM widersinnig und willkürlich sei, «indem ein Nichteintretensentscheid deshalb gefällt wurde, weil der Asylbewerber ein Dokument vorgelegt hat». «Alle sind daran interessiert, dass Asylverfahren fair sind», sagt Elsaesser. Er schreitet durch die hellen Gänge der Empfangsstelle. Ein Flüchtling aus dem Irak kommt auf ihn zu. «Warum bin ich immer noch hier?», fragt er verzweifelt. Drei Monate warte er nun schon, ohne zu wissen, was der nächste Tag bringt. «Wie ist Ihre Nummer?», fragt Elsaesser. Der Iraki zeigt sie ihm. «Die Amerikaner sind schuld», klagt er. Elsaesser lächelt einem Jungen zu, der zu Füssen eines SecuritasWächters spielt. «Die Dolmetscher sind scheisse, sie übersetzen falsch», flucht ein Palästinenser. Die Dolmetscherin sei eine Jüdin

aus Tunesien, sie sei nicht neutral. Elsaesser notiert seine Nummer und geht mit zackigen Schritten weiter.

«Die Stimmung ist aggressiver geworden», gibt Vögeli zu. «Ich sehe Leute, die sich an aussichtslose Hoffnungen klammern.» Sie versucht, diesen Menschen zu erklären, dass ihr Leid in der Schweiz vermutlich grösser als in der Heimat wäre. «Die meisten verstehen das nicht.» Die Gespräche sind belastend, oft lassen die Menschen bei ihr Dampf ab. Sie versucht, sachlich zu bleiben. «Nach den Beratungen wissen sie zumindest, wo sie stehen.»

Sami hat einen Zeitungsausschnitt in der Hand. Darauf ist ein Sarg abgebildet. «Ich habe im Krieg auf der Seite der FARK gekämpft», sagt der Familienvater aus dem Kosovo. «Die UNMIK kann uns nicht schützen. Sehen Sie, das war ein Kollege von mir!» Er zeigt auf den Sarg. «Auch mich werden sie erschliessen, aber hier glaubt mir niemand.» Er hat Angst um seine drei Kinder, die sich versteckt halten. «Ich habe Verwandte hier. Sie würden alles für mich bezahlen. Ich koste die Schweiz nichts. Warum darf ich nicht bleiben?»



«Die Gesuche werden nicht immer sorgfältig genug geprüft.» Jeannette Vögeli, Juristin bei der Thurgauer Beratungsstelle für Asylsuchende

Kinder brauchen Frieden.
Ihre Spende hilft.

HEKS 
Hilfswerk der Evangelischen Kirchen Schweiz

www.heks.ch, Telefon 01 361 66 00
PC 80-1115-1 © 2005 HEKS

5 Jahre

REGIONALZEITUNG RUNDSCHAU

mit Jubiläums
Leserreise
(Siehe Seite 16)

DIE REGIONALZEITUNG IN 8 REGIONEN DER SCHWEIZ



Von der Druckplatte bis zur Auslieferung



Auf den Bildschirmen wird der Status der Rundschau Zeitung überwacht und kontrolliert.



Die fertigen Druckplatten werden nach dem entsprechenden Produkt sortiert und für den Druck bereitgestellt.



Die Papierrollen werden aus dem Rollenlager an die Druckmaschine gebracht.



Vorbereitung der Papierrolle zum Einlegen in die Druckmaschine.



Die verschickten Druckplatten werden auf den Platzspindeln gespannt.



Steuerpult der Druckmaschine. Von dieser Station aus wird die ganze Maschine gesteuert.



Die Druckplatten können zum ersten Mal mit Farbe in Berührung.



Die Papierbahn schlingt sich durch die Maschine.



Die Papierbahn wird auf die andere Seite gewandt.



An Falzblech bekornt die Zeitung den Längsfalz.



An der Falzstange verlässt die gedruckte Zeitung die Druckmaschine.



Für die ständige Qualitätskontrolle werden einzelne Exemplare gezogen.



Die gedruckten Produkte werden über die Fördereinlage in die Spedition transportiert.

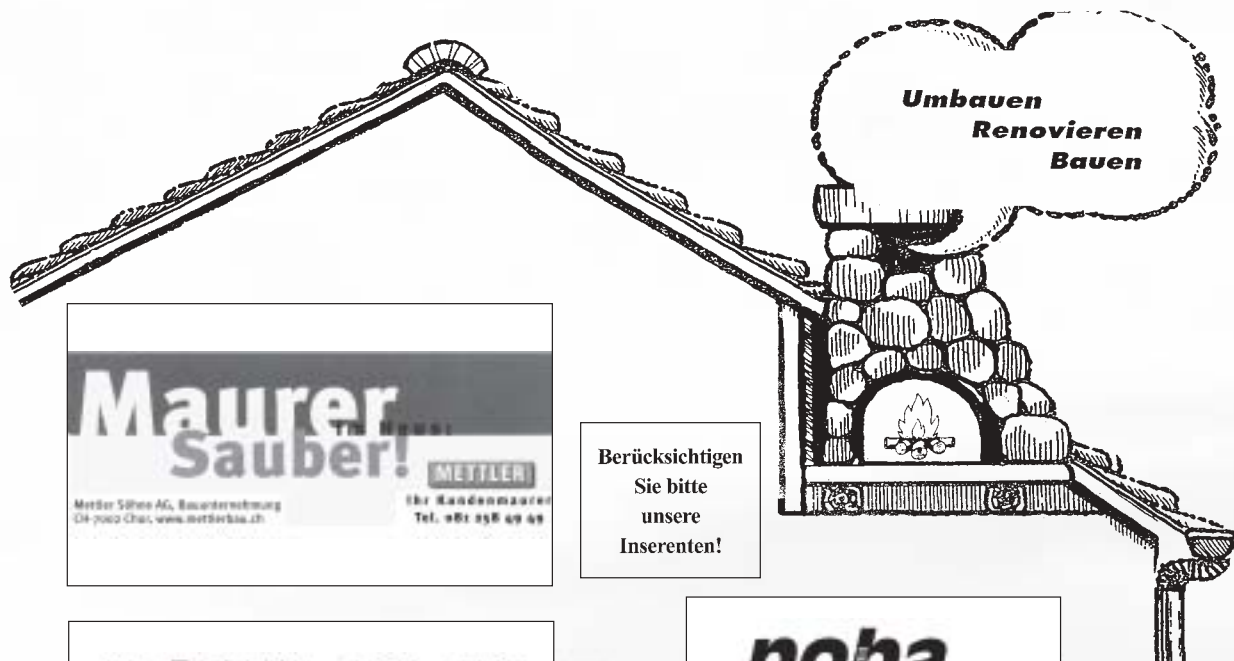


Die Rotproduktion wird zur späteren Verwendung aufgewickelt.



Die gebündelten Zeitungen werden gewickelt...

REGIONALZEITUNG
RUNDSCHAU



**Maurer
Sauber!** **METTLER**

Mettler Silvio AG, Baunternehmung
CH-7000 Chur, www.mettler.ch

für Kundenmaurer
Tel. 081 257 49 49

Berücksichtigen
Sie bitte
unsere
Inserenten!

