

# Rotary

SUISSE  
LIECHTENSTEIN

## 20 UND ICH SCHAFFE DAS DOCH!

Hetze, Angst zu versagen – immer mehr Menschen fühlen sich unter Druck. Aber es gibt Abhilfe.

## 32 JUBILÄUMSFEST DER EXTRAKLASSE

Stattliche Cheques und strahlende Gesichter: die Höhepunkte der Interdistriktskonferenz 2017.

## 44 STIGMA UND ABERGLAUBE

In Tansania werden Albinos wegen ihrer Körperteile gejagt. Rotary setzt sich für sie ein.

—  
06  
17  
—  
JUN  
—



SCHWERPUNKT: UNDER PRESSURE

**GLOBUS**  
REISEN

# „Afrika & Orient,“ EXKLUSIVER KREUZFLUG

JORDANIEN | IRAN | TANSANIA | SEYCHELLEN | SAMBIA | SIMBABWE | BOTSWANA | SÜDAFRIKA | MAROKKO

## IM EIGENEN JET

Auf diesem exklusiven Kreuzflug fliegen Sie vom Orient bis nach Afrika und landen überall dort, wo die Welt am schönsten ist. Im Privatjet mit Business Class-Bestuhlung genießen Sie 22 Tage lang Service und Komfort auf höchstem Niveau.



8. – 29.5.18

ab CHF 39 800

pro Person inkl. 21 Übernachtungen in Erstklasshotels mit Frühstück, 9 Mittag- und 13 Abendessen, Welcome- und Farewell-Dinner, Ausflüge gem. Programm, Bordarzt, Globus-Reiseleitung ab/bis Zürich.

[www.globusreisen.ch/kreuzflug](http://www.globusreisen.ch/kreuzflug)

## EDITORIAL

# UNDER PRESSURE!



## DAS KREUZ MIT DER KONTEMPLATION

Neulich war ich im Kloster. "Kontemplationstag" hatte auf dem Flyer gestanden, "Körperübungen" und "Innehalten im Sitzen". Warum eigentlich nicht, dachte ich mir und meldete mich an. Einen Tag lang würde das mit dem "Schweigen" schon irgendwie funktionieren. Um es gleich vorwegzunehmen: Das Experiment ging gründlich daneben.

Hürde Nummer eins: Handyverbot. Einen – einen ganzen?! – Tag lang keine E-Mails checken? Woher wüsste ich die Uhrzeit? Und wie um alles in der Welt sollte ich ohne WhatsApp den Kontakt zu Mitmenschen halten?

Zweite Schwierigkeit: die anderen (freiwillig) Stummen. Wenn sie – arg vergeistigt – fast durch den Klostergarten schwebten, andächtig niederknieten und die Nase an (sic!) Löwenzahn hielten, hätte ich mich vielleicht noch im Zaum halten können; als beim einstündigen Meditieren aber immer wieder ein seliges Schnarchen von der Nachbarmatte her tönte, war's um meine Besinnlichkeit geschehen.

Ihren Zenit erreichte die Verzweiflung am Mittag. "Nehmen Sie auch noch ein bisschen Salat?" "Ich schenke Ihnen Wasser nach, ja?" "Das Dessert schmeckt wirklich phantastisch!" – Es brach aus mir heraus; wollte gesagt werden, ohne um Erlaubnis zu fragen. Kaum waren die Worte über meine Lippen, zuckte ich zusammen – ass weiter, krampfhaft schweigend – bis zum nächsten kleinen Eklat. Um es kurz zu machen: Der klösterliche Kontemplationstag war eher nicht mein Ding. Vertraue zum nächsten Atemholen, Ausbrechen und Geerdet-Werden dann doch wieder auf die Kraft der Natur. Ihnen wünsche ich eine frohe Lektüre und viel Vergnügen mit unserem "stressigen" Schwerpunkt.

Ihre Verena Maria Amersbach  
Chefredaktorin

## LA CROIX AVEC LA MÉDITATION

Récemment je suis allée au cloître. J'avais été attirée par le gros titre d'un dépliant "Journée de méditation avec exercices physiques et réflexion en groupe". Pourquoi pas? Et je me suis inscrite. Une journée de silence, ça devrait être faisable. Hum! Pour être franche, l'expérience "retraite" a été un fiasco.

Obstacle numéro 1: interdiction de téléphone portable. Une journée entière sans pouvoir prendre connaissance de mes courriels? Comment saurais-je l'heure qu'il est? Et comment faire pour rester en contact avec tout le monde si je n'ai pas accès à WhatsApp?

Obstacle numéro 2: les autres – muets et muettes (de leur plein gré). Quand ils planaient dans les sphères de la spiritualité – flottant presque à travers le jardin du cloître, agenouillés dans un profond recueillement respirant l'odeur du pissenlit (sic!), j'aurais encore pu me retenir; mais quand à l'heure de la méditation, un ronflement de béatitude se manifesta du tapis voisin, mon aptitude au recueillement fut balayé d'un coup.

Mon affliction atteignit son paroxysme à midi. "Reprendrez-vous encore un peu de salade?" "Je vous verse un peu d'eau?" "Le dessert est exquis!" Je faillis sortir de mes gonds; j'avais parlé sans avoir demandé la permission. A peine les mots étaient-ils sortis de ma bouche, je me suis recroquevillée. J'ai continué à manger sans piper mot – jusqu'au prochain éclat. Bref: une journée de méditation, je sais maintenant que ce n'est pas mon truc. Plutôt prendre un grand bol d'air, m'évader et être connectée avec les forces de la nature. Bien du plaisir à la lecture du point d'orgue "stressant" de ce numéro!

Verena Maria Amersbach  
Rédactrice en chef

## LA CROCE DELLA CONTEMPLAZIONE

Recentemente sono stata in Convento. "Giorno di contemplazione" – era scritto sul volantino, "esercizi fisici" – e "corretta postura stando seduti". In effetti mi sono detta, perché no? e mi sono annunciata. Un giorno intero in "silenzio" – funzionerà certamente. Anticipo subito: l'esperimento non è per nulla riuscito.

Ostacolo numero uno: proibito usare il telefonino. Un giorno (un giorno intero?!) senza controllare le e-mail? Come avrei fatto a sapere che ora era? E come, potevo tenermi in contatto con il resto del mondo senza WhatsApp?

Seconda difficoltà: gli altri (volontari) tutti muti. Mentre loro – ardentemente spiritualizzati – quasi volteggiavano attraverso il giardino del monastero, s'inginocchiavano con riverenza e avevano il naso a livello del prato (sic!) io avrei forse anche potuto mantenere un certo contegno; quando, però, durante l'ora di meditazione, dal materassino vicino si sentiva risuonare un continuo, beato, russare, la mia capacità di contemplazione svanì di colpo.

La mia disperazione raggiunse il suo apice a mezzogiorno. "Prende ancora un po' d'insalata?" "Le verso ancora un po' d'acqua?" "Il dessert è veramente fantastico!" – Sono rimasta letteralmente ammutolita; devo precisare, senza chiedere permesso. Non appena le parole uscirono dalle labbra, io trasalii – continuai a mangiare, sforzandomi di tacere – fino al prossimo piccolo "scalpore". Per farla breve: il giorno di contemplazione in Convento non è stato davvero cosa per me. Confido in una prossima occasione, con fiducia prendo il fiato, scappo e torno sulla terra e mi affido nuovamente alla forza della natura. A voi auguro buona lettura e molto piacere con il nostro stressante punto centrale.

La Vostra Verena Maria Amersbach  
Caporedattrice



**tak** Auszugstisch, 225 x 100 + 100 cm,  
Holzart Nussbaum, Gestell bronze matt  
**lui** Stuhl, Holzart Nussbaum, Leder blau

## WIR HABEN UNS MIT DEM BESTEN DESIGNER DER WELT ZUSAMMENGETAN: DER NATUR.

– *it's a tree story.*

Ausschließlich mit Naturöl veredelt bleibt Holz atmungsaktiv und feuchtigkeitsregulierend.  
Zudem behält es seine antibakterielle und antistatische Wirkung. Echtes, offenporiges Naturholz  
ist pflege- und reparaturfreundlich und dadurch sehr langlebig.

[www.team7.at](http://www.team7.at)

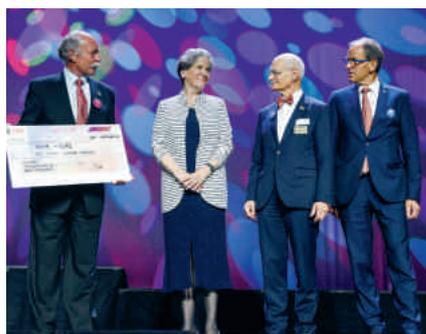
# TEAM 7

**BE 2563 Ipsach-Bienne**, innatura, Hauptstr. 95; **3011 Bern**, Möbel Pfister, Schauplatzgasse 33; **3422 Lyssach-Alchenflüh**, Möbel Pfister, Bernstr. 52; **3455 Grünen-Sumiswald**, Möbel Siegenthaler, Bernstr. 15; **3662 Seftigen**, Möbel Ryter, Burgistein-Station, Seftigenstr. 59; **3800 Interlaken**, Wohncenter von Allmen, Bahnhof Ost; **FR 3186 Düdingen**, Lehmann Möbel, Birchhölzli 2; **VS 3904 Naters**, Raumart, Furkastr. 140; **BS 4053 Basel**, Möbel Rösch, Güterstr. 210; **BL 4133 Pratteln**, Möbel Pfister, Rochacherweg 5; **4153 Reinach**, Möbel Roth, Kägenhofweg 8; **SO 4512 Bellach**, Messer Wohnen, Tellstr. 14; **AG 5034 Suhr**, Möbel Pfister, Bernstr. Ost; **5070 Frick**, Brem Wohnen & Einrichten, Hauptstr. 111; **8957 Spreitenbach**, Möbel Pfister, Pfadackerstr. 6; **LU 6020 Emmenbrücke**, Möbel Pfister, Seetalstr. 50; **6210 Sursee**, Möbel Ulrich, Kottenstr. 2; **6274 Eschenbach**, Möbel Egger, Luzernstr. 101; **ZG 6340 Baar**, Wohnhalle, Langgasse 40; **OW 6390 Engelberg**, Stöhr Wohnrichtungen, Klosterstr. 10; **SZ 6440 Brunnen**, Möbel Riesen, Schwyzerstr. 26; **UR 6460 Altdorf**, Möbel Bär, Attinghauserstr. 51; **TI 6594 Contone**, Möbel Pfister, Via Cantonale; **6616 Losone**, Idea Natura, Via Zandone 9; **GR 7001 Chur**, Möbel Stocker, Masanserstr. 136; **ZH 8001 Zürich**, Möbel Pfister, Neumühlequai 12; **8184 Bachenbülach**, Möbel Frauenfelder, Kasernenstr. 2; **8413 Neftenbach/Tössallmend**, Wirz Wohnen, Karl-Bügler-Str.; **8416 Flaach**, Möbel Frauenfelder, Hauptstr. 19; **8600 Dübendorf**, Möbel Pfister, Hochbordstr. 4; **8604 Volketswil**, Möbelzentrum, Brunnenstr. 14; **8810 Horgen**, Ammann Inneneinrichtungen, Seestr. 160; **TG 8500 Frauenfeld**, Finnshop, Freiestr. 8/Promenade; **SG 8887 Mels**, Möbel Pfister, Pfister Center; **9000 St. Gallen**, Finnshop, Neugasse 33; **9000 St. Gallen**, Türmlihuus, Webergasse 21; **9014 St. Gallen**, Möbel Pfister, Zürcherstr. 204; **9230 Flawil**, Türmlihuus, Glatthalenstr. 19; **9469 Haag**, Delta Möbel, Rütistr. 5; **9500 Wil 2**, Finnshop, In der Altstadt

**1163 Etoy**, Pfister Meubles, Centre de l'habitat, [www.moebelpfister.ch](http://www.moebelpfister.ch); **1196 Gland**, Gil Meuble, Rue du Borgeaud 11, [www.gilmeuble.ch](http://www.gilmeuble.ch); **1217 Meyrin**, Pfister Meubles, Chemin de Riantbosson 5-9, [www.moebelpfister.ch](http://www.moebelpfister.ch); **1377 Oulens-sous-Echallens**, Plum'Art, Rue du Centre 8, [www.plum-art.ch](http://www.plum-art.ch); **1530 Payerne**, Dormez Kolly, Route de Grandcour, [www.dormez-kolly.ch](http://www.dormez-kolly.ch); **1635 La Tour-de-Trême**, Dormez Kolly, Ch. des Groseilles 2, [www.dormez-kolly.ch](http://www.dormez-kolly.ch); **1680 Romont**, Dormez Kolly, Route de Billens 9, [www.dormez-kolly.ch](http://www.dormez-kolly.ch); **1723 Marly**, Dormez Kolly, Route de Bourguillon 1, [www.dormez-kolly.ch](http://www.dormez-kolly.ch); **1754 Avry-sur-Matran**, Pfister Meubles, Route de Matran 9, [www.moebelpfister.ch](http://www.moebelpfister.ch); **1844 Villeneuve**, Pfister Meubles, Chemin de la Confrerie, [www.moebelpfister.ch](http://www.moebelpfister.ch); **1870 Monthey**, Meubles Pesse, Z. i. Les Illettes, [www.pesse.ch](http://www.pesse.ch); **1963 Vétroz**, Anthamatten Meubles, Zone Commerciale, [www.anthamatten.ch](http://www.anthamatten.ch); **2047 Marin**, Pfister Meubles, Fleur de Lys 26, [www.moebelpfister.ch](http://www.moebelpfister.ch); **2720 Tramelan**, Meubles Geiser, Grand-rue 13+17, [www.meubles-geiser.ch](http://www.meubles-geiser.ch); **2800 Delémont**, Meubles Villat, Rue Emile Boechat 45, [www.villat.ch](http://www.villat.ch)

JUN 2017

# SOMMAIRE



06

## NACHGEHAKT: WAS MACHT EIGENTLICH...?

In unserer neuen Serie stellen wir einmal monatlich einen Past District Governor vor. Diesmal: Alois Grichting aus dem Wallis.

09

## UNE MAISON POUR FEMMES MALTRAITÉES

Le RC Jorat a décidé de soutenir un projet de réalisation d'un foyer d'accueil pour femmes et enfants en détresse.

16

## EIN FEST DER GENERATIONEN

Jubiläum RC Liechtenstein

20

## UND ICH SCHAFFE DAS DOCH!

Hetze, Angst zu versagen – immer mehr Menschen fühlen sich unter Druck. Aber es gibt Abhilfe.

23

## DER WAHSINN AM ARBEITSPLATZ

Mitarbeiter, die unter psychischen Problemen leiden, verdienen besondere Aufmerksamkeit – und erhalten sie bislang allzu selten.

27

## WIE PSYCHISCH GESUND IST DIE SCHWEIZ?

Das Obsan analysiert regelmässig den psychischen Gesundheitszustand der Schweizer – die aktuellen Zahlen.

32

## JUBILÄUMSFEST DER EXTRAKLASSE

Stattliche Cheques und strahlende Gesichter: die Höhepunkte der Interdistriktskonferenz 2017 in Zürich.

36

## STABÜBERGABE BEI POLIOPUS

Ab Juli übernimmt Oliver Rosenbauer von Urs Herzog das Amt des PolioPlus National Advocacy Advisor.

38

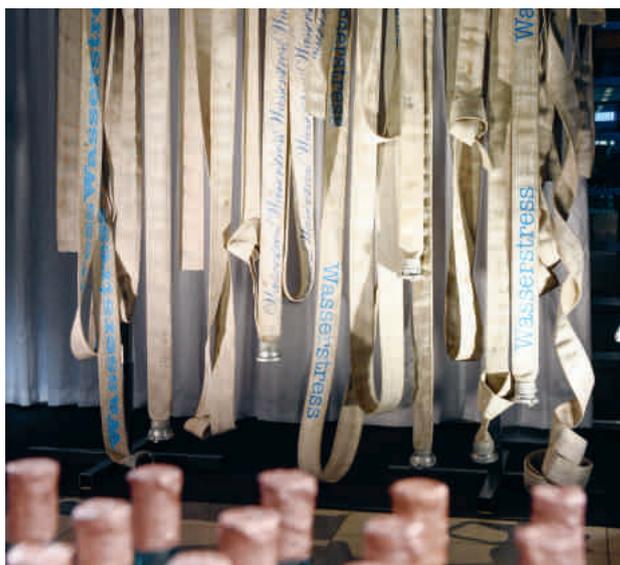
## MISSION: GIPFELI RUN

Einmal wöchentlich verteilen die Helfer von "Flying Croissant" übrig gebliebene Backwaren in Zürich.

44

## STIGMA UND ABERGLAUBE

In Tansania werden Albinos wegen ihrer Körperteile gejagt. Rotary und Schwester Martha setzen sich für sie ein.



SERIE PDG

# NACHGEHAKT: WAS MACHT EIGENTLICH ... PDG ALOIS GRICHTING?

## IM RICHTIGEN LEBEN ...

bin ich Rentner (84), Witwer, Ingenieur ETHZ, Volkswirtschaftler, ehemaliger Lehrer für Mathematik, Physik und Informatik am klassischen humanistischen Gymnasium (das ich selbst in alten Sprachen, Philosophie, Geschichte usw. absolviert hatte), kultureller Mitarbeiter einer Lokalzeitung, Verfasser eines Mundartwörterbuches und von Büchern zur Lokalgeschichte. Meine Freude ist mein Sohn mit Schwiegertochter und einem Enkel. Ich liebe die Antike, die Sprachen, das Schreiben, die Literatur, die Mathematik und Physik, die Astronomie, die klassische Musik und die Berge. Über meinem Computer-Bildschirm hängen Portraits von Bach, Cicero, Einstein, Goethe und Mozart.

## ICH BIN ROTARY DAMALS BEIGETRETEN ...

weil die Mitgliedschaft, zu der mich ein Freund anregte, mir als Ehre und das rotarische Motto Dienen als durchaus christliches, samaritanisches Ideal erschienen.

## WENN ICH ZURÜCKBLICKE: FRÜHER WAR ROTARY ...

als erster Serviceclub gesellschaftlich sehr angesehen und galt gar als etwas elitär. Von Unternehmern, Managern und auch pensionierten Mitgliedern konnte man in Vorträgen und Gesprächen sehr viel lernen. Mir als in der Schulstube tätigen Lehrer erschloss sich so die gesellschaftliche und wirtschaftliche Wirklichkeit. Im Club pflegte man ein sehr freundschaftlich-familiäres Klima. Clubaustritte waren selten, Ausschlüsse kamen kaum vor, die Präsenzen waren hoch. Man spürte, dass der Rotary Club eine Lebensgemeinschaft ist.

## HEUTZUTAGE IST ROTARY ...

oftmals ein gewöhnlicher Serviceclub unter vielen seiner mehr oder weniger guten Kopien geworden. Die Mitgliedschaft im Club wird als weniger bindend und viel "zeitökonomischer" gesehen als früher. Dies trifft vor allem für die beruflich sehr belastete jüngere Mitglieder-Generation mit häufigeren Austritten zu. Die rasante Digitalisierung fordert ihren Preis. Rotary ist mehr als Networking. Wir wollen keinen "Scheinrotarianismus". Dass die rotarischen Werte der Freundschaft und des Dienens aber immer noch als zentral gelten, zeigt der Umstand, dass die "globale Aufweichungskampagne" im Sinne der letzten COL-Beschlüsse von Rotary International in der Schweiz wenig Erfolg hatte und die Clubs grossmehrheitlich beschlossen, weiterhin wöchentlich zu tagen, die Präsenz (50 Prozent) beizubehalten und qualitativ exzellente Mitglieder aufzunehmen.

## IN ZUKUNFT SOLLTE ROTARY ...

ganz einfach die bewährten Grundwerte der Freundschaft und des Dienstes an der Gesellschaft konkret und mit Kraft pflegen und in der heutigen Inflation der Serviceclubs ein Vorbild sein. Es geht nicht darum, den Dienst mit Überaktivismus, sondern gezielt, wohlgeplant und nachhaltig auszuüben. Wir müssen ein ausgewogenes Mass zwischen rotarischer Beanspruchung und dem immer hektischer werdenden Zeitgeist finden.

## WAS ICH MIR UND UNS ALLEN WÜNSCHE ...

im Club sind Erlebnisse wahrer rotarischer Freundschaft, Erfolge in den karita-



Alois Grichting (DG 2002/03)

tiven rotarischen Projekten und im Sinne der Vierfragenprobe endlich Verständigung unter den Völkern. Möge es der Menschheit gelingen, die grossen Probleme des Hungers, der Krankheit, der Ausbeutung, der Gewalt, des Terrors und der kulturellen Leere zu lösen! Rotary ist aufgerufen, nicht nur "Conventions" zu organisieren, sondern am Kampf für eine bessere Welt mitzuwirken.

Interview: red

RC STANS UND RC OBWALDEN

# "BEEINDRUCKENDE MUSIKALITÄT"

Abwechselnd führen die beiden Rotary Clubs Stans und Obwalden seit 1990 den Rotary Musikpreis für Nachwuchstalente durch. In diesem Jahr zeichnete der RC Stans mit Beatrice Jann an der Spitze für die Durchführung verantwortlich. Rund 200 junge Musikerinnen und Musiker stellten sich der Jury. Auffallend war das breite Spektrum an Instrumenten und Stilen. Von Klassik über volkstümliche Auftritte bis hin zu Pop und Rock reichte die Palette.

Jurypräsident Emil Wallimann durfte bei den 120 Vorträgen ein "sehr hohes Niveau" und eine "beeindruckende Musikalität" attestieren. Erstmals zu Gast war bei dem Anlass mit Franz-Xaver Stadler der District Governor. Er verzichtete auf zwei andere Rotary-Anlässe in Einsiedeln und Rheinfelden, um den Unterwaldner Wettbewerb besuchen zu können. Glücklicherweise waren natürlich vor allem die Gewinner in den diversen Kategorien. Doch im Mittelpunkt der Veranstaltung standen die Freude am Musizieren und die Möglichkeit, das Gelernte einem breiten Publikum vorzutragen zu dürfen.

**Text:** red  
**Fotos:** RC Stans



Rotary Musikpreis in Stans mit mehr als 200 begeisterten MusikerInnen



**Keiner mag lästiges Ungeziefer - weder lebendig noch in der Cyber-Welt!**  
Lassen auch Sie die Falle zuschnappen und schützen Sie Ihr Unternehmen mit Traps™ von Palo Alto Networks vor Exploits, Malware und Zero-Day-Angriffen.

**Wieso Traps™? Ganz einfach!**

Traps™ erkennt die Angriffstechnologien der Hacker und schützt die Endgeräte Ihres Unternehmens vor bekannten wie auch unbekanntem Viren. Dadurch ersparen Sie sich viel Arbeit, Ärger und Kosten.

Überzeugen auch Sie sich beim Brunch mit Traps™ Live-Demo:

**DATUM** 29. Juni 2017 im vatter Business Center in Bern

**ZEIT** 09.00 - 12.30 Uhr

**Ihr Partner für IT Sicherheit:**

Omicron AG - Industriestrasse 50b - 8304 Wallisellen - Tel. +41 44 839 11 11 - [www.omicron.ch](http://www.omicron.ch)  
Thomas Stutz - Owner & CEO - Rotary Club Volketswil

**ZOO!** setzt ebenfalls Traps™ ein und schützt nicht nur das Unternehmen, sondern die ganze Zoo und Tier Landschaft vor Cyber-Angriffen.



# Excellence Gourmetfestival '17 ab Fr. 255.–

2-Tages-Flussreise mit Sternekoch und Gourmetmenü



**Seppi und Roger Kalberer**

1 Michelin-Stern,  
17 Punkte Gault Millau  
Restaurant Schlüssel, Mels

Route 1 30.10.–31.10.2017  
Buchungscode: eqbas25\_ku



**Nik Gyga**

18 Punkte Gault Millau,  
Restaurant Löwen, Thörigen

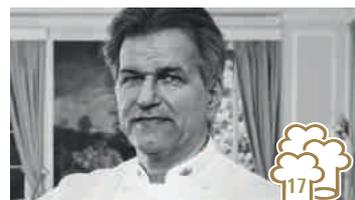
Route 2 30.10.–31.10.2017  
Buchungscode: epstr21\_ku



**Robert Speth**

1 Michelin-Stern,  
18 Punkte Gault Millau  
Chesery, Gstaad

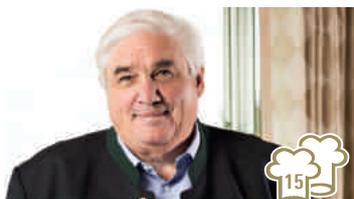
Route 1 01.11.–02.11.2017  
Buchungscode: epbas19\_ku



**Dario Ranza**

17 Punkte Gault Millau  
Villa Principe Leopoldo, Lugano

Route 1 07.11.–08.11.2017  
Buchungscode: epbas20\_ku



**Jacky Donatz**

15 Punkte Gault Millau  
ehemals Restaurant Sonnenberg,  
Zürich

Route 1 10.11.–11.11.2017  
Route 2 11.11.–12.11.2017  
Buchungscode: epbas16\_ku/epstr19\_ku



**Christian und Wolfgang Kuchler**

1 Michelin-Stern,  
18 Punkte Gault Millau,  
Taverne zum Schäfli, Wigoltingen

Route 1 12.11.–13.11.2017  
Route 2 13.11.–14.11.2017  
Buchungscode: eqbas19\_ku / eqstr10\_ku



**Vreni Giger**

17 Punkte Gault Millau  
Restaurant Rigiblick, Zürich

Route 1 14.11.–15.11.2017  
Buchungscode: eqbas26\_ku



**Fabian Inderbitzin**

1 Michelin Stern,  
17 Punkt Gault Millau  
Seerestaurant Belvédère, Hergiswil

Route 2 19.11.–20.11.2017  
Buchungscode: eqstr23\_ku

## Route 1 Basel–Strassburg

**Tag 1 Basel.** Busanreise nach Basel. Die Crew heisst Sie an Bord von Excellence willkommen. Um 15 Uhr nimmt ihr Flussschiff Kurs auf Strassburg. Bei Kaffee, Kuchen und einem Willkommensdrink geniessen Sie den Blick auf die vorbeiziehende Flusslandschaft. Im Anschluss folgt der Höhepunkt Ihrer Reise mit dem grossen Gala-Menü im Excellence-Restaurant. Sie erfahren Interessantes zur Philosophie der Küche, den Zutaten und der Idee hinter den einzelnen Gängen. Sie können sich für eine harmonisch abgestimmte Weinbegleitung entscheiden oder Weine aus der eigens für den Abend zusammengestellten Weinkarte wählen. Lassen Sie den Abend an der Bar oder bei entspannter Pianomusik in der Lounge ausklingen.

**Tag 2 Strassburg.** Morgens erreichen Sie die elsässische Stadt Strassburg. An Bord geniessen Sie das Frühstücksbuffet à la Excellence. Anschliessend haben Sie in Strassburg Zeit, durch die romantischen Gassen zu schlendern und erleben eine Bootsfahrt auf dem Flüsschen Ill. Oder Sie wählen unsere Exkursion Rundgang «Lukullisches Strassburg». Ihr kulinarisch bewandertes Reiseführer geleitet Sie zu kulinarisch bedeutenden Orten Strassburgs. Sie erfahren Interessantes zur Tradition des guten Essens in den historischen Mauern der Ancienne Douane (Arrangement-Zuschlag Fr. 30.–). Am Nachmittag erfolgt die Rückseite mit dem Komfort-Reisebus in die Schweiz.

## Route 2 Strassburg–Basel

Reise in umgekehrter Richtung.

Kabinentyp	Preise pro Person	
	Katalogpreis	Leserpreis
2-Bett-Kabine Hauptdeck	510.–	255.–
2-Bett-Kabine Mitteldeck, frz. Balkon	590.–	295.–
2-Bett-Kabine Oberdeck, frz. Balkon	650.–	325.–
Mini Suite Mitteldeck, frz. Balkon	720.–	360.–
Mini Suite Oberdeck, frz. Balkon	760.–	380.–

Leserpreis mit beschränkter Verfügbarkeit

### Zuschläge

Abreise Excellence Princess 11.11.	45.–
Kabine zur Alleinbenützung	125.–
Rundgang «Lukullisches Strassburg»	30.–
Auftragspauschale	20.–

### Wählen Sie Ihren Abreiseort

Wil , Winterthur-Wiesendangen SBB, Zürich Flughafen, Reisebusterminal , Burgdorf , Baden-Rüthof , Basel SBB, Bern, Lausanne & Fribourg (auf ausgewählten Reisen). Abfahrtszeiten auf Anfrage.

Gratis-Buchungstelefon

0800 86 26 85

Online buchen

www.mittelthurgau.ch

**reisebüro  
mittelthurgau**  
Die Schiffsreisenmacher



RC JORAT

## UNE MAISON POUR FEMMES MALTRAITÉES AU PÉROU

La région de Pucallpa, située dans la zone amazonienne du Pérou est habitée par une population très pauvre. Les femmes et les enfants sont régulièrement victimes de violences conjugales. Le Pérou est un des pays au monde les plus touchés par ce fléau.

Notre club ami, le RC Yarinacocha, a reçu plusieurs visites du juge en charge des dossiers qui a fait part de cas de détresse et de misère extrêmes. Le RC Jorat a décidé en décembre 2015 de soutenir ce projet de réalisation d'un foyer d'accueil pour femmes et enfants en détresse.

L'objectif est de réaliser une infrastructure sécurisée qui permet aux femmes ou familles de retrouver un peu de tranquillité dans un lieu sûr en attente de meilleures conditions de vie.

La Municipalité de Coronel Portillo (Pucallpa) a mis à disposition un terrain sécurisé en dehors de la ville à proximité d'un EMS. Cet endroit est surveillé 24 heures sur 24.

La maison compte:

- 1 salon/lieu de réunion
- 1 coin à manger avec kitchenette
- 4 chambres avec 2 lits à deux étages
- 2 salles de bain avec douche

Ce "Refuge" permettra dans un premier temps de loger 4 femmes avec ou sans enfants.

Les travaux ont débuté en juin 2016 sous l'étroite surveillance de nos amis du Pérou, qui se sont largement mobilisés pour cette action.

Leurs prestations personnelles comme l'ingénierie, la planification, la surveillance et les dons de matériaux et autres, ont permis d'ériger ce bâtiment dans des conditions financières très avantageuses, sans oublier "Le comité des Dames" qui ont organisé une action spéciale pour financer le mobilier. Un grand merci à tous et spécialement au Rotarien Théo Inversini pour sa disponibilité et son engagement sur place.



Réalisée: un foyer d'accueil pour femmes et enfants en détresse

L'inauguration a eu lieu le 19 décembre 2016 en présence du Gouverneur Reynaldo Sanchez, du Past-Gouverneur, de tous les Présidents des Rotary Clubs de la région et du Maire (Alcade) de la province Coronel Portillo, le Rotarien Antonio Marino. L'ouvrage a été remis solennellement à un représentant du gouvernement de la Province.

D'après les dernières nouvelles, les victimes commencent à affluer et une fré-

quentation plus intensive est prévisible au fur et à mesure que la justice utilisera ce foyer d'accueil.

Les premières expériences ont démontré qu'il serait souhaitable de créer un fonds qui permettrait une première aide avant la réinsertion dans leur vie normale. Des réflexions sont en cours pour mettre sur pied une telle structure.

**Texte et photo: Jean-Pierre Schmid**

**RC NIDAU-BIEL**

# WOMIT DIE SCHWEIZ PUNKTET

Gebannt hörte man im RC Nidau-Biel die Ausführungen von Heinz Karrer, Präsident des Wirtschaftsdachverbands Economiesuisse. Der Einladung zu seinem spannenden Vortrag "Die Schweiz im globalen Standortwettbewerb" waren auch Kiwanis und Mitglieder des Lions Clubs Magglingen gefolgt.



Infos aus erster Hand: Heinz Karrer bei seinem Vortrag im RC Nidau-Biel

Nach einer einleitenden Übersicht über globale Treiber wie Geldpolitik, Brexit, Trump, Rohstoffpreise und die digitale Transformation verlagerte Karrer seinen Fokus auf die Schweiz.