Werner Kunfermann Bodenbeläge

Bodenbeläge
Teppiche
Parkett
Laminat
Linoleum

35 JAHRE

Telefon: 081 257 00 57
Mobil: 079 682 93 00 / 079 429 03 10
Fax: 081 257 00 56

Grünbergstrasse 8
7000 Chur
www.wernerkunfermann.ch

poba
bodenbeläge

Inhaber Andreas Bardi
Gürtelstrasse 57, 7000 Chur
Telefon 081 294 76 31, Fax 081 294 74 19

- Sportteppiche
- Parkett
- PVC-Beläge
- Laminat

Neon Conzett
Inhaber eidg.konzessioniert
Guenat Jean-Claude
Süsswinklgasse 10 7000 Chur

Leuchtschriften, Leuchtkästen, Service, Unterhalt
Ihre Idee – unsere Beratung
gemeinsam Planen und Ausführen.

Wir haben eine neue Telefonnummer **079 231 74 62**
Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

zu Verkaufen:

Bucher KT 10
mit Zapfwellenanhängern und Brücke
(guter Zustand - Betriebsbereit)

Grunder UG 10
mit Triebachsanhänger
2 - Takt Dieselmotor, Motor total revidiert
(sehr guter Zustand. Betriebsbereit)

Bernhard Jenke AG
Maschinen- und Zylinderblockwerk
Werkstrasse 5, 9070 Fink
Tel. 082 871 43 43
Internet: www.bjg.ch
E-Mail: verkauf@jenke-ag.ch

Enrico Schrepfer

Enrico Schrepfer
Rheinstrasse 150
7000 Chur

Telefon 081 356 64 00
Mobile 079 313 06 06
Fax 081 356 64 01
enrico@schrepfer.ch

Neuz: 25 h-Service

Sanitär Lüftung Heizung Spritzmalerei Bitzmalerei Malerarbeiten GIBB-Abwärmern Luftwärmepumpe Fachbetriebe

Fluss Polmatra, 7000 Arona, Tel. 081 377 32 13, 51 Leonhard, 7310 Bad Riggis, Tel. 081 262 79 71

Hier würde
auch **IHR**
INSERTAT
gelesen!

DEMA
FENSTERBAU

Fenstersysteme aus Holz, Holz-Metall und PVC
Wir beraten Sie gerne in unserer Ausstellung.

DEMA AG, 7402 Bonaduz
Tel. 081 641 12 36
Fax 081 641 27 53
info@demafenster.ch

Weltneuheit in der Sonnenstoren- Automatisierung

SOMFY hat mit zwei neuen, innovativen Funkantrieben die Sonnenstoren-Automatisierung entscheidend revolutioniert. Die Sonnen- und Wind-funktionen sind jetzt neu bereits im Motor integriert. Die Antriebe reagieren auf Funksignale, welche durch den Wind- und Sonnensensor oder die Fernbedienung ausgelöst werden.

SOMFY garantiert mit diesen Neuheiten höchsten Qualitätsstandard, Komfort und Sicherheit so wie weitere überzeugende Vorteile. Zum Beispiel: bis 15% günstiger als das Vorgängermodell, geringer Montageaufwand, Programmierung durch Handsender, elegantes Design. Ideal auch für den nachträglichen Einbau. Ob Sonne oder Schatten – The must to comfort- gibt es vom Marktleader mit Wertschöpfung und Design zum Spartenif. Übrigens: SOMFY bietet auch

Lösungen für die Automatisierung von Rollläden und Garagetoren an.



FACHGESCHÄFT FÜR KLASSISCHE MUSIK

classico!

Classico 466 Gröbli - Usterer Gasse 26 - CH-7000 Chur
 Telefon 081 250 76 75 - Telefax 081 250 76 74 - classico_joerg@bluewin.ch

RUNDSCHAU

ein **sehr guter rat**

Ronald Schaich 079 6930024
 schaich@hispeed.ch

Klein- und Viehtransporte sowie Aushilfen aller Art.

Anton Hunger
 Natel 079 608 42 86
 Safien Platz

DST - Fischer GmbH

Fahr- und Motorradwerkstatt

Kart Ersatzteile und Reparaturen

Rheinstrasse 209
 7000 Chur
 Natel 076 323 23 92

Hier würde auch **IHR INSERT** gelesen!

Zylinderschleifwerk Götti

Burgstrasse 106a, 9013 St.Gallen
 Telefon 071 277 27 17, Fax 071 277 46 61
 www.baumot.ch www.goetti-motoren.ch

Motorrevisionen aller Marken seit über 75 Jahren.

Fragen Sie uns an, vielleicht können wir Ihnen weiterhelfen.

Kramer's Kaffeecenter

Haushaltgeräte
 Service ... Verkauf ... Vermietung

Reparaturen aller Kaffeemaschinen
24h-Hotline unter Telefon 079 610 53 51
 Salvatorestrasse 33, 7000 Chur
 Telefon Geschäft 081 253 71 77

ECO PLAN

Babywindeln z.B. Molltex Öko
 Inkontinenz Produkte
 Hygiene für Haushalt + Gewerbe
 7148 Bredeligen, 281 941 10 83

CARROSSERIE CARAVANS

M. Jörg

Churenstrasse 19
 7013 Domat/Ems
 Telefon 081 633 13 10
 www.wohnwagen-joerg.ch
 info@wohnwagen-joerg.ch

Der Ballenberg im Schafspelz.

Geschickt eingefädelt: Das Thema Textilien zieht sich wie ein roter Faden durch die Saison 2005. Dabei zupfen wir monatlich ein anderes Spezialthema heraus: aktuell das Thema Wolle. Später im Jahr beschäftigen wir uns dann mit der Baumwolle, der Seide, dem Waschen und Flecken und dem Thema Flachs.

Auch Stoff zum Rätseln und Sinnieren haben wir dieses Jahr im Programm: im Textilkviz auf www.ballenberg.ch. Teilnehmen und gewinnen! Wir verlosen viele schöne Preise.

Reine Schurwolle

Erleben Sie eine Schafschur wie zu Gotthelfs Zeiten! Wir



scheren in der Veranstaltungswoche vom 2. bis 8. Mai täglich zwei Schafe aus der Ballenberger Herde – mit der Handschere und viel Finger-spitzengefühl.



Auf dem Ballenberg laufen die Spinnräder heiss: Vom 4. bis 8. Mai treffen sich Spinnerinnen und Spinner aus der ganzen Schweiz zu einer geselligen Spinnete.



Wir widmen die ganze Saison 2005 dem Thema Textilien. Bis Ende Mai führen wir täglich drei, vier Textilhandwerke vor, die mit Wolle zu tun haben: vom Spinnen und Weben übers Sticken und Stricken bis zum Färben und Filzen.



Filzen Sie? Kinder und Erwachsene dürfen die Technik des Filzens gegen einen Unkostenbeitrag selber ausprobieren und ihr Filzwerk nach Hause nehmen.



Brockmann-Jersch, Schweizer Volksleben, Rentsch.

100 Häuser

Achtung Stufe! Kopf einziehen! 100 Bauernhäuser aus allen Teilen der Schweiz öffnen für Sie Tür und Tor. Entdecken Sie in den Stuben und Kammern, Küchen und Werkstätten, wie unsere Vorfahren gelebt und gearbeitet haben.



Alle unsere Häuser, Sennhütten und Speicher sind Originale, die Stein um Stein und Balken um Balken auf dem Ballenberg wieder aufgebaut wurden.