Gemessen am Bruttoinlandprodukt gehören diese zu den zwanzig wichtigsten Volkswirtschaften der Welt. Das Land verfüge im internationalen Vergleich dank hoher Innovationskraft über eine starke Industrie; zudem könne die Schweiz mit einem liberalen Arbeitsmarkt, einer gerechten Einkommensverteilung (gesellschaftliche Stabilität) und einer unabhängigen Nationalbank punkten. Als Grund für die hohe Schweizer Wirtschaftskraft nannte Karrer unter anderem das eigenverantwortliche Handeln, den Zugang zu

internationalen Märkten, die gute Infrastruktur, die politische Stabilität, den guten Steuerstandort und vor allem das duale Bildungssystem.

Folgende Ziele gelte es laut Karrer in den kommenden Jahren zu verfolgen: die Förderung der Innovationsfähigkeit, die Stärkung der Wettbewerbsfähigkeit und eine tiefe Arbeitslosenquote. Dazu brauche es weiter eine starke Exportindustrie (Hinweis auf Wichtigkeit der bilateralen Verträge), eine gute Infrastruktur (Energie), Klarheit bei den Steuern (Steuervorlage 17), weitere Stärkung des Bildungsstandortes (MINT-Berufe), wirtschaftsfreundliche Wettbewerbsregulierungen sowie allgemein eine höhere Sensibilisierung der Gesellschaft bei wirtschaftlichen Themen.

Text: red

Foto: Alex Sollberger

## Langzeitarbeitslosigkeit muss verschwinden.

Mit verschiedensten Angeboten schaffen wir Perspektiven für Menschen, die seit langem keine Stelle mehr haben. Danke, dass Sie uns dabei unterstützen.

[www.sah-schweiz.ch](http://www.sah-schweiz.ch)  
PC-Konto 30-241785-6



**Schweizerisches  
Arbeiterhilfswerk SAH**  
Arbeit und Integration

**RC URI**

## AUSFLUG MIT TRADITION



**Strahlende Gesichter am Minigolfturnier in Morschach**

Gemütliches Minigolfen, ungezwungene Gespräche, viel Lachen und zur Stärkung ein Snack: Bei ihrem gemeinsamen Ausflug kamen die 32 Mitglieder der Freizeitgruppe von Insieme Uri (samt ihren Betreuern) und die 15 rotarischen Freunde des RC Uri voll auf ihre Kosten. Im doppelstöckigen Car ging es von Altdorf nach

Morschach, wo das Minigolfturnier stattfand. Nach fröhlichem Golfen und einer kleinen Stärkung trat man zufrieden die Heimreise an.

Die Ausflüge haben Tradition: Seit 2013 verbringen Insieme Uri und der RC Uri einmal jährlich einen Nachmittag zusammen.

**Text: red, Foto: Adrian Zurfluh**

**RC ENTLEBUCH**

## FLÜGEL FEIERLICH EINGEWEIFT



**Siegetypen: Cellistin Mirjam Vogel mit dem neuen Flügel im Hintergrund**

Ein Flügel für den Rotary Prix Sélection: Mitglieder des RC Entlebuch hatten den hochwertigen Konzertflügel aus dem Hause Bösendorfer gespendet; bei der dritten Ausgabe des Musikwettbewerbs feierte er nun feierliche Premiere. Insgesamt sieben Solistinnen und Solisten brillierten beim diesjährigen Prix Sélection – am brandneuen Flügel ebenso wie an den anderen Instrumenten. Aufgrund des allgemein hohen Niveaus war die Entscheidung für die Jury so schwer wie nie zuvor. Dank Publikumswertung machte schlussendlich Mirjam Vogel das Rennen; sie hatte mit "Allegro appassionato op. 43" von Camille Saint-Saëns überzeugt.

**Text: red  
Foto: Hansueli Anliker**

**RC YVERDON-LES-BAINS**

## 76 000 FRANCS POUR DIX INSTITUTIONS!



**Membres du RC Yverdon-les-Bains**

La dixième édition de la soirée jazz – elle a eu lieu le 4 novembre 2016 – et le solde bénéficiaire d'autres manifestations a permis au club d'Yverdon-les-Bains de répartir le montant remarquable de 76 000 francs entre dix institutions régionales et internationales. Pour ne mentionner que les actions à l'étranger, du matériel éducatif et informatique sera distribué en Inde (en partenariat avec le RC Bombay West) et un soutien financier sera apporté à l'hôpital Bethesda Agon Nyogbo, au Togo.

La cérémonie officielle de remise des chèques aux bénéficiaires s'est déroulée le 9 mai dernier à Yverdon-les-Bains.

Le président du club, Laurens Froidevaux et le président du comité d'organisation de la soirée jazz, Christian Rime, ont tenu à souligner la mobilisation exemplaire des membres du RC Yverdon-les-Bains. A voir le résultat financier, il paraît évident que les Rotariens n'ont pas ménagé leurs efforts!

**Texte et photo: Pascal Besnard**

# Begeisterung?

«Die Risiken im Griff, mein Geschäft im Fokus.»



**Neu: mit erweiterten Deckungen und Serviceleistungen.**

[www.helvetia.ch/kmu](http://www.helvetia.ch/kmu)

**Helvetia Geschäftsversicherung KMU.  
Was immer Sie vorhaben.  
Wir sind für Sie da.**

**helvetia**

Ihre Schweizer Versicherung.

RC EINSIEDELN

## SCHLEMMEN FÜR DEN GUTEN ZWECK

10000 Franken sind das stolze Resultat des italienischen Abends, den der RC Einsiedeln in Zusammenarbeit mit dem Restaurant St. Georg organisierte; der Betrag kommt den Erdbebenopfern von Amatrice zugute.



Spendable Schlemmer: die Organisatoren des italienischen Abends "pro Amatrice"

Nachdem im November 2016 die Erde in Mittelitalien zum zweiten Mal bebte und Schäden gigantischen Ausmasses hinterliess, stand sofort fest: Man müsste Genuss mit Spenden verbinden – die Idee zum Wohltätigkeitsevent "pro Amatrice" war geboren.

Wie die Recherche ergab, hatten sich einige italienische Rotary Clubs bereits zum Hilfsprojekt "Fenice" zusammengesetzt; diesem schloss man sich kurzerhand an. Mit von der Partie waren auch vier Rotary Clubs aus dem Tessin. Deren Koordinator, Francesco Beretta Piccoli vom RC Lugano, zeigte vor Ort in Einsiedeln eindrücklich die Hintergründe und den Nutzen des gemeinsamen Engagements auf. Gutes tun, scheint anzustecken: Als Zei-

chen ihrer Solidarität verzichteten an diesem Abend neben den Gastgebern (Restaurant St. Georg) auch Weinlieferant Marco Biscardo (Weingut Fosso Corno), der brillante Pianist Antonio Davi und die Künstlerin Nicole Ludwig (Galerie Rothaus) weitgehend auf ihre Erträge; sie spendeten grosszügig mit.

Text: red  
Foto: RC Einsiedeln

**RAC BADEN**

## IDK UND PM

Für Rotarier ist die Interdistriktskonferenz ein seltenes Grossereignis; bei den Rotaractern steht sie alljährlich auf der Agenda. Organisiert wurde die IDK samt integriertem President Meeting (PM) diesmal vom RAC Baden im Gasthof Sternen (Wettingen). Die drei wichtigsten Programmpunkte neben den Workshops:

- Der RAC Fribourg-Freiburg wird für "La Rotaractienne, ein Bier für Le Copain" mit dem Preis für das beste Sozialprojekt ausgezeichnet.

- Der neue Vorstand des CRSL (Committee Rotaract Switzerland Liechtenstein) wird gewählt.
- Die Rotaract Clubs beschliessen, sich im kommenden Jahr gezielt mit ShelterBox auseinanderzusetzen.

Eine Führung durch die reich verzierte Kirche des Zisterzienserklosters Wettingen, ein köstliches Abendessen im Gasthof Sternen und ein spontaner Besuch der Brauerei Lägerbräu rundeten den Tag ab.

**Text: red**

**Foto: Duangsamorn Gasser**



**Mit Power ins neue rotarische Jahr: die Rotaracter an der IDK**

**RAC MITTELLAND**

## KINDER, DRACHEN UND EIN CHEQUE

Als die Kinderkrebshilfe Schweiz Anfang April auf Schloss Lenzburg ihr 30-jähriges Bestehen feierte, packte der RAC Mittelland beim Kinderprogramm kräftig mit an. Da wurde Brot über offenem Feuer gebacken, da wurden Geschichten erzählt und kleine Kunstwerke gebastelt, die Mutigen versuchten sich im Pfeil- und

Bogenschiessen, und selbstverständlich durfte auch ein Abstecher zum sagenumwobenen Schlossdrachen Fauchi nicht fehlen. Zusätzlich zum praktischen Einsatz beschenkte der RAC Mittelland die Kinderkrebshilfe Schweiz mit einem Cheque in Höhe von 2000 Franken.

**Text: red**

**Foto: RC Aarau**



**RAC Mittelland im Einsatz für die Kinderkrebshilfe**

**RC AARAU**

## HANDS-ON FÜR DIE REPTILIENBURG

Wenn die Reptilien in den Brüelmatten in Suhr neuerdings stolze Burgherren sind, dann haben sie es den Rotariern vom RC Aarau zu verdanken. Diese sind Anfang April mit einer 25-köpfigen Mannschaft (darunter auch viele Rotaracter und Familienmitglieder) angerückt, um den heimischen Kriechtieren ein gemütliches Zuhause zu schaffen.

ter stattfinden), und unter der sachkundigen Anleitung von Hans-Rudolf Kunz (Birdlife Suhr) und Teichbauer Kay Hindrichs, machte man sich ans Werk. Neues Gehölz einpflanzen, bereits bestehendes Gehölz zurückschneiden, Steine schleppen und einsetzen – es gab massig zu tun. Nach zwei Stunden war das Werk vollbracht – und der Imbiss redlich verdient.

**Text: red**

**Foto: RC Aarau**



**Bauen für Reptilien: Mitglieder des RC Aarau**

Mit Gummistiefeln und Regenzeug bewaffnet (der Einsatz sollte bei jedem Wet-

# Syrien-Konflikt

Wir schauen hin und helfen.



25 Franken per  
SMS spenden:  
**SYRIEN 25**  
an 464



Vielen Dank für Ihre Spende.

Postkonto 30-9700-0

IBAN CH97 0900 0000 3000 9700 0

Vermerk «Nothilfe Syrien»

[www.redcross.ch/syrien](http://www.redcross.ch/syrien)



Schweizerisches Rotes Kreuz 

**RC GERZENSEE-GANTRISCH**



Packten tatkräftig an: Mitglieder des RC Gerzensee-Gantrisch

**WIEDERHOLUNG NICHT AUSGESCHLOSSEN**

Als vor zwei Jahren ihr Mann verstarb, ganz unerwartet infolge einer Krankheit, da stand sie plötzlich alleine da mit ihren drei minderjährigen Kindern. Seither versorgt die Bäuerin den Hof, so gut sie kann, alleine. Unterstützung erhält sie dabei von ihrem Vater; und Unterstützung boten ihr am Hands-on im April auch 24 Mitglieder des RC Gerzensee-Gantrisch. Einen Tag lang packten sie am Hof tatkräftig an, ersetzten einen Zaun samt den Böden in der Scheune und sägten

den Holzvorrat für die Beheizung des Heimetz. Aufgrund des Schneefalls am Vortag mussten die geplanten Feld- und Waldarbeiten leider verschoben werden. Wer weiss, vielleicht wird dieser Teil der Arbeiten schon bald nachgeholt: Trotz Schwielen an den Händen und ordentlichem Muskelkater waren alle Helfer so begeistert vom Gemeindediensttag, dass eine Wiederholung nicht ausgeschlossen ist.

Text: red  
Foto: Rolf Bolliger

**RC GENÈVE**

**COUP DE POUCE DE CHF. 25 000.–  
À LA FONDATION GENEVOISE DE  
LUTTE CONTRE LA MUCOVISCIDOSE**



Les présidents et Mme S. Christ

Mardi 4 avril 2017, le Rotary Club Genève, par son président, Jean-Louis Carpentier, et Jean-Luc Barro, président de la Commission SERVIR, ont remis un chèque de CHF 25 000.– à la présidente de la Fondation Genevoise de Lutte contre la Mucoviscidose, Mme Sonia Christ. La fondation a pour but de contribuer à améliorer la qualité de vie des patients souffrant de mucoviscidose en soutenant financièrement un suivi médical optimal et en offrant aux malades et à leur famille une source d'information, d'écoute et de soutien.

Texte et photo: Pascal Besnard

**RC LUZERN-SEETAL**



Sie haben sich's verdient: glückliche Künstler in Simbabwe



Kunst für die Erdmännchen: Zoodirektor Toni Rösli freut sich über den neuen Bewohner

**ERFOLGREICH  
BEENDET: ART  
FOR CHARITY**

Vorigen Juni hatten Steinbildhauer aus Simbabwe ihre Kunstobjekte in der Galerie akku Emmen ausgestellt; jetzt reiste Dr. Michael Willi (Präsident der Gemeindienststiftung) eigens nach Afrika, um den Erlös aus dem Verkauf der Werke eigenhändig zu überreichen. Das Kunstprojekt "Art for Charity" des RC Luzern-Seetal fand damit seinen erfolgreichen Abschluss.

Mit dem Erlös werden nicht nur die Künstler selbst unterstützt; Geld fließt auch an das St. Triashill Spital im ländlichen Rusape, das dringend sanitäre Anlagen benötigte. Eine der Skulpturen aus Simbabwe steht heute übrigens im Erdmännchengehege von Toni's Zoo in Rothenburg: Der Club hat sie gespendet, um noch lange auf die einzigartige Shona-Steinbildhauerei aus Simbabwe aufmerksam zu machen.

Text: red  
Foto: RC Luzern-Seetal

RC LIECHTENSTEIN

# 60 JAHRE FREUNDSCHAFT

OK-Präsident Hansjörg Marxer brachte es auf den Punkt: Es war kein reines "Jubiläumfest", das man in Liechtenstein feierte; es war "ein Fest der Generationen", ein rotarisches Familienfest – mit dem Geburtstagskind RC Liechtenstein als "Vater", dem RC Liechtenstein-Eschnerberg als "Mutter" und dem Rotaract Club Liechtenstein als "Kind". Entsprechend ungezwungen und ausgelassen, ja regelrecht familiär war die Stimmung.

Highlight Nummer eins: die Gründung des Rotaract Clubs Liechtenstein, der aus dem Studentischen Stammtisch Liechtenstein hervorgegangen ist. Vor etwa fünf Jahren war der Stein ins Rollen gekommen; nun hatte Rolf Geiger, Präsident des RC Liechtenstein, "den letzten Push" gegeben – und so wurde im Beisein von Helen Näff (Jugenddienstbeauftragte RC Liechtenstein-Eschnerberg), Peter Demmel (Präsident RC Liechtenstein-Eschnerberg), Johannes Lindholm (Repräsentant Rotaract D 2000), Governor Heinz Eberhard und vielen, vielen weiteren Familienmitgliedern der RAC Liechtenstein feierlich aus der Taufe gehoben.

"Mut, Gottvertrauen und Risikobereitschaft" gab PDG Hilmar Ospelt – neben Remo Hediger der zweite Governor, den das Fürstentum hervorgebracht hat – dem rotarischen Nachwuchs mit auf den Weg. Aus reichem rotarischem Erfahrungsschatz

schöpfte auch PDG Erich Gerber, als er in seiner Ansprache die ganz persönliche Interpretation der Vierfragenprobe von Robert Barth (erster Rotary-Weltpräsident aus der Schweiz) zitierte.

Bewegende Reden wie die eben erwähnten, unterhaltsame Showacts, ein wahrhaft "fürstlicher" Rahmen und gelebte rotarische Freundschaft machten den Jubiläumsabend zu einem ganz besonderen, unvergesslichen Anlass.

Auch dem "Service"-Aspekt wurde Rechnung getragen: Regierungsrätin Dr. Aurelia Frick (Mitglied im RC Üetliberg) durfte dem Frauenhaus Liechtenstein einen Cheque in Höhe von 12000 Franken überreichen.

Text: vma

Fotos: Josef Marxer



Rotarisches Freundschaftsfest: Jubiläum des RC Liechtenstein

- Am 29.04.1957 kam der RC Liechtenstein erstmals offiziell im Hotel Real zusammen; erster Präsident war Dr. Gustav Hoop.
- Die Charterfeier mit 21 Mitgliedern fand am 21.10.1957 unter dem Governor Hans Bener aus Chur statt.
- An der Rotary Convention in Luzern (19. bis 23.05.1957) wurde Liechtenstein als 100. Land bei Rotary International aufgenommen.
- Seit seiner Gründung hat der RC Liechtenstein zwei Governors für den Distrikt 2000 gestellt: Hilmar Ospelt (1987/88) und Remo Hediger (2002/03).
- Der Club – nach wie vor ein reiner Herrenclub – ist inzwischen auf 70 Mitglieder gewachsen.
- Über sechs Jahrzehnte hat der RC Liechtenstein Spenden in Höhe von 1.3 Millionen Franken generiert; hinzu kommen ungezählte Stunden an freiwilliger Arbeit.

Text: vma

Fotos: Josef Marxer

**RC ZÜRICH-ADLISBERG**

## LEBENSCHULE FÜR ALLE

Seit zwölf Jahren unterstützt der RC Zürich-Adlisberg das Volleyballturnier des Suchttherapiezentrum "start again". Die Rotarier amten als Schiedsrichterassistenten, stellen den Notarzt, betreiben die Cafeteria, backen Kuchen, beschaffen und sponsern die Turnierpreise und stellen eine eigene, hoch motivierte Turniermannschaft.



Tief beeindruckt und mit Freude am Werk: die Helfer des RC Zürich-Adlisberg

"Dieses Hands-on ist mit grossem Aufwand verbunden", sagt Christoph Küenzi, "doch die Mühe zahlt sich aus!" Die Begeisterung der jungen Leute steckt förmlich an. Und immer wieder gäben sie im persönlichen Gespräch einen kurzen Blick auf ihren steinigen Lebensweg preis. "Wir Rotarier sind voller Bewunderung und zollen den grössten Respekt: Diese jungen Menschen kämpfen sich jeden Tag auf Neue zurück in ein Leben ohne Abhängigkeit", so Küenzi.

"Dieses Engagement gibt uns viel: die Rührung der Eltern, wenn sie ihre Kinder im Team um jeden Punkt fighten sehen, die Wertschätzung für das reichhaltige Kuchenbuffet und die Freude, die wir bei der Vergabe der liebevoll eingepackten Turnierpreise erleben. Vor allem aber lernen wir, was es heisst, durchzuhalten, neue Perspektiven zu entdecken und dabei den Glauben an sich selbst nicht zu verlieren. Das Plauschturnier ist Lebensschule für alle."

"Start again – Das Zentrum für Suchttherapie" begleitet (meist junge) Menschen mit Abhängigkeiten beim sozialen und beruflichen Wiedereinstieg. Das jährliche Volleyballturnier ist Tradition; mittlerweile sind knapp 30 Teams aus der ganzen Schweiz und dem angrenzenden Ausland beteiligt.

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

Text: red  
Foto: Christoph Küenzi

17

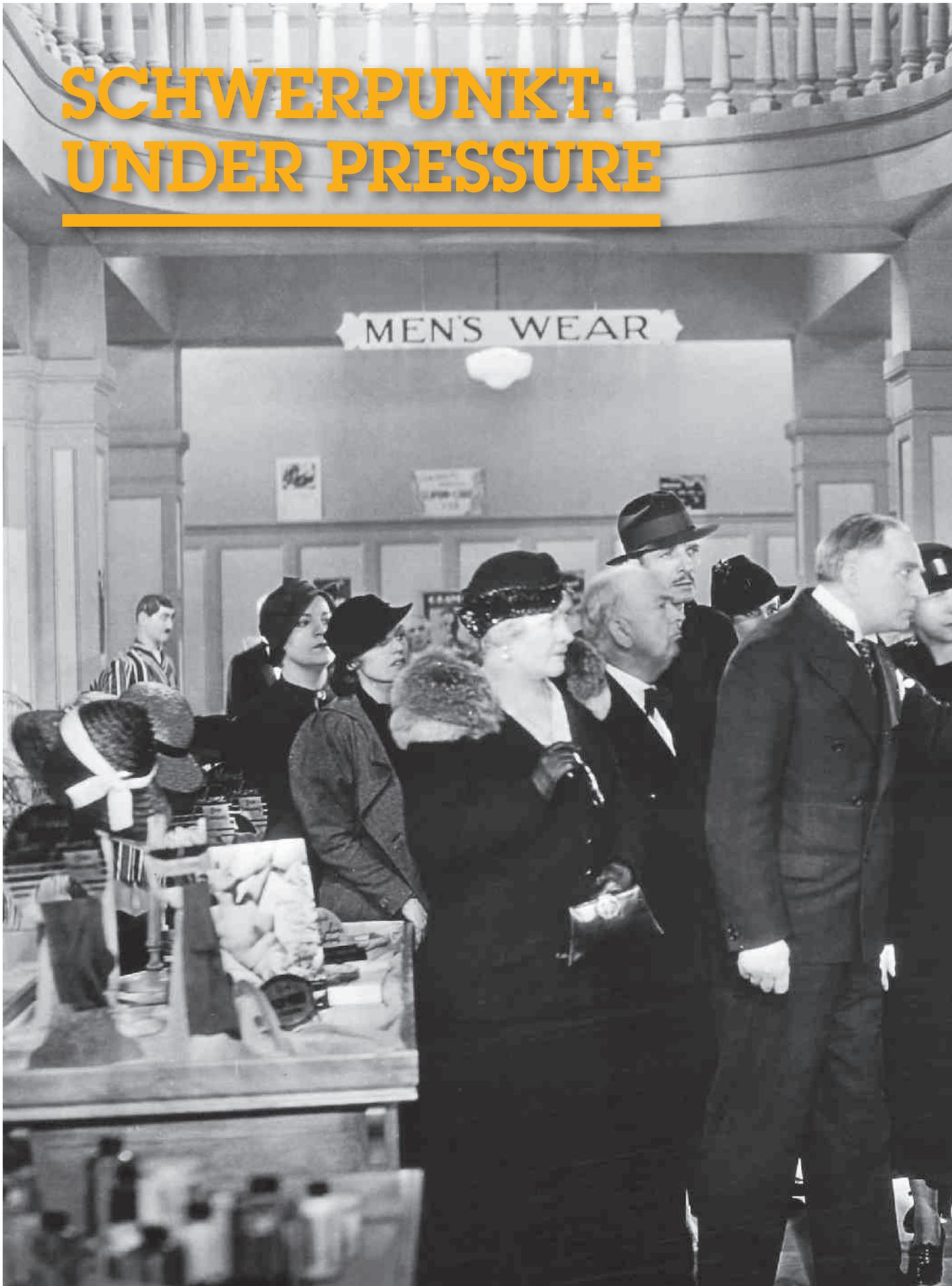
DEM<sup>M</sup>EL  
KAFFEE

EDLER KAFFEEGENUSS  
**RÖSTFRISCH**  
FÜR ZUHAUSE ODER IM BÜRO

JETZT  
ONLINE  
BESTELLEN

[www.demmel.li](http://www.demmel.li)  
Gourmet-Rösterei  
Peter Demmel  
Landstrasse 85  
FL-9494 Schaan  
Liechtenstein

# SCHWERPUNKT: UNDER PRESSURE





## STRESS

# "ICH SCHAFFE DAS NICHT"

Multitasking, Hetze, Angst zu versagen – immer mehr Menschen leiden unter Stress. Aber: Es lässt sich heilen. Noch besser ist allerdings: vorbeugen!

In der nüchternen Übersetzung des Wortes Stress geht es um Druck und Anspannung: Wir reden über Stress, wenn wir uns gehetzt fühlen. Wir lassen uns jagen, sehen Gefahren, wir stöhnen und erschrecken. Wir fühlen das Gegenteil von dem, was die deutsche Bundeskanzlerin Angela Merkel mit ihrem berühmten Satz "Wir schaffen das" gesagt hat: "Ich schaffe es nicht". Viele Situationen im Leben lösen das Gefühl aus, eine Herausforderung nicht zu bewältigen. Kommt dann alles auf einmal, muss der Schrei nach Hilfe erhört werden. In vielen Fällen wird sie notwendig. In solchen Situationen wird ein Mechanismus im Körper ausgelöst, der sich in Schweiß und Zittern äussert und zu einem entsprechenden Verhalten führt.

Stress als Last und Belastung zu erfahren ist die eine Seite, die andere ist der oft willkommene Kick, die Suche nach Adrenalinstössen und die mögliche Sucht nach diesen. Der amerikanische Extremsportler Luke Aikins hat das im Juli über der kalifornischen Wüste demonstriert, als er sich aus 7600 Metern Höhe ohne Fallschirm in ein 30 mal 30 Meter grosses Netz stürzte. Er hatte den Adrenalinstoss, und viele Fernsehzuschauer hatten dabei ihr eigenes individuell dosiertes Stresserlebnis.

Der Kick, nach dem – bewusst oder unbewusst – gesucht wird, steht damit im Gegensatz zur belastenden Form von Stress. Er wird positiv empfunden und praktisch zum Freizeitvergnügen. Nichts anderes ist der Bungee-Sprung, die anspruchsvolle Klettertour in höchsten Graden oder schlimmstenfalls das illegale Autorennen, bei dem die Fahrer nicht nur das eigene Leben riskieren, sondern sogar das anderer Menschen. Hier gibt es nichts zu bewältigen, sondern etwas zu verhindern.

Als dritte Erscheinung gelten Stressreaktionen als anregende und leistungssteigernde Form der Grenzbelastung. Diese ist immer wieder im Berufsleben zu beobachten. Forscher der Universität Basel haben nachgewiesen, dass der Druck, mehrere Aufgaben gleichzeitig lösen zu müssen, auch positiv auf ein Ergebnis wirken kann. Die Wissenschaftler haben festgestellt, dass in diesem Fall die Vorgehensweise gewechselt wird. Entscheidungen fallen dann mit Hilfe von Ähnlichkeitsstrategien statt anhand üblicher Regeln.

Die Psychologin Bettina von Helversen, die an der Basler Studie mitgearbeitet hat und heute Urteils- und Entscheidungsprozesse erforscht, berichtet in der Fachzeitschrift *Psychological Science* von einer Vergleichsstudie. Danach hatte eine Gruppe Aufgaben mit einer Ähnlichkeitsstrategie zu lösen, eine andere Gruppe musste parallel dazu weitere Anforderungen erfüllen. Die Probanden waren somit einem Multitasking ausgesetzt. Die Psychologin konnte nachweisen, dass der Druck leistungssteigernde Effekte erzeugt hatte. Unverändert gehen andere Experten jedoch davon aus, dass Menschen mehr Fehler machen und schneller ermüden, wenn sie mehrere Aufgaben gleichzeitig erledigen sollen.

Damit wird bestätigt, dass Stress und Stressempfindungen subjektiv erscheinen und dabei unterschiedliche körperliche und seelische Reaktionen auslösen.

## UNFÄHIG ZUM HANDELN

"Man hat in der Stress-Forschung lange Zeit angenommen, dass die biologische Stress-Antwort nur von der objektiven Qualität des Stressors abhängig wäre. Das stimmt aber nicht, weil auch die kognitive

Bewertung durch das betroffene Individuum eine Rolle spielt. Ich kann dieselbe Belastungssituation mehr als Bedrohung und Überforderung empfinden oder als Chance und zu meisternde Herausforderung. Moderne Stressmodelle berücksichtigen auch diese individuellen Unterschiede und führen sie auf die jeweiligen Vorerfahrungen mit dem eigenen Bewältigungspotenzial zurück", erklärt Joachim Klosterkötter, der ehemalige Direktor der Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie an der Universität Köln.

Was passiert im Körper? Die erlebte Schrecksekunde wirkt sich in der Regel als momentane Unfähigkeit zum Handeln aus, weil der Stoffwechsel plötzlich einbricht. In der folgenden Phase entwickelt der Körper zusätzliche Energie, indem Stresshormone wie Adrenalin und Noradrenalin schlagartig wirken. Das Herz schlägt schneller, der Blutdruck steigt, und Abwehrkräfte werden mobilisiert. Jetzt wird der gestresste Mensch aktiv: Flucht, Abwehr oder – etwa im Strassenverkehr – Bewältigung einer heiklen Situation an der Gefahrengrenze. Nach Ablauf dieser Phasen beginnt in der Regel die Erholung aus einer Erschöpfung heraus, der Hormonspiegel pendelt sich wieder ein; der Körper wechselt in seinen gewohnten Betrieb.

Nach aller Erfahrung wird es dramatisch, wenn diese Erholung nach einer plötzlich aufgetretenen Stress-Situation ausbleibt. Das wäre dann der Wechsel in den Dauerstress – und eine Ursache möglicher weiterer Erkrankungen. Sie können von den bekannten Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Bluthochdruck und Rhythmusstörungen bis zum Infarkt reichen; oder den Verdauungstrakt mit Durchfall, Übelkeit und Erbrechen erfassen; letztlich können

Erscheinungen wie Schlafstörungen, Kopfschmerzen oder Migräne ausgelöst werden. Dazu gibt es viele weitere Krankheitsbilder, die auf Stress-Situationen und Dauerstress zurückzuführen sind. Am Ende stehen auch seelische Erkrankungen wie Depressionen, Burnout, chronische Angst oder permanente Unruhe.

Der Kölner Mediziner Klosterkötter sagt über die Reaktionen und die möglichen Folgen für den menschlichen Körper: "Dauerhafte oder wiederholte Stressreaktionen fordern vom Organismus Kosten für die längerfristig aufrechterhaltenen Anpassungsreaktionen. Dieser sogenannte Allostatic Load lässt sich auch messen und zeigt uns in einem Globalscore die Anfälligkeit für stressassozierte Erkrankungen in der jeweiligen Lebensphase an. Ausschlaggebend für die Entstehung der Krankheiten sind Ab- und Umbauvorgänge in bestimmten Hirnregionen, dem Frontalhirn, dem Hippocampus und den Amygdala, die durch die häufige oder chronische Ausschüttung von Stresshormonen, vor allem Cortisol, hervorgerufen werden und sich störend auf verschiedene Organe und Funktionssysteme auswirken, vor allem auf Gehirn, Herz, Magen-Darm, Stoffwechsel und Infektabwehr. Wer beispielsweise in die erste Phase der heute so viel diskutierten Burnout-Problematik gerät und auf die Herausforderungen am Arbeitsplatz mit überhöhtem Energieeinsatz, zunehmendem Ärger und aggressiven Impulskontrollverlusten reagiert, sollte an seine dem beruflichen Dauerstress bereits gezollten Kosten denken.

Schon die nächste Burnout-Phase des reduzierten Engagements, des Vermeidungsverhaltens und der gesuchten Diszanz geht nämlich in aller Regel schon mit

krankhaften körperlichen und seelischen Störungen einher, bevor es in der dritten Phase der Passivität und Isolation dann oft zum Vollbild einer Depression, zu Angst- oder Suchterkrankung kommt», erläutert Klosterkötter.

### STRESSSITUATIONEN ERKENNEN

Der Blick auf die Folgen von Stress zwingt dazu, sich frühzeitig oder bei ersten Wahrnehmungen von Stress mit Vermeidungsstrategien zu befassen. Hier beginnt die Frage, die in der Regel nicht ohne Rat von aussen zu beantworten ist: Was kann ich selbst vorbeugend unternehmen, um gar nicht erst in diese Lage zu kommen?

Zu jeder Krankheit gehört die über Jahrhunderte bewährte Erkenntnis, dass Vorbeugen besser ist als heilen. Ärzte und Psychologen, insbesondere auch Arbeitsmediziner, raten dazu, selbst oder mit fachlicher Hilfe Strategien zu entwickeln, mit denen systematisch und erfolgreich Stress vermieden oder abgebaut werden kann. Das bedingt allerdings, dass der Mensch sich in die Lage versetzt, Stress-Situationen zu erkennen und Ursachen sowie Entwicklungen zu analysieren. Dabei dürfte der einfachste Ansatz in der regelmässigen und routinierten Planung des eigenen Alltags bestehen.