Unser grösstes Bauwerk liegt am sonnigen Südhang: der Gutshof von Novazzano. Das imposante Gebäude mit seinem prächtigen Innenhof empfängt Sie auch an kühlen Frühlingstagen mit viel Wärme und gemütlichen Sitzplätzen. Hier geniessen Sie ab dem

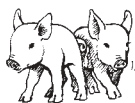


1. Mai wieder die feinen Tessiner Spezialitäten unserer Osteria.



Bauernhoftiere

Kein Tierpark oder Zoo in der Schweiz zeigt mehr einheimische Bauernhoftiere als das Freilichtmuseum Ballenberg. Unsere muntere Schar reicht von Pferden und Eseln bis zu Schafen und Truthähnen, Tauben und Honigbienen.



Jöh! Kommen und schauen Sie, wie unsere herzigen Säuli die Frühlingstage mit Spielen, Suhlen und Schlafen verbringen. Oder was für Lebensgeister in übermütigen Zicklein stecken, die



Bocksprünge üben oder die Muttergeiss um Milch anstupfen.

Den Hund dürfen Sie übrigens mitbringen. Er darf gratis herein und Sie im ganzen Museums Gelände begleiten, muss aber aus Rücksicht auf die Bauernhoftiere immer an der kurzen Leine bleiben.

Speis und Trank

So ein Museumstag im Freien kann ganz schön hungrig machen. Zwei historische Gasthäuser im Gelände und ein moderner Gasthof vor dem Osteingang sorgen darum für das leibliche Wohl.

Unsere Speisekarten überraschen mit pffiffigen bis währschafften Gaumenfreuden. Beachten Sie das günstige Tagesmenü sowie den Monatshit im Mai: sämige Bärlauchsuppe, Rindfleischwürfeli auf Spargeln und Frühlingkartoffeln und eine halbgelieferte Erfrischung aus Erdbeeren und Rhabarber.



Wer's süsser mag, der schnuppere in der Chocolaterie du Ballenberg! Hier schmeckt die Schoggi noch wie früher. Wer kann einer Tafel hausgemachter Schokolade oder einem cremig gefüllten Ballenbergerli widerstehen? Oder dem feinen Duft gebrannter Mandeln?



Wichtige Infos

Der Ballenberg ist täglich von 10 bis 17 Uhr für Sie offen.

Ein Ballenberg-Tag mit der ganzen Familie (Eltern und deren Kinder bis 16 Jahren) schlägt mit einem Eintrittsgeld von bescheidenen Fr. 35.– zu Buche. Einzeln kosten die 1-Tages-Pässe für Erwachsene Fr. 16.– und für Kinder von 6 bis 16 Jahren die Hälfte.



Wir wär's mit einem Maibummel auf den Ballenberg? Gruppen ab 10 Personen profitieren von ermässigten Eintrittspreisen.



Wenn Sie von Interlaken her anreisen, biegen Sie in Brienz zum Westeingang ab. Bei der Anreise über den Brünigpass oder von Meiringen her zweigen Sie auf der Brünigstrasse zum Osteingang ab. Sie parkieren gratis.

Ost- wie Westeingang sind ebenfalls mit öffentlichen Verkehrsmitteln erschlossen (Bus ab Brienz und ab Brünigpass).

Infos zu sämtlichen Veranstaltungen und Handwerksvorführungen finden Sie unter www.ballenberg.ch.

Zwei Sonntage zum Vormerken: 22. Mai, Jodlertreffen Brienz-Oberhasli. 29. Mai, Bauernhoftiertag.

Nutzen Sie das Angebot auf www.railaway.ch!



RailAway

Heizen mit Holz ist nicht teuer
gemütlich ist es am Cheminéefeuer

Zu verkauften Buchenholz-Cheminéholz
Grosse und kleine Mengen.
Kann franco geliefert werden
Tel. 079 352 21 24

Johann Köhne
Langries 1
7317 Veeën

Fahrschule
BLUMENTHAL

Ilanz / Chur
079 605 39 29

VKU + Vorbereitungskurse
für die Theorieprüfung
Freitag, 18.30 bis 20.30 Uhr
in Ilanz + Chur
www.fahrschule-blumenthal.ch



CALORISCHER'S
Schellen- und Schokolade Shop

Werkweg 11, 7000 Chur
7000 Chur
Telefon / Fax 081 250 58 33
Mobile 079 399 04 72

Gastronomie

BAHNHOFBUFFET REICHENAU



- Günstige Tagesmenüs
- Kleiner Saal für 25 Personen
 - Vereinsanlässe
 - Sitzungen

Vreni/Mirzeta/Maria
7015 Reichenau
Tel. 081 641 11 75

Gastronomie

Gehen Sie doch mal auswärts essen!



Ein kleiner Eindruck.

RUNDSCHAU
Ronald Schleich 079 6930024
schleich@hispeed.ch

Quadra *Gasthof* 7133 Obersaxen Affeier

Kulturherbst

Saisoneröffnung am 8. Oktober 2005

Unsere Gästen bieten wir ein abwechslungsreiches Programm.
Sei es ein *Makrès* für Erwachsene oder Kinder, *Bilderausstellung* oder eine *Buchvorlesung* mit einem feinen Nachtessen.

Geniessen Sie unsere *Hausspezialität Charbonade mit Wildfleisch oder Fleisch vom Rind*

Gerne bedienen wir Sie
im Quadra Beizli
mit dem Besten aus Küche und Keller

Öffnungszeiten:
Ruhetage: *Montag und Dienstag*
Mittwoch - Sonntag 12.00 - 22.00 Uhr geöffnet

E. und G. Caduff und Mitarbeiter freuen sich auf Ihren Besuch
Telefon 081 933 22 58 Fax 081 936 11 04
www.quadra-obersaxen.ch
Email: pension@quadra-obersaxen.ch

Hirsch-Entrecôtes mit Pflaumen

ZUTATEN: für 4 Personen

- 4 Hirsch-Entrecôtes, von Ihrem Metzgermeister rund 1,5cm dick geschnitten
- 2 El Speisefettcrème "Le Maître Boucher"
- 2 dl Bratensauce oder Bouillon
- 30 g kalte Butter, in Würfel geschnitten
- 150 bis 200 g getrocknete Pflaumen
- Je 1 dl Rotwein und Wasser
- Pfefferkörner, Lorbeerblatt, Nelken
- Salz, Pfeffer, etwas Chilipulver

ZUBEREITUNG

1. Pflaumen 3 bis 4 Stunden in einer Mischung aus Rotwein, Wasser und Gewürzen marinieren.
2. Hirsch-Entrecôtes trockentupfen, 4 bis 5 Min. in Fett so braten, dass sie innen noch rosa sind. Auf vorgewärmte Platte geben und zudecken.
3. Bratensatz mit dem Pflaumen-Einweichwasser ab löschen, Bratensauce oder Bouillon zugeben, zur Hälfte eindämpfen.
4. Sauce abschmecken. Kalte Butter mit Schwingbesen unterrühren. Pflaumen zugeben und erwärmen, ohne die Sauce zum Kochen zu bringen. Zu den Hirsch-Entrecôtes geben. Nach Belieben mit Spätzli und Rotkraut servieren.

Der Trüffel, die edle Erdfrucht ist ein wahrer unterirdischer Schatz. Mit seinem intensiven Duft und eigenartigen Geschmack gehört er zu den geheimnisvollsten Phänomenen der Pflanzenwelt.

Die Entwicklung des Trüffels setzt besondere Bedingungen voraus: er liebt die Trockenheit nicht und bedarf bestimmter Salze, er zieht die ton- und kalkhaltigen Böden des Monferrato und der Gegend um Alba vor, in denen auch Silizium vorkommt.

Trüffel bilden sich in Symbiose mit einigen Baumarten: Eiche, Pappel, Linde, Weide. Der Baum, unter dem er wächst, kann in bezug auf die Feinheit und Intensität seines Aromas eine entscheidende Rolle spielen. Der edelste Trüffel ist der Eichenrüffel. Er besitzt eine ziemlich dunkle Farbe und Knollenform, ausserdem hat er ein höheres spezifisches Gewicht und kommt in kompakten Böden vor. Der unter einer Pappel wachsende Trüffel ist runder und weisser und kommt in leichten, lockeren Böden vor.

Er befindet sich normalerweise in 10 - 35 cm Tiefe. Es gibt über 100 verschiedene Trüffelsorten.



Was ist Swingolf ?

RUNDSCHAU ZEITUNG
von J. Bruppacher

"Swingolf", die neueste Trendsportart, oftmals auch als kleine Schwester des Golfspiels bezeichnet, erfreut sich vor allem in der Schweiz immer größerer Beliebtheit. Im Gegensatz zum klassischen Golf müssen Hobbysportler kein Handicap nachweisen, und auch die teure Clubmitgliedschaft entfällt. Die Bewegungen sind zwar identisch, jedoch sind die Swingolf-Spielregeln wesentlich einfacher als beim klassischen Grünen Sport. Gespielt wird mit einem dreiseitigen Universalschläger, der es den Sportlern ermöglicht den Ball aus jeder Lage zu schlagen. Die Ausrüstung kann direkt bei den Anlagen gemietet werden

Swin ist eine von alten bäuerlichen Spielen abgeleitete Erfindung aus Frankreich. 1982 entwickelte Laurent de Vilmoren den Swing-Schläger und den Swin-Ball für die Golfspieler, die ihren Sport auch auf rustikale Terrain ausüben wollten. Das Patent wurde angemeldet und sehr rasch zeigten gerade Nichtgolfer für diese neue Idee großes Interesse und gründeten, ähnlich wie beim Golf, aber mit kleineren Flächen und geringeren Kosten.



Das Spiel ist leicht erlernbar!

Swin-Golf ist ein Sport für alle, zwar mit dem gleichen Spielprinzip wie Golf, es hebt sich aber gegenüber dem traditionellen Golf durch viele Merkmale ab:- gespielt werden kann sofort, ohne schwierige und lange Lernphasen.- man spielt nur mit einem dreiseitigen Schläger, anstatt einem ganzen Schläger-Set.

- die Bälle sind ungefährlicher, da sie weicher sind.

- die Preise beim Swin-Golf sind um ein vielfaches günstiger. Swin-Golf wird im Prinzip wie Golf gespielt. Allerdings ist das Spiel viel leichter zu erlernen. Nach einer kurzen Einführung kann jeder sofort mitspielen. Die Bewegung beim Abschlag ist genau dieselbe wie beim Golfspiel.

Das Spielmaterial

besteht aus einem dreiseitigen Universalschläger, der es ermöglicht, den Ball aus jeder Lage heraus zu spielen. Das Tragen einer schweren und teuren Golfausrüstung ist deshalb nicht erforderlich. Die Bewegung, der Swing, ist die gleiche wie beim Golf und lässt es zu, den Ball bis zu 100 m weit zu spielen. Der Swin-Ball hat das gleiche Gewicht wie beim Golfball, ist jedoch etwas größer und aus weichem Gummi. Er ist dadurch für Diejenigen ungefährlich, die damit versehentlich getroffen werden.

Spielregeln

- Ziel des Spielers ist es, mit möglichst wenigen Schlägen die neun Spielbahnen zu bewältigen.



- Gespielt wird immer vom Abschlagpunkt zur Fahne hin.

- Gewonnen hat der Spieler mit der niedrigsten Summe an Schlägen für alle Bahnen. Doppelte Freude wer unter der Soll-Zahl (Par) bleibt.

- Gespielt wird abwechselnd. Wer am weitesten von der Fahne entfernt ist, spielt als nächster. (Evtl. auch mehrere Schläge - bis ein anderer Ball weiter von der Fahne entfernt ist.)

- Wird ein Ball in nicht bespielbares Gelände (z. B. unter Büsche) geschlagen, darf der Spieler den Ball auf das Gras zurück legen, jedoch nicht näher an das Green heran. Zusätzlich ist ein Strafschlag zu den für die Bahn benötigten Schlägen hinzuzudaddieren.

- Alle Mitspieler halten immer einen ausreichenden Abstand zu den anderen auf dem Platz befindlichen Spielgruppen ein!

Platzregeln

- Vor einem Schlag muss sich jeder Spieler vergewissern dass sich keine Person in seiner Spielbahn befindet oder in der unmittelbaren Nähe hinter ihm steht.

- Die Spielreihenfolge ist einzuhalten ohne bestimmte Spieler den Vorzug zu geben.

- Die Spieler dürfen sich keinesfalls gegenseitig behindern oder gefährden.

- Mit dem Schläger herausgerissene Grasbüschel sind, soweit möglich, wieder einzusetzen und festzutreten! Die Pflanzungen sind schonend zu behandeln.

- Die umliegenden Landwirtschaftsflächen nicht beschädigen.

- Müll und andere Gegenstände dürfen nicht weggeworfen bzw. liegengelassen werden!

- Das Spielen erfolgt auf eigene Gefahr!

Swingolf ist ein Spiel für die ganze Familie.

Geschenk Ecke
GRAVINO
Brigitte Vesti Porta Sura 5, 7130 Ilanz
Glasgravuren Tel./Fax 081 925 31 11
www.gravino.ilanz.ch info@gravino-ilanz.ch

italia werkstatt
Übersetzungen & Dolmetscherei
mit Ausland, Reise, IT, 7019 Tübingen
Telefon 081 630 29 15/16
Fax 081 630 29 18
Übersetzungen: Handel, Wirtschaft, Technik, Bauwesen
Dolmetscherei: diplomatische, Konferenz
Handelskorrespondenz, Anwesenheit
italia.werkstatt@compton.ch

Ayurveda-Ressorts im Test

«Lotus Villa»

Ahungatta:

Klientel eher ältere, gebrechliche und chronisch kranke Menschen sowie Behinderte. Die Betreuung ist ausgezeichnet. Die Lage traumhaft. Das Management, die Therapeuten und Betreuer sind sehr professionell und zuvorkommend. Verständigung in Deutsch geht gut.

«Lanka Princess»

Beruwala:

hoher Komfort und Service und mit der Infrastruktur eines guten 4-Stern Hotels. Gemischte Gästestruktur (Badeferien und Kur). Sehr gute Ernährungsdokumentation, zwei ausgezeichnete Buffets und deutsche Gästebetreuung vor Ort.

«Paragon»

Talalla/Unawatuna:

stilvolle Hotelanlage. Eines der ältesten Ayurveda-Ressorts in Sri Lanka. Sehr gute Gästebetreuung durch deutschsprachige Fachpersonen. Hervorragende (Video-)Dokumentation und Information. Viele Deutsche. Sehr gute ärztliche und therapeutische Betreuung. Die Behandlungen finden immer en bloc am Morgen oder am Nachmittag statt. Das gibt Freiraum und ein Optimum beim Relaxen.