Stress hat oft auch mit Faulheit und Verdrängung zu tun. Einfach die Dinge liegen lassen, aufschieben und sich ablenken lassen. Einzelne oder kumuliert kann solches (Fehl-)Verhalten das Fundament einer seelischen Mauer sein, die sich im Berufs- und Privatleben aufbaut, wenn Unerledigtes zur Last oder gar zur Bedrohung wird. Hier taucht übrigens wieder das bereits erwähnte Symptom auf: "Ich schaffe das nicht». Damit ist klar, dass wir selbst vorbeugen können, indem wir unseren Alltag

ordnen. Wer den Tag mit früherem Aufstehen beginnt, hat schon einmal mehr Zeit. Wer den frühen Sommermorgen mit dem ersten Vogelgezwitscher erlebt, wird erstaunt registrieren, wie viel schon erledigt ist, bevor der eigentliche Tag beginnt.

Die Voraussetzung dafür können wir am Abend vorher schaffen, indem wir früher als gewohnt zu Bett gehen, rechtzeitig Telefon und Smartphone stumm schalten und vor dem Einschlafen eine leichte Lektüre wählen, die entspannt und auf angenehme Weise müde macht. Übrigens: E-Mails lesen sich am nächsten Morgen meist viel entspannter.

In der Nacht sind wir beim zweiten Ansatz angelangt, Stress vorzubeugen und gar nicht erst aufkommen zu lassen. Die Prävention gegen Schlafstörungen steht im Mittelpunkt der Ratgeberliteratur zur Stressvermeidung. Erholsamer Schlaf ist nun einmal eine elementare Voraussetzung für Wohlbefinden und damit für Gesundheit und Leistungsfähigkeit. Und nun kommt das, was Lebensqualität durch gesunden Schlaf fördert, nämlich Verzicht auf das, was für den einen oder anderen eben erst das Leben ausmacht: Essen, Alkohol und Nikotin bei geringer Bewegung. Mässig und nicht regelmässig könnte hier eine Leitlinie lauten, die schon weiterhilft. Nicht die Schlaftablette, sondern Einsicht ist das beste Rezept: regelmässige Schlafzeiten, Ablaufrituale im Badezimmer. Das allein schon kann vor dem Zu-Bett-Gehen in seiner Regelmässigkeit beruhigend wirken. Natürlich muss der Raum eine Wohlfühl-Atmosphäre ausstrahlen. Wer im Wohnzimmer oder Esszimmer schläft, kann nicht zur Ruhe kommen und abschalten. Gerüche statt frischer Luft und Licht statt Dunkel und ruhiger Umgebung sind Gift für Körper und Seele.



**Jost Springenguth**  
(RC Köln-Hahnenort) **arbeitet als Journalist, ist Geschäftsführer der Kommunikationsagentur Cyrano und war Chefredakteur mehrerer Tageszeitungen, zuletzt bis 2009 der Kölnischen Rundschau**

## TRAININGSPROGRAMME NUTZEN

In dem Zusammenhang stellt Mediziner Klosterkötter fest: "Zahllose Veranstaltungen und Medienberichte beklagen heute den Dauerstress in der rastlosen Zivilisation unserer Multitasking-Gesellschaft und beschäftigen sich mit den kaum noch überschaubaren, mehr oder weniger seriösen Angeboten der Anti-Stressindustrie. Dabei werden die grossen Chancen, die uns die moderne Stressforschung für die Erhaltung der körperlichen und seelischen Gesundheit eröffnet hat, nur allzu leicht übersehen. Je mehr wir von den Stressbedingungen einer Erkrankung verstehen, umso eher sind wir imstande, sie durch Vermeidung der massgeblichen Stressoren oder Erhöhung der stressreduzierenden Widerstandskräfte schon von vornherein und rechtzeitig zu verhindern."

Die heute verfügbaren Trainingsprogramme zur Stressbewältigung könnten gezielt und krankheitsspezifisch für diesen Zweck nutzbar gemacht werden, meint der Mediziner. "Damit", so Klosterkötter, "leisten sie etwas, das unter alleiniger Berücksichtigung der genetischen Risikofaktoren und organischen Krankheitsursachen gar nicht möglich wäre, nämlich einen Beitrag zur Primärprävention."

## GIFT FÜR DEN KÖRPER

Jeder Mediziner rät darüber hinaus dazu, regelmässig Sport zu treiben als Alternative zum Ausleben permanenter Lebenslust in ungesunder Qualität. Ausdauer und Gleichmässigkeit in der Belastung sind hier entscheidend. Der Anfang sollte nicht ohne Anleitung gemacht werden. Überbelastungen sind Gift für den Körper und erzeugen sportlichen Stress, der nicht sinnvoll sein kann. Begrenzte Ausdauersportarten wie Walken und Radfahren oder Gerätetraining unter Anleitung erleichtern dem Herz die Arbeit, weil die Gefässe erweitert werden und eine regelmässige alters- und geschlechtsgerechte Fitness hilft, Stress zu vermeiden. Wenn der Körper ruht, muss er auch in Ruhe gelassen werden, und wenn der Körper aktiv ist, sollte er nicht überanstrengt werden.

Natürlich lässt sich dies alles individuell, abgestimmt auf Alltag und Umgebung, mit fachlicher Hilfe erreichen. Wer einmal eine koronare Herzerkrankung überstanden und die entsprechende Heilanschlussbehandlung erfahren hat, der weiss, warum es geht. Der medizinisch und mit systematischer Beschäftigung begleitete Alltag in einer Erholungsklinik ist auch ohne vorherige Krankengeschichte manchmal besser als ein üblicher Urlaub auf Mallorca, in dem wir dann ein anderes Stress-Phänomen erleben. Schlimmster Stressfaktor neben der schlecht geplanten Arbeit sind nun einmal zu viele Pläne für die Freizeit. Und nicht jeder Kurzurlaub verdient den Wortbestandteil "Urlaub". Urlaub vom Alltag ist da schon besser.

Wer die Langsamkeit als Luxus begreift, könnte den Vorteil geniessen, ein weitgehend stressfreies Leben zu führen.

**Text: Jost Springenguth**

## STRESS EST GUÉRISSABLE ET ÉVITABLE

Nous parlons de stress quand nous nous sentons sous pression. Les situations ne manquent pas où nous avons l'impression de ne pouvoir faire face à un défi. Mais les réactions au stress peuvent aussi se manifester sous une forme stimulante qui nous incite à dépasser nos limites. La tension qui nous anime quand nous devons gérer plusieurs tâches en même temps peut amener à un résultat positif. Il est prouvé que le stress et la perception du stress sont subjectifs et déclenchent des réactions physiques et psychiques de toutes sortes. On constate aussi qu'il est grave de ne pas pouvoir récupérer après une situation de stress inattendu. On est alors dans une situation de stress permanent – ce qui peut expliquer que l'on tombe malade.

La perspective de conséquences dues au stress nous oblige à prendre conscience rapidement de cette situation en développant des stratégies pour ne pas en arriver là selon l'adage – Mieux vaut prévenir que guérir. Nous pouvons y arriver par nous-mêmes en planifiant notre journée. Par exemple se lever de bonne heure, cela fait gagner du temps. Dormir relax, c'est créer des conditions préalables de bien-être. Le sommeil se trouve plus facilement en renonçant à une nourriture riche, à l'alcool et au tabac. Le médecin conseille aussi de pratiquer régulièrement du sport; la ténacité et une sollicitation équilibrée s'imposent: il faut donc se faire coacher.

Les résultats d'un suivi en clinique de repos seront nettement plus profitables que des vacances à Majorque. Le pire facteur de stress est de faire trop de projets pour les loisirs.

## STUDIE

# DER TÄGLICHE WAHNSINN AM ARBEITSPLATZ

Es sind Geschichten, über die man als Vorgesetzter normalerweise nicht gerne spricht: Probleme mit Mitarbeitern, die unter psychischen Problemen leiden und das Arbeitsklima im Unternehmen stark belasten. Gegenüber der Hochschule Luzern haben 1542 Führungskräfte nun das Schweigen gebrochen. Die Resultate der vor Kurzem veröffentlichten Studie sind bedenklich.

Über 80 Prozent der befragten Chefs erinnern sich an Erlebnisse mit Mitarbeitern, die unter akuten Krisen, schweren Suchtproblemen oder starken Ängsten leiden. Es sind also alles andere als Bagatellen, welche den Arbeitsalltag belasten. Rund 40 Prozent der Führungskräfte geben an, dass diese Vorfälle für sie selbst psychisch extrem oder sehr belastend sind. In 40 Prozent dieser oft lang andauernden Problemfälle ist das Team ebenfalls stark belastet und die Produktivität der betroffenen Abteilung leidet stark.

Obwohl der Umgang mit psychisch auffälligen Arbeitnehmern also – der tägliche Wahnsinn – ist – so der Titel der Untersuchung –, sind weniger als 30 Prozent aller Führungskräfte jemals darin geschult worden, wie sie solche Mitarbeitenden führen können. Ein fatales Versäumnis, wenn man sieht, dass die von den Befragten geschilderten Fälle häufig schlimm enden. So führten die Probleme bei rund 2,5 Prozent der betroffenen Mitarbeiter zum Tod, fast immer durch Suizid. Sehr häufig, nämlich in zwei Dritteln der Fälle, wird das Arbeitsverhältnis aufgelöst. Dies nachdem die psychisch auffälligen Mitarbeiter vorher lange abwesend, krankgeschrieben oder teillinvalid wurden.



Die Studienautoren empfehlen, das Thema zu enttabuisieren. Doch dies ist leichter gesagt als getan. Über 90 Prozent der Chefs geben zwar an, dass es ihnen helfen würde, wenn der Mitarbeiter die Probleme offen ansprechen würde. Gleichzeitig erklären 60 Prozent, sie würden Mitarbeitende sicher oder eher ablehnen, wenn sie beim Vorstellungsgespräch ihre psychischen Probleme erwähnen würden. Es handelt sich also um ein klassisches Dilemma.

Die Experten fordern weiter, dass die Unternehmen ihre Führungskräfte im Umgang mit psychisch auffälligen Angestellten nachhaltig schulen. Die Ausbildung von Personalverantwortlichen sollte zwingend einen entsprechenden Schwerpunkt enthalten. Weiter sollten Fachpersonen wie Psychiater, HR-Verantwortliche, Case-Manager von Krankentag-Versicherungen und IV-Stellen früher einbezogen werden.

**Text: Erich Aschwanden**

## ÉTUDE

## STRESS QUOTIDIEN AU TRAVAIL

Il y a des choses dont on n'aime pas parler normalement quand on est chef: p. ex. les situations sensibles avec des collaborateurs qui souffrent de problèmes psychiques, lesquelles peuvent détériorer l'ambiance de travail dans l'entreprise. 1542 cadres supérieurs qui ont participé à une enquête de la Haute Ecole de Lucerne ont brisé ce tabou. Les résultats de cette enquête publiée récemment sont préoccupants.

Plus de 80% des cadres gardent en mémoire des situations où certains de leurs collaborateurs ont dû faire face à une crise profonde, ont souffert de graves problèmes de produits toxiques ou d'anxiétés profondes. Ce ne sont nullement des situations futiles qui perturbent le quotidien au travail. 40% des cadres remarquent que cela leur pèse

beaucoup psychiquement. Et dans 40% des cas, ces problèmes ont un impact sur l'équipe et sur la productivité.

Bien qu'il s'agisse en l'occurrence de savoir réagir face à des personnes perturbées psychiquement, moins de 30% de ces cadres ont suivi une formation qui les aiderait à identifier ces problèmes. Un gros manque quand on sait que les cas cités par les répondants au sondage se terminent souvent tragiquement. Ainsi dans 2,5% des cas, le collaborateur est décédé, presque toujours en mettant fin à ses jours. Souvent, soit dans deux cas sur trois, les rapports de travail ont été résiliés. Et ceci après que le collaborateur sujet à des problèmes psychiques a été longtemps absent, pour cause de maladie ou d'invalidité partielle.

Les auteurs de l'étude recommandent de détabouiser le sujet. Plus facile à dire qu'à faire. Plus de 90% des chefs affirment que cela les aiderait beaucoup si leur collaborateur parlait ouvertement de ses problèmes. Mais 60% d'entre eux pensent qu'il refuserait de lui en parler. C'est un dilemme classique.

Les experts encouragent les entreprises à offrir une formation solide adéquate à leurs cadres pour agir avec doigté face à une personne présentant des problèmes psychiques. C'est un point capital de la formation RH. Des spécialistes tels les psychiatres, responsables RH, case-managers des assurances d'indemnité journalière et l'AI devraient aussi être contactés avant qu'il ne soit trop tard.

Texte: Erich Aschwanden



RESILIENZ

# STRESS, BURNOUT, DEPRESSIONEN...

Rotarier Gregor Hasler – Professor für Psychiatrie und Psychotherapie – über Loser, den Psychoboom unserer Tage und die Überwindung von Ängsten. Ein Interview von Hanspeter Kleiner.

**Prof. Hasler, was hat Sie veranlasst, sich als Psychiater auf Stress-Folgen zu spezialisieren?**

Ich habe mich nicht gezielt spezialisiert. Vielmehr haben Veränderungen der Arbeitswelt dazu geführt, dass sich die Psychiatrie nicht mehr nur mit schweren Störungen wie Schizophrenie befasst, sondern zunehmend mit leichteren Stresskrankheiten wie Depressionen, Burnout oder Angststörungen. Diese beschäftigen mich immer mehr.

**Worauf führen Sie dies zurück?**

Auf das veränderte Umfeld der alltäglichen Arbeit. Früher lernte man ein Handwerk, wurde ein Meister darin und war stolz, das ganze Arbeitsleben lang gutes Brot zu backen oder bequeme Schuhe herzustellen. Heute ist Karriere und Erfolg gefragt, von den Mitarbeitern wird Kreativität, Multitasking und Initiative erwartet. Das führt dazu, dass man sich bald als "Loser" sieht, Freude und Initiative vermissen lässt, kurz, dass man "Stress" empfindet, was zu Problemen führen kann.

**Sie sagen empfindet, fühlt; ist der Stress denn nicht echt?**

Studien belegen, dass der "gefühlte" Stress in den letzten Jahrzehnten deutlich zugenommen hat. Der steigende Wohlstand, die materielle Sicherheit, politische Stabilität, Erfolge der Medizin, zunehmen-



Prof. Dr. med. Gregor Hasler ist Professor für Psychiatrie und Psychotherapie und Leiter der Abteilung für Molekulare Psychiatrie an der Universität Bern sowie Chefarzt der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie der UPD Bern. Seine Forschungsschwerpunkte sind bio-psycho-soziale Interaktionen in Bezug auf das Stress-Erleben, soziale Neurowissenschaften, Neuroimaging und Epigenetik

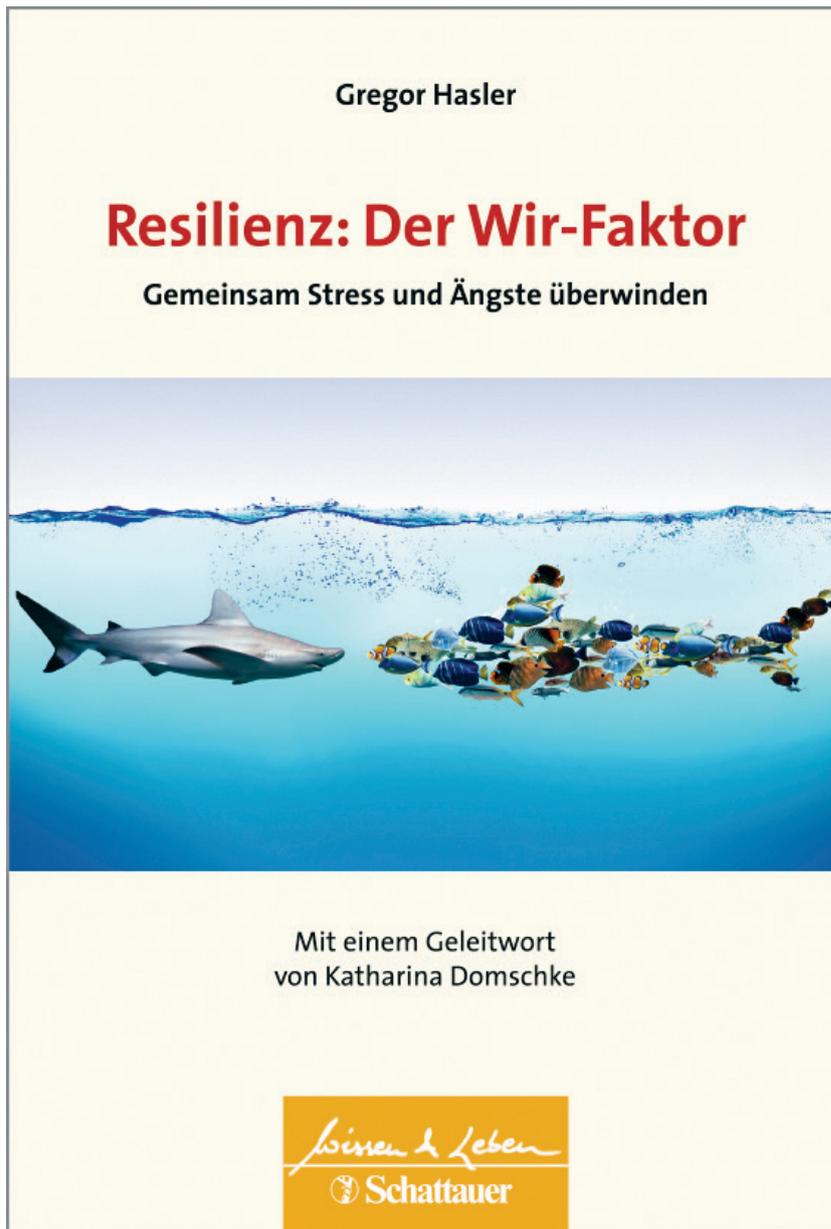
de Freizeit, neue Karrieremöglichkeiten führten zu einer Abnahme des objektiven Stresses, die steigende Lebenserwartung bestätigt diese Beobachtung. Dennoch hat Stress in der Schweizer Bevölkerung von 2000 bis 2010 nach Angaben der Befragten um einen Drittel zugenommen, infolge Zeitdruck, unklaren Anweisungen und Diskriminierungen. Allerdings gibt es kaum Hinweise, dass sich diese Faktoren wirklich verschlechtert hätten. Die Arbeitszeiten wurden eher verkürzt, die Diskriminierung von Frauen oder Homosexuellen etwa hat abgenommen. Nach meinen Erfahrungen hat jedoch vor allem die psychische Widerstandskraft abgenommen.