«Surya Lanka»

Talpe (Matara):

an guter Lage mit Sandstrand und eigener Bucht. Sparta-nisch eingerichtet. Klösterli-

cher Stil. Eher auf Distanz und Insichgehen ausgerichtet. Schmackhaftes Büffet mit ayurvedischen Köstlichkeiten. In den nur durch Vorhänge abgetrennten Behandlungsräumen geht es zwar sehr professionell zu, aber die Intimität und Atmosphäre geht verloren. Kritik an der Hygiene wurde laut.

«Neptune Ayurveda Villa-ge»

Beruwela:

das neueste Ayurveda-Zentrum in Sri Lanka. Im weitläufigen Garten des beliebten Strandhotels entstand nach den Plänen eines berühmten Architekten ein Ayurveda-Village der besonderen Art mit einem hoch qualifizierten Ärz-

te- und Betreuersteam.

«Barberyn Beach»

Weligama:

an grandioser Lage über dem Indischen Ozean mit traditionellen Ayurveda-Behandlungen, und von den Ärzten täglich individuell überwachte Ernährung. Ein Geheimtipp für Ruhesuchende.

«Ayurveda Kurklinik Maho»

Yapahuwa: staatlich): anerkannte Ayurveda-Klinik im Landesinneren. Abgeschieden, ruhig und in einer wunderschönen Landschaft liegend.

Sommerhitze: richtige Massnahmen zur rechten Zeit

Alle erinnern sich an den Hitzesommer 2003. Auch wenn die Sommerzeit dieses Jahr unter einer zaghaften Sonne begonnen hat, so steht der Sommer erst noch vor der Türe und das Risiko, auch dieses Jahr einige Hitzetage überstehen zu müssen, ist durchaus vorhanden. Hohe Temperaturen stellen aber ein Gesundheits- und Sicherheitsrisiko für die Arbeitenden dar. Damit Sie die Risiken einschätzen und die richtigen Massnahmen zur rechten Zeit treffen können, stehen verschiedene Informationsbroschüren auf unserer Website bereit.

Kann Zähneputzen den Zähnen schaden?

Für jedermann gilt die Regel: «Nach jeder Mahlzeit Zähne mit einer fluoridhaltigen Zahnpaste bürsten». Durch kurzes Zähnebürsten sofort nach der Mahlzeit (am besten nach spätestens 5 Min.) werden zuckerhaltige Speiseresten entfernt, bevor sie von den Plaquebakterien zu Säure vergärt werden. Zudem wird Fluorid auf den Zahnschmelz gebracht. Nach dem Zähnebürsten sollte man ausspucken, aber nicht mit Wasser spülen; so erreicht man einen noch besseren Schutz gegen Karies. Einmal täglich sind die Zähne ausserdem gründlich zu reinigen (Zähnebürsten und gegebenenfalls Reinigung der Zahnzwischenräume),

um die Plaque weitgehend zu entfernen.

Es wird allgemein empfohlen, eine weiche Zahnbürste und eine wenig abrasive (RDA-Wert von höchstens 80), fluoridhaltige Zahn-paste zu benutzen. Horizontale Bürstbewegungen müssen unbedingt vermieden werden. Wer die Zähne mit einer elektrischen Zahnbürste reinigen möchte, tut es am besten mit

einer Zahnbürste, die wippende Bewegungen (auf und ab) durchführt.

Säuren aus Nahrungsmitteln können die Zähne schädigen. Gesichert sind folgende Erkenntnisse:

a) Säuren aus Nahrung (Zitronen, Orangen, Grapefruits) und Getränken können die oberflächigen Schichten des Zahnschmelzes an-

greifen und aufweichen. Einzelne Säureangriffe werden natürlicherweise vom Speichel neutralisiert; dieser Vorgang kann durch Kauen eines zahnfreundlichen Kaugummi unterstützt werden.

b) Häufige Säureangriffe in kurzen Abständen können nicht mehr abgewehrt werden und lösen mit der Zeit den Zahnschmelz auf: Man spricht dann von Erosionen. Wer täglich kiloweise Orangen oder Äpfel verzehrt, ist diesbezüglich gefährdet. Dies umso mehr, wenn nach jedem Konsum von Zitrusfrüchten, Äpfeln, Fruchtsäften und Soft-Drinks unnötigerweise die Zähne gebürstet werden.

Es gilt deswegen folgende, einfache Regel:

Noch dem Verzehr von frischen Früchten, Fruchtsäften und Soft-Drinks ist es nicht nötig, die Zähne zu bürsten. Es genügt, mit Wasser zu spülen und/oder einen zahnfreundlichen Kaugummi zu kauen.



Musik
- Express
Top-Aleinunterhalter
MUSIK für Jung & Alt
Telefon 079 23 050 56

Cellulite ganzheitlich behandeln

Sobald die Temperaturen steigen, folgt für viele Frauen der kritische Blick in den Spiegel. Dellen an Po und Schenkeln an Bauch und Hüfte. Wer kennt das nicht!

Für die Entstehung der Cellulite sind verschiedene Einflussfaktoren zu nennen.

Eine wichtige Rolle spielt der Säure-Basen-Haushalt. Bedingt durch die „moderne“ Ernährungsweise mit hohem Anteil an säurebildenden Nahrungsmitteln wie z.B. Weiss-mehlprodukte, Zucker, mit Medikamenten und Hormonen belastetes Fleisch, sowie ungenügende Flüssigkeitszufuhr, sind zunehmend auch junge Frauen von Bindegewebsproblemen betroffen. Stress und Bewegungsmangel führen dazu, dass das Gewebe

schlechter durchblutet wird und somit eine verminderte Sauerstoffzufuhr erhält, was zu einer schlechteren Fettverbrennung und verminderter Entgiftung des Bindegewebes führt.

In unserem Körper entstehen dauernd saure Stoffwechselabfälle, die über verschiedene Regulationssysteme neutralisiert werden. Bei Übersäuerung bindet der Körper die Säuren mit körpereigenen Mineral- und Spurenelementen und depozitiert diese Schlacken im Bindegewebe. Von dort wird es über das Lymphsystem zu den Ausscheidungsorganen transportiert. Ist diese Puffermöglichkeit zu gering erhöht sich die Ablagerung der Schlacken im Bindegewebe und somit wird die Cellulite von aussen sichtbar.

Man unterscheidet 3 Stadien der Cellulite:

1. Stadium: Im Stehen, Liegen, Laufen nicht sichtbar, nur durch das Zusammenschieben der Haut sieht man das „Matratzenphänomen“.

2. Stadium: Sichtbar meist an Oberschenkeln und Gesäss, Temperaturunterschiede der Haut ev. Besenreiser.

3. Stadium: Ausgeprägte Bindegewebsschwäche an Oberschenkeln, Gesäss Bauch und Hüfte, Minderdurchblutung - schmerzhafte Knotenbildung.

Drei gezielte Massnahmen gegen Cellulite:

1. Eine Ernährungsumstellung zu Gunsten von basischen Lebensmitteln wie Gemüse, Salate, Früch-

te, kaltgepresste Oele und genügend stilles Mineralwasser 1 1/2 l - 2 l sollten es schon sein! Ev. Nahrungsergänzung durch Multivitamine und Basenpulver, dadurch wird eine Verbesserung der Stoffwechselfvorgänge erreicht, und eine Entlastung der Entgiftungsorgane.