**In Ihrem neuen Buch nennen Sie es "Resilienz". Ist dies der Fachausdruck dafür?**

Ja. Die Wirtschaftskrise von 1929 trieb viele Menschen in den Ruin; sie litten Hunger, froren, gingen in Lumpen und lebten in zerfallenden Häusern. Doch sie wurden kaum depressiv. In der Finanzkrise von 2008 stieg die Quote der Arbeitslosen in der Schweiz, in Deutschland oder den USA nie über zehn Prozent, die Krise führte nicht zu Frostbeulen und Hunger, aber zu einem deutlichen Abstieg von gefühltem Stress, Angst und Depressionen: 48000 Menschen nahmen sich wegen dieser Krise das Leben! Das zeigt, wie gross unsere seelische Verletzlichkeit geworden ist.

**Woher rührt das?**

Kulturelle und soziale Faktoren bestimmen die Resilienz. Besonders wichtig sind Vertrauenspersonen, die uns im Notfall beistehen und die in der Nähe erreichbar sind, beispielsweise Rotarier. Leider hat ihre Zahl in den letzten Jahrzehnten in den westlichen Ländern abgenommen – infolge zunehmender Mobilität und eines überspitzten Individualismus. Auch ein ausufernder Materialismus schwächt unsere Widerstandskraft. Einkommen, Aussehen und sozialer Status verdrängen Werte wie Zugehörigkeit, Familiensinn oder auch innere Unabhängigkeit. Neueste Studien zeigen, dass diese Veränderungen wesentlich für die Zunahme von gefühltem Stress verantwortlich sind.



**Und was ist dagegen zu tun?**

Soziale Medien helfen jedenfalls nicht weiter. Das Hinterfragen materieller Werte und die Pflege lokaler sozialer Netzwerke tragen hingegen wesentlich zur Stärkung unserer seelischen Widerstandskraft, unserer mentalen Fitness bei. In meinem neuen Buch nenne ich es den "Wir-Faktor": Gemeinsam Stress und Ängste überwinden. Auch gab es noch nie so viele Psychiaterinnen, Psychotherapeuten und mentale Coaches, wurden noch nie so viele Antidepressiva verordnet wie heute. Dieser "Psy-

choboom" ist kein Problem, spiegelt aber eines, nämlich die Herausforderungen, die viele Menschen, nicht zuletzt junge, an sich selber stellen. Gefordert ist da nicht in erster Linie die Medizin, sondern die Gesellschaft. Bekämpfen lassen sich Stressfolgen wie Depressionen aber sehr wohl medizinisch und psychotherapeutisch, vor allem, wenn Störungen früh erkannt und entschlossen behandelt werden.

**Interview: Hanspeter Kleiner  
Foto: Gregor Hasler**

GESUNDHEITZUSTAND IN ZAHLEN

# WIE PSYCHISCH GESUND IST DIE SCHWEIZ?

Das Schweizerische Gesundheitsobservatorium (Obsan) analysiert als eine von Bund und Kantonen getragene Institution die vorhandenen Gesundheitsinformationen in der Schweiz. In seinem vierten Monitoringbericht liefert das Obsan einen aktuellen Überblick über die empirischen Fakten zur psychischen Gesundheit der Schweiz. Berücksichtigt werden dabei unter anderem Aspekte wie das persönliche Wohlbefinden, Lebenszufriedenheit, Selbstbewusstsein, Beziehungsfähigkeit und die Fähigkeit, die normalen Lebensbelastungen zu bewältigen.

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

- Wird gezielt nach Depressionssymptomen gefragt, berichten 30 Prozent der Bevölkerung von Depressivität. Rund 2 Prozent der befragten Frauen und Männer sprachen von (eher) schwerer Depressivität. Leichte Depressivität ist bei Frauen häufiger (25 Prozent) als bei Männern (20 Prozent); mittlere bis schwere Symptome nennen beide Geschlechter etwa gleich häufig (7 vs. 6 Prozent).
- Rund 40 Prozent der Schweizer Bevölkerung weisen eine hohe Kontrollüberzeugung auf; auf mittlere und tiefe Kontrollüberzeugung entfallen 40 bzw. 20 Prozent. Ein Grossteil der Bevölkerung ist demnach der Ansicht, das Leben mehrheitlich selbst gestalten zu können. Diese Zahlen sind über die letzten 20 Jahre stabil geblieben.
- Knapp 40 Prozent der Schweizer Bevölkerung erfahren starke soziale Unterstützung; bei mehr als 12 Prozent ist die erlebte Unterstützung jedoch gering.
- Rund 60 Prozent der Schweizer Bevölkerung fühlen sich "voller Energie und Vitalität". Männer, ältere Personen und gut Ausgebildete berichten häufiger von diesem Zustand als Frauen, junge Menschen und Personen mit tieferem Bildungsniveau.
- Knapp 5 Prozent der Schweizer Bevölkerung fühlen sich stark, rund 13 Prozent fühlen sich mittelschwer psychisch belastet. Damit ist bei 18 von 100 Personen das Vorliegen einer psychischen Störung wahrscheinlich.
- Etwas mehr als ein Drittel (36 Prozent) der Befragten gab an, sich manchmal bis häufig einsam zu fühlen. Dies sind leicht mehr Personen als in den Vorjahren (etwa 30 Prozent), jedoch ähnlich viele wie 1997 (36 Prozent). Frauen fühlen sich dabei deutlich höher einsam als Männer (42 vs. 30 Prozent). Dieser Geschlechterunterschied besteht über alle Altersgruppen hinweg.

**"Frauen fühlen sich deutlich häufiger einsam als Männer."**

- Die allgemeine Inanspruchnahme von Behandlungen infolge psychischer Beschwerden hat im Verlauf der Jahre stetig zugenommen. Während sich 1997 4,1 Prozent der Bevölkerung wegen psychischen Problemen behandeln liess, stieg der Anteil 2012 auf 5,4 Prozent.
- Der Grossteil der PatientInnen (mehr als 80 Prozent) liess sich durch psychiatrische oder psychotherapeutische Fachpersonen behandeln; die Behandlungen von psychischen Problemen in ärztlichen Allgemeinpraxen nahm hingegen in den letzten 15 Jahren merklich ab (von 33 auf 13 Prozent). Anteilsmässig sind es vor allem ältere Personen und Frauen, die bei psychischen Be-

**"In der Schweiz starben 2014 viermal mehr Personen an Suizid als an Strassenunfällen."**

schwerden einen Allgemeinmediziner aufsuchen.

- Die Zahl der in ambulanten psychiatrischen Praxen behandelten Personen hat über die letzten 10 Jahre enorm zugenommen: von etwa 183 000 Personen im 2006 auf 447 000 im 2015.

**"Die durch psychische Störungen verursachten volkswirtschaftlichen Kosten liegen Schätzungen zufolge bei mehr als 11 Milliarden Franken pro Jahr."**

- In den Schweizer Spitälern wurden 2014 91297 stationäre Aufenthalte aufgrund einer psychiatrischen Hauptdiagnose gezählt. Dies entspricht etwa 13 Hospitalisationen pro 1000 Einwohner. Die Psychiatrie-Fälle in Spitälern haben innert zwölf Jahren um 16,4 Prozent zugenommen.
- Bei den Männern waren die häufigsten Diagnosen Störungen durch Alkohol, neurotische, Belastungs- und somatoforme Störungen sowie Depressionen. Bei den Frauen standen Depressionen an erster Stelle, gefolgt von neurotischen, Belastungs- und somatoformen Störungen sowie Psychosen.
- Psychische Störungen verursachen hohe volkswirtschaftliche Kosten. Schätzungen liegen bei mehr als 11 Milliarden Franken pro Jahr, wobei indirekte Kosten (z.B. durch Arbeitsabsenzen und Frühpensionierungen) von grosser Bedeutung sind.

**"5,4 Prozent der Schweizer Bevölkerung liessen sich 2012 wegen psychischer Probleme behandeln."**

- Hinsichtlich Medikamentenkonsum gaben etwa 5 Prozent der Schweizer an, täglich Schlaf- oder Beruhigungsmittel einzunehmen. Bei Frauen ist der Konsum dieser Medikamente weiter verbreitet als bei Männern.
- Gut 40 Prozent der wegen psychischer Probleme behandelten Personen nehmen täglich Antidepressiva ein.
- Obwohl die absoluten Zahlen der Neurenten in der Schweiz abgenommen haben, liegt der Anteil an Neuberentungen aufgrund psychischer Krankheit seit 2008 stabil bei 43 Prozent. Somit sind psychische Krankheiten die häufigste Invaliditätsursache bei Neurentenbezügern, wobei insbesondere 20- bis 50-Jährige davon betroffen sind.
- Im Jahr 2014 haben in der Schweiz 274 Frauen und 754 Männer nicht assistierten Suizid begangen. Das sind im Durchschnitt fast drei Suizide pro Tag – und viermal so viele Sterbefälle wie durch Strassenunfälle.
- Bis 2010 war die Rate nicht assistierter Suizide rückläufig; seit 2010 liegt sie konstant bei etwa 13 Fällen pro 100000 Einwohner.

**"2014 gab es in der Schweiz im Durchschnitt fast drei Suizide pro Tag."**

- Im Gegensatz zu den nicht assistierten Suiziden ist die Rate der assistierten Suizide (i.e. Sterbehilfe) zwischen 1998 und 2014 kontinuierlich gestiegen: von 0,8 auf 9,6 Fälle pro 100000 Einwohner.

**Text: Daniela Schuler, Obsan**

ROTARY MAGAZIN

## DER NEUE MANN IM D 1980

Bereits seit 1. April fungiert Erich Aschwanden als Korrespondent für den Distrikt 1980; er löste damit Kurt Bischof ab, der das Amt über Jahre hin hervorragend bekleidete. Erich Aschwanden ist Mitglied im RC Luzern, hat in Geschichte und Deutsch promoviert und ist als NZZ-Inlandsredaktor ein Meister des journalistischen Faches. Wir heissen Erich herzlich willkommen im Team, wünschen ihm viel Freude mit seiner neuen Aufgabe – und bedanken uns bei dieser Gelegenheit ganz herzlich bei Kurt Bischof für sein tolles Engagement.

**Erich Aschwanden**  
T 041 370 44 25  
erich.aschwanden@rotary.ch



Erich Aschwanden

## GESUCHT: REDAKTOR FÜR DEN DISTRIKT 1990

Sie sind Rotarier aus Leidenschaft, haben eine flotte Schreibe und sind gut vernetzt in Ihrem Distrikt? Dann herzlich willkommen im Team von Rotary Suisse Liechtenstein!

### Anforderungen

- Sie vertreten unser Magazin in Ihrem Distrikt.
- Sie tauchen tiefer ein in die rotarische Welt, pflegen engen Kontakt zum jeweiligen Governor und erleben Rotary jenseits Ihrer Clubgrenzen.
- Sie besuchen spannende Events (Distriktskonferenzen etc.) und berichten darüber in Rotary Suisse Liechtenstein.
- Sie halten sich und die Chefredaktion à jour über die rotarischen Aktivitäten in Ihrem Gebiet.

### Das bringen Sie mit

- Sie beherrschen sowohl die deutsche als auch die französische Sprache.
- Idealerweise besitzen Sie journalistische Erfahrung.
- Sie haben Freude an rotarischen Themen.

RÜCKFRAGEN: CHEFREDAKTORIN VERENA MARIA AMERSBACH  
+41 78 911 78 40

BEWERBUNGEN BIS ENDE JULI AN:  
VEREIN ROTARY MEDIEN SCHWEIZ/LIECHTENSTEIN, C/O JURIS TREUHAND AG,  
INDUSTRIESTRASSE 47, CH-6300 ZUG

## CHERCHONS RÉDACTEUR POUR LA SUISSE ROMANDE

Vous êtes rotarien-ne par passion, vous aimez écrire, vous connaissez le réseau social de votre district et vous avez de l'entregent. Bienvenue alors dans l'équipe du Rotary Suisse Liechtenstein!

### Vous ne pouvez que vous réjouir, car

- vous représentez notre revue dans votre district.
- vous êtes ancré-e dans le monde rotarien, vous êtes en contact avec le gouverneur et vivez le Rotary au-delà de votre club.
- vous participez à des événements intéressants comme les conférences de district et vous en parlez dans la revue Rotary Suisse Liechtenstein.
- vous êtes au courant des activités rotariennes dans votre district et en faites part à la rédactrice en chef.

### Ce que vous apportez

- Maîtrise du français et de l'allemand.
- Expérience journalistique (un atout).
- Les thèmes rotariens vous captivent.

POUR TOUTE INFORMATION, CONTACTEZ LA RÉDACTRICE EN CHEF  
VERENA MARIA AMERSBACH  
+41 78 911 78 40

DOSSIER DE CANDIDATURE À ADRESSER JUSQU'À FIN JUILLET 2017 À:  
VEREIN ROTARY MEDIEN SCHWEIZ/LIECHTENSTEIN, C/O JURIS TREUHAND AG,  
INDUSTRIESTRASSE 47, CH-6300 ZUG

**GOVERNOR**

# DANKE!

Lieber Heinz  
Lieber Gérard  
Lieber Franz-Xaver

Es ist Usus in diesem Magazin, dass pro Ausgabe einer der amtierenden Distriktgovernors zu Wort kommt. Für einmal drehen wir den Spiess um; diesmal wenden wir (13 041 Frauen und Männer aus 217 Clubs in CH und FL) uns an unsere Governors. Zum Ende Eures Amtsjahres möchten wir DANKE sagen für

- dutzende Clubbesuche (D 1990: 75, D 1980: 65, D 2000: 77)
- seitenweise freundliche Worte
- Lachen, das von Herzen kam
- gelebte rotarische Freundschaft
- Hilfe, Beistand und Rat

Governor sein ist kein Spaziergang, kein netter Zeitvertreib; Governor sein ist Challenge. Das fängt bei der Logistik an – und endet bei der Diplomatie. Wo immer Menschen im Spiel sind, menschelt es. Da heisst es Händchen halten und Wogen glätten, Fakten checken und Eitelkeiten bedienen – auch oder: gerade in unseren Kreisen.

Für Eure Zeit und Eure Nerven, Eure gute Laune (die so ansteckend ist!), Euren riesigen Einsatz und Euer rotarisches Herzblut an dieser Stelle 1000 Dank! Ihr habt einen fabelhaften Job gemacht!