2. Sorgen Sie für genügend Bewegung an der frischen Luft. Z.B. Joggen, Walken etc. alles was Ihnen Freude macht, aber achten Sie auf Ihre Pulsfrequenz. Zu hohe Pulsfrequenz führt zu Milchsäureproduktion in den Muskeln und somit wieder zu Säuren (Schlacken).

3. Lassen Sie sich bei Ihrer Körpertherapeutin einen individuellen Anti-Cellulite-Plan erstellen. Mögliche Behandlungen je nach Stadium sind: Spez. Peelings und durch-

blutungsfördernde Massagen und Packungen. Aromawickel und vor allem man. Lymphdrainage, dadurch werden Schlacken und überschüssiges Wasser aus dem Gewebe beseitigt, die Entgiftung gesteigert, sodass die gelösten Schlacken über die Ausscheidungsorgane abtransportiert werden können. Ein straffender Nebeneffekt ist Ihnen sicher!

Silvia Wanner-Engi

Hier würde
auch IHR
INSERT
gelesen!

Brot: mehr als ein Frühstück

Brot-Moussaka

Natürlich ist ein ausgewogenes Frühstück der beste und gesündeste Start in den Tag. Und frisches, knuspriges Brot spielt dabei immer eine besonders wichtige Rolle. Doch damit verschwindet dieses nicht aus dem Tag. Gerade im Sommer lassen sich aus Brot, Milch, frischen Beeren oder anderen erfrischenden, gesunden Zutaten herrliche, ganz einfache Gerichte zubereiten: Führung durch einen Brotsommertag.

Dass man einen erfolgreichen Tag mit einem herzhaften Frühstück beginnen sollte, weiss in der Schweiz inzwischen jedes Kind. Gemäss einer Umfrage essen über 60 Prozent aller Schweizerinnen und Schweizer zum Frühstück Brot. Sie tun damit etwas Wichtiges für ihre Gesundheit, denn Brot ist reich an komplexen Kohlenhydraten, sättigt und trägt zu einer ausgeglicheneren Körperleistung bei, ob am Arbeitsplatz oder in der Schule. Gerade im Sommer lässt sich aufgrund zahlreicher frischer Zutaten viel Abwechslung ins Frühstück bringen. Warum nicht einmal ein saftiges Quark-Rührei mit gartenfrischem Schnittlauch auf Weiss- oder Vollkornbrot und ein grosses Glas Apfelsaft? Das Ganze ist sehr schnell zubereitet: Eier verquirlen, in Butter zu Rührei stocken lassen, Quark und Schnittlauch vermengen, dazu geben, fertig. Oder eher Lust auf ein Vitello-Tonnato-Weggli? Dazu benötigt man einige dünne Tranchen gebratenen Kalbsbraten, ein hart gekochtes Ei, eine Tomate, abgetropften Thon, ein bisschen Quark, Senf, Salz und Pfeffer, natürlich ein Weggli oder ein Kernenbrötchen und je nach Belieben einige Kapern. Oder steht der Sinn eher nach einem herzhaften, lecker gefüllten Laugen- oder Vollkornbrot? Einige gehackte Baumnüsse, das knackige Sa-

latblatt, Öl, Essig und Pfeffer und natürlich die feinen Käse-Rosetten machen den Tête-dé-moine Gipfel zum Aufsteller und «Wachrüttler» des Tages.

Erfrischende Kraftspender für zwischendurch?

Wenn am frühen Morgen, am späteren Morgen oder am Nachmittag der kleine Hunger kommt, bietet sich eine «Reise» nach Mexiko oder Griechenland an. Das Pouletfleisch für die Falschen Tacos beispielsweise lässt sich gut am Vorabend vorbereiten. Die Mischung aus Fleisch, Tilsiter, Sauerrahm, Chilisauce und Eisbergsalat zwischen zwei Scheiben frischen Maisbrots bieten viel Genuss für zwischendurch. Auch die auf griechische Art gefüllten Ciabatt-



«Schweizerische Brotinformation SBI»

Hier kommen eine Tomate, Fetakäse, Oliven, Olivenöl, Salz, Pfeffer, frischer Oregano und ein Ciabatta-Brötchen zum Einsatz.

Frisches, Herzhaftes am Mittag

Um die Mittagszeit kann der Tag fantasievoll weitergehen. Wer Lust hat auf etwas wirklich Währschafes, findet mit der Brot-Moussaka das Richtige. Neben viel nahrhaftem Ruchbrot werden dafür sonnenge-reifte Auberginen, Olivenöl, Zwiebeln, Knoblauchzehen, Hackfleisch, geschälte, gewürfelte Tomaten, Salz, Pfeffer, Oregano, Eier und Milch für den

Guss sowie Parmesan verwendet. Das Ganze muss im Ofen nur 30 Minuten gratiniert werden und bietet eine willkommene Abwechslung. Viel frisches Gemüse steckt in den eher unbekannteren Ratatouille-Timbales – einer Art Gemüse-Brot-Lasagne – und in den gratinierten Semmelknödeln an Gemüsesauce. Wer etwas ganz Leichtes bevorzugt, liegt mit der französischen Omelette mit gerösteten Kräuter-Brot-Croûtons richtig oder mit dem Brot-Käse-Salat mit frischen Birnen und Baumnüssen. Ein idealer sommerlicher Einstieg für jedes Sommergericht ist zudem: die Panzanella – der Brotsalat mit Gurken, Tomaten und Oliven.

Fruchtiges zum Dessert

Zum Dessert bieten sich die vielen frischen Beeren und Früchte an. Der süsse Brot-Pudding mit Kompott bringt Kinderaugen zum Leuchten. Dazu werden Parisette-Scheiben mit Butter bestrichen, in eine Gratinform geschichtet und mit Eier-Vanille-Milch übergossen. Nachdem der Pudding 50 Minuten im Ofen gegart hat, wird er heiss mit Kompott serviert. Dem Koch sind viele Komplimente sicher. Wer die Beeren frisch verwenden will, sollte die falschen Himbeer-Feuilletés mit Vanillecreme ausprobieren: ein Traum aus gerösteten, dünnen Scheiben Zopf oder Einback, selbst gemachter Vanillecreme und frischen Himbeeren. Natürlich geht es auch in anderen Geschmacksrichtungen und ohne frische Früchte: Die Torta di Pane mit viel Brot, dunkler Schokolade, Eiern, gemahlenden Mandeln und Sultani-nen ist eine Entdeckung, die man sich nicht entgehen lassen sollte.



«Schweizerische Brotinformation SBI»

Warm oder kalt um Mitternacht

Laue Sommerabende können lang werden. Doch auch zu später Stunde ist das Brot-Sommer-Fest noch lange nicht zu Ende. Ein Party-Brot der speziellen Sorte sind die Petersilie-Haselnuss-Dreieck-Sandwichs mit Eierfüllung und Schinken. Dazu werden dünne Toast-Scheiben mit Knoblauch-Butter, gehacktem Ei und Schinken gefüllt und anschliessend die Sandwichränder abwechslungsweise in Petersilie und gehackte Haselnüsse getaucht. Ebenfalls zu den kalten Mitternachts-Schlemmereien gehören die Toastblumen mit Käsescheiben, Peperoncini, Currypulver und Gewürzgurken, die Taboulé-Häppchen mit frischen Crevetten, Peperonis und Liebstöckel oder das Zungencarpaccio-Brot mit Lauchvinaigrette.