**Im Namen aller Rotarier in CH und FL**  
Eure Verena Maria Amersbach  
Chefredaktorin





# MERCI!

Cher Heinz,  
Cher Gérard,  
Cher Franz-Xaver,

Les us veulent que dans chaque numéro de la revue du Rotary, l'un des trois gouverneurs de district s'exprime. Cette fois-ci, ce sont les 13041 rotariennes et rotariens des 217 clubs de Suisse et du Liechtenstein qui s'adressent à leurs gouverneurs. Au terme de leur année de gouvernement, nous leur disons MERCI pour

- leurs visites de club par douzaines (D 1990: 75, D 1980: 65, D 2000: 77)
- les pages et les pages de messages conviviaux
- leur sourire qui nous va droit au cœur
- leur amitié rotarienne authentique
- leur aide, leur assistance et leurs conseils

Assumer la fonction de gouverneur n'est ni une partie de plaisir ni un passe-temps. Etre gouverneur est un vrai défi. Cela commence avec la logistique – et se termine avec la diplomatie. Selon Saint François de Sales: Là où il y a l'homme, il y a l'homme-rie. C'est-à-dire tendre la main et mettre de l'huile dans les rouages, vérifier les faits, complimenter – n'est-ce pas justement aussi chez nous.

Pour cette année rotarienne, votre patience, votre bonne humeur (contagieuse!), votre engagement sans compter et votre savoir-faire: Merci, merci et encore merci. Vous avez rempli votre mission de façon exemplaire!

**Au nom de toutes les rotariennes et de tous les rotariens CH et FL**  
**Verena Maria Amersbach**  
**Rédactrice en chef**

# GRAZIE!

Caro Heinz  
Caro Gérard  
Caro Franz-Xaver

È usanza che in questa Rivista in ogni edizione uno dei Governatori di Distretto in carica abbia la parola. Per una volta giriamo lo spiedo; questa volta ci rivolgiamo noi (13401 donne e uomini dei 217 Club svizzeri e del Liechtenstein) ai Governatori. Al termine del mandato vogliamo dire loro GRAZIE per

- le dozzine e dozzine di visite ai Club (D 1990: 75, D 1980: 65, D 2000: 77)
- le amichevoli parole
- il sorriso che ci offrivano e che veniva dal cuore
- per l'amicizia rotariana vissuta
- per l'aiuto, l'assistenza e i consigli

Essere Governatore non è una passeggiata, non è una vita tranquilla, non è un piacevole passatempo; essere Governatore è una sfida. Inizia dalla logistica e termina con la diplomazia. Dove ci sono persone in gioco ci sono aspetti umani. Significa tendere una mano e spianare delle pieghe, significa valutare dei fatti e occuparsi di futilità – anche, o magari proprio, nelle nostre cerchie.

Per il Vostro tempo, per i Vostri nervi, per la Vostra buona luna (così contagiosa) per il Vostro enorme impegno e il Vostro buon cuore, da questa tribuna 1000 volte GRAZIE! Avete svolto un compito favoloso!

**A nome di tutti i Rotariani in Svizzera e nel Liechtenstein**  
**La Vostra Verena Maria Amersbach**  
**Caporedattrice**

INTERDISTRIKTSKONFERENZ

# JUBILÄUMSFEST DER EXTRAKLASSE

Die Sonne strahlte an der IDK mit den Gästen um die Wette: Zwei Tage lang genossen diese ein erlesenes Programm – prall gefüllt mit spannenden Vorträgen, packenden Geschichten und Köstlichkeiten kulinarischer wie kultureller Natur. All die Highlights aufzuzählen, die das Grossereignis in Zürich bereithielt, würde den Rahmen dieses Magazins sprengen. Einige Höhepunkte seien stellvertretend genannt.

## ZUM START: DISTRIKTSWEISE VERSAMMLUNGEN

Während die drei Distrikte noch separat tagten, während Governors verabschiedet und willkommen geheissen wurden und eine stattliche Anzahl an Paul Harris Fellows den Besitzer wechselte, eroberten die Begleitpersonen die Stadt. Sechs verschiedene Führungen standen zur Auswahl; "Love Stories – Sehnsucht, Liebe, Happy End" war eine davon.

## MUSIKALISCHER HÖHENFLUG

Erstes gemeinsames Highlight der drei beteiligten Distrikte: das Konzert in der Tonhalle. Mit einem phantastischen Lionel Bringuier am Pult und mit Werken von Dvořák und Verdi machte sich zum ersten

Mal Gänsehaut breit. Dies sollte im weiteren Verlauf noch häufiger geschehen.

## SENSATION AUS FLEISCH UND BLUT

Kaum hatte man sich beim Galadinner verwöhnen lassen – musikalisch übernehmen dies "Four for the Blues", stand eine Uraufführung an: Ein eigens für die IDK produzierter Film schilderte eindrucksvoll das Schicksal von Lungiswa Nzube. Eben noch auf der Leinwand, sass die junge Frau aus Südafrika plötzlich auf der Bühne. Überraschung – geglückt!

## ZUM ERSTEN, ZUM ZWEITEN ...

Emotional und menschlich ging es weiter bei der grossen Auktion: Sechs (teils rota-

rische) Künstler hatten im Vorfeld der IDK Kreationen geschaffen, die jeweils einen der rotarischen Schwerpunktbereiche unterstrichen. Neben diesen kamen – unter der fachmännischen Leitung von Dr. Bertold Müller, Geschäftsführer Christie's – noch weitere Preziosen unter den Hammer. Der Erlös beider Versteigerungen ging an die Rotary Foundation.

## ZWEI STÄTTLICHE CHEQUES

Die rotarische Stiftung, deren 100. Geburtstag man als Anlass für die IDK gewählt hatte, wurde auch am anderen Tag grosszügig bedacht. "1 Million Franken" prangte in fetten Lettern auf dem Cheque, den Foundation Chair Kalyan Banerjee stellvertretend entgegennahm. Über die gleiche schwindelerregende Summe durfte sich Christine Beerli, Vizepräsidentin des IKRK, freuen. Ihr wurde das wertvolle Stück Papier von Dr. Christian Bay (Präsident der rotarischen Stiftung mine-ex) und den Governors Heinz Eberhard und Franz-Xaver Stadler überreicht.

## ZEICHEN SETZEN!

Die Stadtmusik Zürich hatte die letzten Töne angeschlagen, Markus Kägi (Regierungspräsident des Kantons Zürich) und Judith Lauber (Vorsitzende des Governorates CH/FL) hatten ihre herzlichen Grussworte beendet, da stand abermals die Rotary Foundation im Fokus: Den Gästen wurden sechs rotarische Hilfsprojekte aus den drei Distrikten präsentiert.

## UND NOCH EINMAL: HAPPY END

Die Stadtführung hatte mit einem Happy End aufwarten können; im Film wurde Lungiswa eines vergönnt; und auch für die IDK selbst gab es ein Happy End. Nach jahrelanger Vorbereitung und intensivster Planung durfte Hans-Peter Hulliger (Leiter des Organisationskomitees) zu Recht stolz sein auf das, was seine Mannschaft auf die Beine gestellt hat. Chapeau!



Service above Self: PDG Peter Gut packt kurzerhand mit an.



Blickte auf ein spannendes Governorjahr zurück: Gérard Beuchat



Eine Million Franken. – Dr. Christian Bay, Christine Beerli, Franz-Xaver Stadler und Heinz Eberhard



Wo man hinblickt: zufriedene Gesichter. Marco Nicosia, Leiter des Rotary Europe-Africa Office, mit Elisabeth Schoch



Meister seines Fachs: Lionel Bringuier, Chefdirigent des Zürcher Tonhalle-Orchesters



Führte charmant durchs Programm: Sandra Studer vor der Stadtmusik Zürich



Professionalität vom ersten Moment an: Brigitte Egli (OK) beim Empfang der Gäste



Ihr Schicksal berührte: Lungiswa Nzube mit PDG Claudia Hendry



Jeder (Licht-)Punkt eine Spende: IDK Kunstinstallation

## UNSERE SPONSOREN

Ein Grossereignis wie die Interdistriktskonferenz wäre ohne leidenschaftliche, unermüdliche Helfer nicht realisierbar. Ihnen allen – den Unterstützern aus den eigenen Reihen ebenso wie den externen Sponsoren – an dieser Stelle ein herzliches DANKE!



INNER WHEEL CLUB

# "ICH MÖCHTE ETWAS ZURÜCKGEBEN"

**Catherine, ich kenne dich seit geraumer Zeit und doch: Wer bist du?**

1958 in Zug geboren, wuchs ich in Oberwil-Zug am See auf, wo ich bis 2013 wohnte. Nach dem eidg. Handelsdiplom und der Hotelfachschule "Vieux-Bois" in Genf heiratete ich einen Schulfreund. Bis zur Trennung unterstützte ich meinen Ex-Mann während 20 Jahren in seiner Psychiatrie-Praxis. Meine beiden Söhne Lorenz (Jg. 91) und Cyril (Jg. 93) sind noch im Studium. Seit 2016 bin ich geschieden. Ich erledige im Teilzeitpensum allgemeine Büroarbeiten und das Personalwesen im Architekturbüro meines Bruders in Zug.

**Jetzt wohnst du in Engelberg. Wie kam es dazu?**

Die Ferien mit meinen Eltern verbrachten wir im Heimatort meiner Grossmutter. Nach der Trennung benötigte ich Distanz und so zog es mich nach Engelberg, wo ich in der Natur (Biken oder Skifahren) Energie auftanken konnte. So pendle ich zwischen den Bergen und dem Zugersee.

**Hast du ein Motto für dein Governorjahr?**

"Generations – Générations – Generazione". Die Synergien von Erfahrungen und jugendlichem Elan nutzen und die daraus resultierenden positiven Energien für ein spannendes Clubleben übernehmen.

**Welches Sozialprojekt hast du für dein Governorjahr gewählt?**

Der Verein Aurora hilft in der deutschen Schweiz alleinerziehenden Verwitweten mit minderjährigen Kindern, welche den Partner durch Unfall oder Krankheit verloren. Diese Ein-Eltern-Familien möchte ich in der Westschweiz durch den SVAMV Schweizerischer Verband alleinerziehender Mütter und Väter unterstützen. Die Freundschaft der Inner Wheel Freundinnen durfte



Catherine Ineichen-Flueler, IW Governor 2017/18

ich während meiner Trennung und gleichzeitigem Verlust meiner beiden Eltern hautnah erleben. Ich wurde durch diesen nicht einfachen Lebensabschnitt getragen und fand so meine Lebensfreude wieder. Ich möchte etwas an diese einmalige Gemeinschaft zurückgeben und mich für Inner Wheel mit viel Freude einsetzen. Diese Freundschaft wird auch während den Lenzerheide-Winterwochen gelebt, welche ich nun seit sieben Jahren organisiere.

Interview: Franziska Haldi

**Catherine, je te connais depuis un bout de temps... mais qui es-tu?**

Née en 1958 à Zug j'ai grandi à Oberwil, où j'ai habité jusqu'en 2013.

Après mon diplôme de commerce et l'école hôtelière "Vieux-Bois" à Genève j'ai épousé mon ami d'enfance. J'ai assisté mon ex-mari dans son cabinet de psychiatrie jusqu'à notre séparation. Mes deux fils Lorenz (1991) und Cyril (1993) sont encore en étude.

Je suis divorcé depuis 2016. Je travaille à temps partiel au bureau d'architecture de mon frère à Zug où je m'occupe des travaux de bureau et de ressources humaines.

**Tu habites maintenant à Engelberg (OW). Comment ça se fait?**

Avec mes parents nous passions les vacances dans le lieu d'origine de ma grand-mère. Après la séparation j'ai ressenti le besoin de me retirer et c'est ainsi que j'ai atterri à Engelberg, où je peux me ressourcer dans la nature en faisant du sport (vélo ou ski). Je suis pendulaire entre montagnes et lac.

**As-tu une devise pour ton année de Gouvernor?**

"Generationen – Générations – Generazione". Utiliser les synergies de l'expérience et l'élan de la jeunesse et utiliser le résultat d'énergie positive pour une vie de club palpitante.

**Quelle action social as-tu choisi pour ton année?**

En Suisse allemande l'association Aurora, qui aide les veuves et veufs avec des

enfants mineurs, qui ont perdu leur partenaire par un accident ou une maladie. Pour la Suisse romande c'est la FSFM (Fédération des familles monoparentales) qui a été associé au projet. J'ai expérimenté moi-même l'amitié Inner Wheel pendant ma séparation et la perte simultanée de mes deux parents. J'ai été très soutenue pendant cette période difficile et j'ai pu retrouver ma joie de vivre. J'aimerais rendre quelque chose à cette communauté unique et m'investir avec beaucoup de joie pour Inner Wheel. Cette amitié se vit aussi pendant la semaine de sport et détente à Lenzerheide que j'organise maintenant depuis sept ans.

Traduction: Barbara Blanc

**LANDESWEITE ENDPOLIONOW-AKTION**

**TULPEN ZÜCHTEN – LEBEN RETTEN**

Wenn DAS kein guter Deal ist: Sie kaufen 25 Tulpenzwiebeln, setzen sie ein, erfreuen sich an der bunten Pracht – und bewahren damit mehr als 600 Kinder vor Polio.

An namhaften Tulpenfestivals (u.a. in Morges VD) hat die eigens für Rotary kultivierte EndPolioNow-Tulpe schon Station gemacht; bald blüht Sie vielleicht auch in Ihrem Garten. Bei entsprechender Pflege haben Sie jedes Jahr wieder Freude an ihr.

Chemin du Sautoir-d'Or 5, 1294 Genthod, 079 500 6536). Wenn Sie jetzt bestellen, flattern Ihnen die Lebensretter-Zwiebeln im September/Oktobre ins Haus. Der Preis für 25 Stück beträgt 40 Franken (inklusive Versand und Abwicklung).

Text: red  
Foto: PolioPlus

Erhältlich ist die EndPolioNow-Tulpe bei Oliver Rosenbauer (rosenbauer@who.int,



**POLIOPLUS**

# STABÜBERGABE BEI POLIOPLUS: HERZOG – ROSENBAUER

—  
**36**  
—



Zusammen gegen Polio: Oliver Rosenbauer und Urs Herzog

Erst die eigene Erkrankung, dann die Ernennung zum nationalen Beauftragten für PolioPlus: Urs Herzogs Leben ist von Polio geprägt. Nach jahrzehntelangem Engagement übergibt er nun zum 1. Juli das Amt des PolioPlus National Advocacy Advisor an Oliver Rosenbauer. Hier sein ganz persönliches Résumé.

Alles begann 1956, als ich an Polio erkrankte, und fand später eine glückliche Fortsetzung im Medizinstudium. Dieser Beruf brachte mich nach tropenmedizinischer Zusatzausbildung nach Kamerun, wo ich Impfkampagnen im bergischen Gebiet des Bamilekenlandes durchführte. Erfüllt von der Arbeit in Afrika wurde ich Mitte der 1990er Jahre Mitglied des RC Allschwil. In meinem ersten Governorjahr 2007/08 motivierte mich der damalige Präsident des RC Zug-Zugensee, Andreas Kleeb, etwas Sinnvolles in mein Programm aufzunehmen und nicht nur über Präsenzen und Frauen bei Rotary zu sprechen. Gesagt – getan. Am 13. September 2008 fand der nationale Sonnenblumentag statt. Der stattliche Erlös von 1,3 Millionen Franken beflügelte und ging als grossartiger Rotarytag in die Geschichte ein. Dass mit diesem Betrag über 1,7 Millionen Kinder gegen Polio geimpft werden konnten, war mehr als befriedigend, zählten wir damals doch weltweit noch 1606 Erkrankungsfälle! Heute

(Stand: April 2017) sind es gerade noch fünf Fälle, aber fünf Fälle zu viel.

2009 wurde ich von RI zum PPNA CH/FL ernannt. Mit dem landesweiten Verkauf von Keyfindern, dem gemeinsamen Projekt mit der Disney Cooperation und kleineren Aktionen wurden CH und FL zu ergiebigen Quellen in der Unterstützung der weltweiten rotarischen Polio-Aktivitäten. Club wie auch vor allem Distriktsaktivitäten (Suppenlunches, Benefizgolfturniere oder auch grosse Konzertveranstaltungen) halfen kräftig mit, Mittel zu beschaffen.