Für welches Sommer-Gericht man sich auch immer entscheidet – Brot liefert Nährstoffe in idealer Zusammensetzung. Dazu gehören sowohl Kohlenhydrate in Form von Stärke wie auch wertvolles pflanzliches Protein. Wichtige Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente

und Nahrungsfasern runden das Angebot ab. Brot eignet sich damit ideal als Haupt- oder Zwischenmahlzeit und lässt sich vielfältig variieren – und kombinieren. Guten Appetit!

Alle Rezepte unter www.schweizerbrot.ch

Alle beschriebenen Rezepte finden sich in der Rubrik «Brotrezepte» unter www.schweizerbrot.ch. Versehen mit den entsprechenden Menübildern sind sie auch in der Broschüre «Brotkultur im Gastgewerbe» enthalten, die kostenlos unter der Telefonnummer 031 359 00 50 oder der Faxnummer 031 359 00 10 bei der Schweizerischen Brotinformation bestellt werden kann. www.brot.ch

Dokumentationsstelle
Schweizerische Brot
information (SBI)
Museumstrasse 10
Postfach
3000 Bern 6
Telefon 031 359 00 50
Fax 031 359 00 10

Kosmetikfachgeschäft in Ilanz
Mittwoch bis Samstag offen
Dienstag nach Vereinbarung
auch über Mittag und Montags bis möglich
Regula Cukciana, Kosmetikerte mit eidg. Fähigkeitszeugnis, Obere Giesstr. 7,
7130 Ilanz/Glen, 081/925 14 15

Ragaz Networks
Kompetent und unkompliziert
Ihr Partner für Informatiklösungen:
Computernetzwerke
System- und Datenrettung
Fernzugriff/Fernwartung
Internet Sicherheit
Webdesign/Web CMS

Via Google 38
Domod/Enn
Tel: 081/3031165
E-Mail: info@ragaz.net
<http://www.ragaz.net>

WWW. Unsere Inserenten

www.baumot.ch

www.bjehle-ag.ch

www.citycars.ch

www.expressglas.ch

www.events.ch

www.fahrschule-blumenthal.ch

www.garage-cristallina.ch

www.gravino-ilanz.ch

www.goetti-motoren.ch

www.isut.ch

www.newthingroup.ch

www.mettlerbau.ch

www.petcorner.ch

www.quadra-obersaxen.ch

www.ragaz.net

www.sanpool.ch

www.tauch-toeff-bobby.ch

www.wernerkunfermann.ch

www.wohnwagen-joerg.ch

Loslassen ist sein Credo, Freude seine Vision

Wie jedes Ziel erreicht werden kann: Paul Engi empfiehlt «Lust auf Freude»

Loslassen ist sein Credo, Freude seine Vision. Wie jedes Ziel erreicht werden kann: Der Bündner Paul Engi empfiehlt «Lust auf Freude». Wie können Menschen ihre Sehnsüchte und Wünsche verwirklichen? Woran liegt es, dass wenige Menschen erfolgreich sind und viele ihre Ziele nicht erreichen? Vor Jahren begann Paul Engi, heute Leiter und Inhaber des Instituts ISUT, sich solche und ähnliche Fragen zu stellen. In seinem spannenden und bereits in der zweiten Auflage erschienen Buch «Lust auf Freude» hat er ebenso verblüffende wie einleuchtende Antworten gefunden.

RUNDSCHAU ZEITUNG
von J. Bruppacher

Herr Engi, was hat Sie bewogen, das reich illustrierte Buch «Lust auf Freude» zu schreiben?

Paul Engi: Der eigentliche Ausgangspunkt war mein Erlebnisminar «Frei sein von Begrenzungen», das bis heute mit grossem Erfolg umgesetzt wird. Ich wollte aber tiefer in die Geheimnisse menschlicher Freiheit und Souveränität eindringen, und so entstand mein zweites Buch «Lust auf Freude».

Für wen ist dieses Buch gedacht, an wen richtet sich die Botschaft?

Engi: An alle Menschen, die mehr aus sich machen wollen, als nur im operativen Tagesgeschäft zu überleben. In mehrjähriger Entwicklungsarbeit habe ich mit einem Team von Spezialisten herausgefunden, wie sich Widerstand in Leistung umwandeln lässt und wie man mit dem kleinsten Aufwand an Energie ein Höchstmass an Ergebnis erzielen kann. Das gilt im Geschäftsbereich genauso wie im privaten Leben.

Sie schreiben, dass das gesamte Universum dazu beiträgt, dass man alles im Leben erreichen kann. Das ist keine typische Aussage für einen diplomierten Elektroingenieur. Sind Sie ein Trümer?

Engi: In meiner über 20-jährigen Erfahrung auf dem Gebiet der Persönlichkeitsentwicklung verhalte ich vielen Firmen bei der Implementierung strategischer Verkaufskonzepte und unterstützte Manager in den Bereichen Führung und Motivation. Meine Honorare wären wohl nicht be-

zahlt worden, wenn ich ein Trümer wäre. Zudem haben sich mehrere Firmen die Vertriebsrechte am Seminar: "Frei sein von Begrenzungen" gesichert. Ein Zeichen dafür, dass betriebswirtschaftliche Aspekte sich durchaus mit Verhaltensausbildung erfolgreich koppeln lassen.

Zurück zum Buch. Wenn man so hört und liest, was in den nächsten Jahren an negativen Ereignissen alles auf uns zukommen soll, dann sieht die Zukunft nicht nach Freude aus. Was sagen Sie dazu?

Engi: Alles ist möglich zu ändern! Die Zukunft ist nicht, was geschehen wird, sondern was jeder einzelne von uns im Hier und Jetzt aus ihr macht. Jeder von uns weiss, dass Angst lähmt und Frustration die Folge ist. Freude transzendiert die Angst. Wir sollten uns mehr um Freude als um Sorge kümmern. Freude ist die grösste Sehnsucht, mit der wir alle Grenzen überschreiten können. Freude ist das führende Prinzip in der Seele aller Menschen. Sehen Sie, wir sind nicht nur, was wir sagen, denn was wir sagen, entspricht dem Grad der Einsicht über die Dinge. Wir sind mehr, viel viel mehr!

In Ihrem Buch fällt auf, mit welcher Klarheit und Logik Sie dem Leser aufzeigen wollen, welche Genialität und Grösse in jedem Menschen steckt. Sie strahlen Zuversicht und Hoffnung aus. Sind Sie nicht zu optimistisch?

Engi: Wenn wir unsere eigene Genialität und Grösse erkennen, dann wird uns im Leben nichts mehr unmöglich sein. Aber bitte, es ist nicht das Hoffen und Wünschen allein, womit wir unsere Ziele erreichen, sondern das ausdauernde Schaffen dem Ziel und dem Wunsch entgegen. Ein Schaffen im Hier und Jetzt. Wir sollten den ersten Schritt tun, dann erst trägt das gesamte Universum dazu bei, dass wir alles im Leben erreichen werden. Es werden Türen aufgehen, von denen wir noch gar nicht wussten, dass sie existieren.

Sie widmen über 30 Buchseiten dem Thema «Prägungen». Diese Programme, sagen Sie, steuern unser Leben und prägen unseren Charakter. Wie ein Krimi liest sich Ihre spannende Darlegung, und es ist, als laufe das Leben, wie in einem Film, nochmals an einem vorbei. Versuchen Sie da nicht, uns etwas Angst zu machen-oder ist da wirklich etwas dran?

Engi: Wir sind das Ergebnis unserer Prägungen! Das gilt für positive Prägungen genauso wie für negative. Das Schöne ist, dass wir, wenn wir wollen, negative Prägungen verändern können. Es geht also nicht um Angst, sondern genau ums Gegenteil, um deren Bewältigung. Angst kann man nur überwinden, wenn man sich ihr stellt. Ich zeige im Buch Schritt um Schritt auf, in welchem Lebensabschnitt welche positiven und negativen Programme in unser Wesen «einprogrammiert» wurden. Angefangen vom Elternhaus, über die Schule bis hin ins Erwachsenenalter. In vielen Beispielen beschreibe ich die logischen Konsequenzen im Alltag und zeige Lösungsmöglichkeiten auf.

Führen solche Prägungen nicht zu Stress, Unlust, Depression und Krankheit?

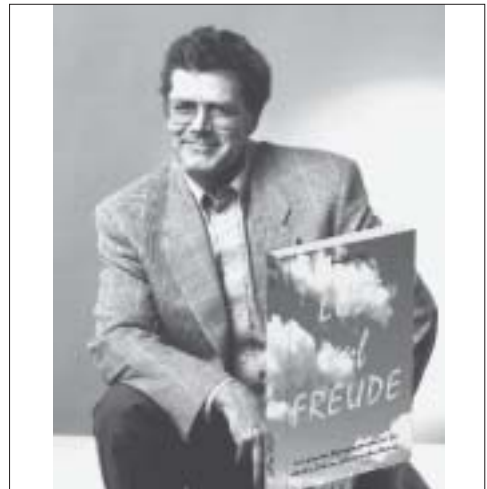
Engi: Die negativen, ja! In einer persönlichen Stressanalyse, die im Buch ausführlich beschrieben ist, kann jeder selber bestimmen, welche Prägungen er hat, wie stark sie sind, was es für seinen oder ihren Alltag bedeutet und wie man diese Programme verändern kann.

Sie sagen, das, worauf wir uns konzentrieren, wächst und jeder Gedanke habe die Tendenz, sich zu verwirklichen. Ich wollte schon x-mal einen Lottosecher. Gekommen ist er nie. Ist da nicht ein Widerspruch auszumachen?

Engi: Wünschen Sie nie Geld, sondern das was Sie mit Geld kaufen wollen. Der Lottosecher kommt auch in meinen Seminaren ständig wieder zur Sprache. Meine Antwort darauf ist immer die gleiche: «Fühlen Sie mit Ihren fünf Sinnen, wie es wäre, Ihren Wunsch schon zu besitzen.» Je mehr Sie dies fühlen, um so rascher wird er sich erfüllen.

Haben Sie dafür ein Rezept?

Engi: Das wäre schön. Es gibt keine Rezepte! Mit Hilfe der Methode des vernetzten Denkens zeige ich im Buch «Lust auf Freude» den Prozess auf, wie jeder Wunsch und jedes Ziel die Tendenz hat, sich zu verwirklichen. Verraten möchte ich nur soviel: Der, der genau weiss, was er will, wird es auch bekommen. Man muss wissen, was man wirklich will. Überlegen Sie doch bitte selbst einmal, das, was Sie im Leben wirklich wollten, haben Sie das nicht auch



«Lust auf Freude» von Paul Engi.

erreicht? Oder wollten Sie es in Wirklichkeit gar nicht? Deshalb mein Hinweis: Das, worauf Sie Ihre Blicke richten wächst.

Im letzten Teil Ihres Buches geht es um Dualität, also das Denken in Gegensätzen. Sie schreiben beispielsweise, dass niemand besser oder schlechter ist als ein anderer, sondern nur in einer bestimmten Lebenssituation. Wie soll man das verstehen?

Engi: Keine Schuldzuweisungen mehr! Mir scheint, wir haben vergessen, dass grosse Wahrheiten immer einfach sind. Die Schuldfrage ist so alt, wie wir Menschen selbst. Wo aber ist die Grenze von Schuld und Nichtschuld? Wer legt diese Grenze fest? Wer sagt mit welchem Recht, das ist gut und jenes schlecht? Das Buch wäre nicht vollständig, wenn ich dieser Frage ausgewichen wäre. Eine meiner Behauptungen ist, dass Schuld und Schuldzuweisungen zu 99% Ursache von Mobbing und Misswirtschaft sind. Wenn man sich heute ein wenig umhört, bei Führungskräften und Angestellten etwa, dann wird man den Verdacht nicht los, dass dies leider zutrifft. Damit sage ich nicht, dass Schuld oder die Suche nach Schuldigen etwas Schlechtes ist. Ich stelle nur fest, dass, wer Schuldige sucht, dies immer mit einem enormen Energieaufwand betreibt. Ich frage mich, ob diese Energie nicht woanders nützlicher eingesetzt werden könnte.

Wo glauben Sie liegt der tiefere Sinn hinter all dem Widerwärtigen, das uns im Leben widerfährt?

Engi: Vielleicht sollten wir verstehen lernen, dass alles, was wir an "Gutem" oder "Schlechtem" erleben, nur einem einzigen Zweck dient, nämlich, zu immer höherem Bewusstsein zu gelangen. Zu wissen, wie es ist, das alles erlebt zu haben. Die Dinge sind im Augenblick immer so, wie sie sind. Daran lässt sich im Augenblick nichts ändern. Ändern können wir aber unsere Meinung über diese Dinge. Mir geht es im Buch darum, aufzuzeigen, wo die Freiheit des Menschen beginnt und wo die gewaltigen Möglichkeiten liegen, die in jedem von uns schlummernden. Ich kann die Leserinnen und Leser nur dazu auffordern: Erfahren Sie bitte selbst, wie grossartig Sie in Wirklichkeit sind und was Sie im Leben alles erreichen und verändern können."

Herr Engi, wir danken Ihnen für dieses Gespräch.



Steckbrief

Name: Engi
Vorname: Paul
Jahrgang: 1946
Sternzeichen: Februartisch
Beruf: Ausbilder, Coach, Institutsleiter
Zivilstand: verheiratet, zwei erwachsene Kinder
Hobbys: Seminare entwickeln («mein Beruf ist auch mein Hobby»), Lesen, Joggen, Schwimmen, Langlauf
Stärke: kann gut motivieren, grosszügig
Schwäche: manchmal zu hartnäckig

Ja, senden Sie mir gegen Rechnung das Buch: «Lust auf Freude» von Paul A. Engi.

Anzahl Exemplare: _____ Preis: Fr. 39.90 (inkl. MwSt./exkl. Verpackung und Porto)

Name/Vorname: _____

Adresse/PLZ/Wohnort: _____

Telefon: _____

Datum/Unterschrift: _____

Coupon einsenden, mailen oder faxen an:

engimedia@bluewin.ch oder EngiMedia Postfach 16 3818 Grindelwald

Lesen Sie selbst, wie grossartig Sie in Wirklichkeit sind!