Advocacy als Teil meines Arbeitsbeschriebs wurde wichtig in Zusammenhang mit der DEZA und dem Aussenministerium des Fürstentums Liechtenstein. Beide Staaten steigerten ihre Beteiligungen im Kampf gegen Polio massgeblich – insgesamt zusammen auf beinahe 3 Millionen Franken in fünf Jahren. Auch einige private Geldgeber sahen die Notwendigkeit der Unterstützung des rotarischen Kampfes gegen Polio, den wir gemeinsam mit der WHO, UNICEF, dem CDC und der Bill & Melinda Gates Foundation führen.

Noch im Rausch des jahrelangen Erfolgs kommt jedoch die Zeit, in der man seine Aufgabe jüngeren rotarischen Freunden übergeben sollte. Ich musste nicht lange suchen, hatte ich doch über all die Jahre mit Oliver Rosenbauer einen fachkompetenten Freund, Pressesprecher Polio bei der WHO, beratend zur Seite. Als Oliver Mitglied beim RC Genève International wurde, war es ein Leichtes, ihn für diese Nachfolge zu gewinnen. Ich schätze mich glücklich, dass RI mit Oliver einen kompetenten und aktiven Rotarier als Nachfolger berufen hat. Im Hintergrund werde ich begleitend aktiv bleiben, doch der Frontmann heisst ab 1. Juli 2017 Oliver Rosenbauer. Ich wünsche ihm viel Erfolg und das Glück, eines Tages verkünden zu dürfen, dass die Welt ohne Polio eine bessere Welt sein wird.

**Text: Urs Herzog**  
**Foto: vma**

ROTARY EU

# DES MEMBRES DU ROTARY ET DES RESPONSABLES DE L'UNION EUROPÉENNE SE PENCHENT SUR LE RÔLE DU ROTARY

Plus de 240 membres du Rotary se sont retrouvés à Bruxelles pour étudier comment le Rotary et l'Union européenne peuvent collaborer dans un souci de paix.

La réunion s'est inspirée de la Journée du Rotary aux Nations unies. Des membres du Rotary, des responsables de l'Union européenne et des chefs d'entreprise ont discuté ensemble pendant deux heures des possibilités de coopération entre les entreprises, les organisations de la société civile comme le Rotary et l'UE afin d'atteindre les Objectifs pour le développement durable (ODD) des Nations unies et de bâtir des sociétés plus pacifiques et plus stables.

Françoise Tulkens, professeure et ancienne vice-présidente de la Cour européenne des droits de l'homme, a animé la réunion qui a proposé des présentations par Karmenu Vella, commissaire européen à l'environnement, aux affaires maritimes et à la pêche, Jean de Leu de Cecil, secrétaire du conseil d'administration du Colruyt Group, René Branders, président de la Fédération des Chambres de Commerce belges, et John Hewko, secrétaire général du Rotary.

M. Vella a souligné l'importance de la coopération entre les entreprises et la société civile dans l'atteinte des objectifs de développement. A cet égard, il a salué le rôle crucial que le Rotary peut jouer dans cet effort mondial.

"Vous avez un atout majeur, votre vaste réseau, et vous pouvez l'exploiter pour rassembler les acteurs de la société afin que les ODD deviennent une réalité. Le Rotary International occupe une place unique pour forger des alliances transformatrices entre le monde de l'entreprise et la société civile,

notamment en mettant en place notre ordre du jour commun", a déclaré M. Vella.

M. Hewko a mis en avant les efforts du Rotary visant à résorber la crise des migrants et à encourager un développement économique inclusif.

"Au Rotary, nous croyons que notre action repose exclusivement sur des partenariats intelligents au sein desquels l'UE, les gouvernements, la société civile, le secteur privé et d'autres organisations jouent tous un rôle important. C'est pourquoi, le développement des relations entre le Rotary et l'Union européenne nous remplit d'optimisme", a dit M. Hewko.

Parce que l'UE soutient l'effort mondial d'éradication de la poliomyélite, les organisateurs de cette réunion sont confiants que d'autres possibilités de collaboration entre les deux organisations sont à prévoir à l'avenir.

La manifestation a été coordonnée avec la Commission européenne et organisée par Michel Coomans et Hugo-Maria Schally, représentants du Rotary auprès de l'UE, avec le soutien de Kathleen Van Rysseghem, Philippe Vanstalle et Nathalie Huyghebaert, gouverneurs des districts belges et luxembourgeois.

**Texte: Bryant Brownlee**  
**Photos: Nikita Philippi**



**John Hewko avec Peter W. Ottiger**  
**(Regional Public Image Coordinator)**



**Plus de 240 membres du Rotary à Bruxelles**

HANDS-ON DES ROTARY ECLUB 2000

# MISSION "GIPFELI RUN"

Kistenweise Brot: Am Donnerstag nach Ladenschluss holen die Helfer des "Flying Croissant"-Projekts bei drei Zürcher Bäckereien übrig gebliebene Backwaren ab, um sie an fünf gemeinnützige Organisationen in der Stadt zu verteilen. Eines der Mitglieder war skeptisch (Mangelt es in der Luxusstadt Zürich tatsächlich an BROT?) und hat sich der Mission "Gipfeli Run" gestellt.

## DER START

Ein Donnerstag im vorigen Frühling, kurz nach 18 Uhr, Nieselregen. Vorne an der Hottingerstrasse spuckt das Tram immer neue Schwärme gut gekleideter Menschen aus, die mit Schirm und Aktentasche in den Feierabend eilen. Wenige Meter entfernt, am verabredeten Treffpunkt, warte ich auf die Mitstreiter. Es ist meine Premiere bei "Flying Croissant". Und mich plagt arge Skepsis. Dass es in einer derart reichen Stadt wie Zürich wirklich am Notwendigsten mangeln soll, kommt mir nicht in den Sinn. Steckt hinter Flying Croissants wieder so ein (rotarisches) Pseudo-Engagement, das gut gemeint ist, doch am Ziel vorbeischießt? Das eher der eigenen Gewissensberuhigung dient denn dem Wohle der Beschenkten? Ausgerechnet "Brot" zu verteilen, erscheint mir im konkurrenzfähigsten Land der Erde geradezu kitschig.

## DIE STOPPS

Fast zeitgleich langen Milan und Peter an, meine Gefährten. Der Erste direkt aus der Bank und im massgeschneiderten Anzug, der Zweite im blitzblank polierten Mercedes-Kombi. Handshakes, kurzes Intro, dann geht es ans Werk. Wir krempeln die Ärmel hoch, zerren die Kisten aus dem Kofferraum und beladen sie in der Bäckerei mit übrig gebliebenem Brot. Rasch verstauen, ins Auto und ab zum nächsten Stopp. Zweimal noch wiederholen wir die Übung, ehe es endlich ans Austeilen geht. Was wir in den drei Bäckereien eingesammelt haben, wird nun an insgesamt fünf Stationen verteilt.

**Café Yucca:** Anlaufstelle für Ratsuchende am Rande der Gesellschaft, bietet Information, Beratung und handfeste Unterstützung-

**Speak Out:** Gassenküche im Herzen der Zürcher Altstadt, wo Menschen in einer Notlage für einige Stunden Ruhe, Wärme, Gesellschaft und kostenlose Mahlzeiten finden.

**Suneboge:** Geschützter Wohnraum und Arbeitsplatz für sozial desintegrierte und psychisch beeinträchtigte Menschen, hervorgegangen aus dem 1963 von Pfarrer Ernst Sieber gegründeten Obdachlosen-Bunker am Helvetiaplatz.

**Missionaries of Charity:** Wohnheim für Mütter und Kinder in Notlagen, unterhalten von den Mutter-Teresa-Schwestern

**Schlupfhuus:** Anlaufstelle für Jugendliche in Krisensituationen, richtet sich an Opfer von physischer, psychischer und/oder sexueller Gewalt.

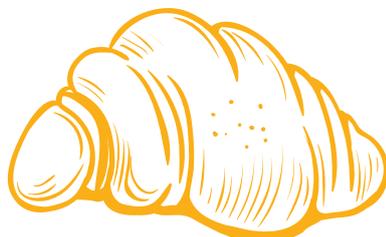
Während ich mir in den Bäckereien fast wie ein Störfaktor und Bittsteller vorkam, werden wir hier herzlich empfangen. Die Freude über das Mitgebrachte scheint aufrichtig zu sein. Allem Anschein nach werden die Backwaren – was ich nie für möglich gehalten hätte! – dringend benötigt.

Tief eingebrannt hat sich bei mir das Bild von Schwester Silvana. Da steht diese zierliche Frau vor mir in ihrem Sari mit der charakteristischen blauen Borte, legt immer wieder die beiden Hände vor der Brust aneinander, blickt auf die am Tisch aufgehäuften Brote und murmelt fortwährend "danke". Sie, die sich wie ihre Ordensschwestern zu tiefster Armut verpflichtet hat, die ihr gesamtes Leben dem Dienst am Nächsten widmet, dankt uns für unseren einstündigen Einsatz.

38



Designed by Freepik



## DAS PROJEKT

Die Idee zu Flying Croissant stammt von Rot. Stefan Studer (RC Zürich-Zoo); er hat das Hands-on-Projekt im November 2004 ins Leben gerufen. Seit 2011 liegt die Verantwortung für die fliegenden Gipfeli beim Rotaract Club Zürich und der Zürich International Woman's Association (kurz: ZIWA). Ohne die tatkräftige Unterstützung engagierter Einzelpersonen respektive Rotarier wären die allwöchentlichen Touren allerdings nicht zu stemmen. Die Liste der verfügbaren Helfer umfasst aktuell mehr als 100 Namen. Vorsichtigen Hochrechnungen zufolge wurden seit Projektstart rund fünf Tonnen an Lebensmitteln verteilt – die ohne Flying Croissant im Müll gelandet wären.

## DIE ÜBERPRODUKTION

Dass mehr Gipfeli und Co. produziert werden, als über die Ladentheke wandern, ist symptomatisch für die Branche. 15 Prozent der am Morgen hergestellten Waren liegen am Ende des Tages noch im Regal, schätzt Sarah Stettler vom Schweizerischen Bäcker-Confiseurmeister-Verband. Bei 126 Bäckereien allein in Zürich (schweizweit sind es über 1600) kommt da eine stattliche Menge zusammen.

## DAS RESÜMEE

Die letzten Brote sind verteilt, die Krümel notdürftig aus dem Kofferraum gefegt, die Mitstreiter abgerauscht. Mein Weg zum HB führt mich über die Bahnhofstrasse, wo an diesem Abend das Spring Tasting 2015, ein Shopping- und Weine-gustationsevent, stattfindet. Rote Teppiche vor den Eingangsportalen, Stehtische illustres Publikum. Ohne Regen schiebt sich's die Zürcher Nobelmeile entlang; ich mittendrin. Während ich rechterhand die Auslagen von Tod's, Burberry und Louis Vuitton passiere, schaue ich beklommen an mir herunter (meine Schuhe, mein Mantel, mein Täschli). Bei Rolex wird's mir dann beinahe schlecht...

Wer Lust bekommen hat, seinen eigenen, kleinen Beitrag zu leisten:

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

Text und Foto: vma

Es braucht ein paar Tage, die Eindrücke zu verdauen. Was sich herauskristallisiert:

- Dass es in Zürich an Brot mangelt, ist erbärmlich – aber Fakt.
- Fortan auf Cüpli zu verzichten, hilft nicht. Das Problem liegt tiefer.
- Wir als Endkonsumenten müssen uns für das Thema Nachhaltigkeit im Food-Bereich (inklusive Verschwendung, Abfall und Ökologie) stark machen. Wenn der Lebensmittelabfall reduziert wird, werden die Ressourcen entlang der gesamten Produktionskette geschont.
- Gleichzeitig gilt es, die unverkauften Produkte ihrem Ursprungszweck (i.e. der menschlichen Ernährung) zukommen zu lassen. Flying Croissant ist eine Variante hierfür.



Ein Leben für die Armen: Schwester Silvana von den Mutter-Teresa-Schwestern in Zürich hat sich dem Dienst am Nächsten verpflichtet

**BOTSCHAFT DES PRÄSIDENTEN**

# DAS WESEN VON ROTARY

Liebe Rotarierinnen und Rotarier

Mein Bruder und ich lernten, hart zu arbeiten, als wir in Chattanooga, Tennessee aufwuchsen. Wir lernten das von unserem Vater, der seinerzeit ganz allein als Teenager in die USA gekommen war. Er wollte, dass wir es im Leben einmal besser und einfacher haben sollten als er. Und er wollte uns mit der Ausbildung und den Möglichkeiten ausstatten, die ihm versagt geblieben waren. Wenn er morgens um acht Uhr nach einer Nachtschicht im Papierwerk zurückkam, dann wussten wir: Er hat für uns geschuftet.

Wenn ich durch das Prisma vieler Jahre so zurückschaue, dann sehe ich den Arbeitsinsatz meines Vaters nicht nur als Ausdruck seiner Liebe und Fürsorge für uns, sondern auch als Teil eines universalen Bedürfnisses jeder Generation, für die nächste Generation zu sorgen und sie weiterzubringen. Und im Rückblick auf das Jahr sehe ich auch dieses Bestreben in uns allen, die eine Mitgliedschaft in dieser grossartigen Organisation wählten. Es ist ganz natürlich, dass Eltern nur das Beste für ihre Kinder wollen. Und durch Rotary können wir noch so viel mehr erreichen. Nicht nur für unsere Kinder, sondern für alle Kinder der Welt. Wir erhalten Möglichkeiten, uns um die zu kümmern, die uns dringend brauchen – ob an ihrem Heimatort oder auf der anderen Seite unseres Planeten.

Während Judy und ich in den letzten zwei Jahren die Welt von Rotary bereisten, wurden wir wieder und immer wieder daran erinnert, was uns in Rotary motiviert. Es ist das einfache Bedürfnis zu helfen – die Hilfsbereitschaft für Menschen, die sich nicht selbst helfen können. Und das hat so viele Gesichter: eine Blutbank in Uganda, ein Röntgengerät in Guatemala, Flücht-

lingshilfe im Libanon. Rotarier tun, was getan werden muss. Sie setzen sich in ihren Gemeinwesen ein, und sie verhelfen Menschen zu einem besseren Leben.

Hilfsbereitschaft und der Wille zum Guten – das ist für mich das Wesen von Rotary. Wenn jemand Hilfe braucht, dann sehen wir das und gehen nicht vorbei. Wir wen-

den uns nicht ab, sondern wir sagen: Ich bin für dich da. Und ich tue, was ich kann. Und ich weiss, dass ich dabei – was immer wir auch tun – nicht allein bin. Denn Rotary hilft Menschen.

**John F. Germ**  
Präsident, Rotary International

[www.rotary.org/fr/office-president](http://www.rotary.org/fr/office-president)

40



MESSAGE DU PRÉSIDENT

# L'ESSENCE DU ROTARY

Chers amis,

En grandissant à Chattanooga, dans le Tennessee, mes frères et moi avons appris dès notre plus jeune âge la valeur du travail. C'est une leçon que nous a enseigné notre père qui était venu seul aux États-Unis lorsqu'il était adolescent. Il voulait que nos vies soient meilleures et plus faciles que la sienne; il voulait nous donner l'éducation et les opportunités qui lui avaient manqué. Nous savions que quand il rentrait à 8 heures du matin après avoir

travaillé toute la nuit à la papeterie, il le faisait pour nous.

En regardant en arrière, au bout de toutes ces années, je vois dans le dur labeur de mon père, non seulement l'expression de son amour pour nous, mais aussi le désir universel de chaque génération de prendre soin et de faire progresser la prochaine. Et, lorsque je réfléchis à cette année de service au Rotary, je vois que ce désir se reflète dans chacun de nous qui avons choisi de faire partie de cette grande or-

ganisation. Il est naturel pour les parents de vouloir améliorer les choses pour leurs enfants. Grâce au Rotary, nous pouvons faire beaucoup plus: nous pouvons améliorer les choses, non seulement pour nos propres enfants, mais pour tous les enfants. Nous avons la possibilité de prendre soin et de venir en aide à ceux qui ont le plus besoin de nous – qu'ils soient dans notre propre communauté ou à l'autre bout du monde.

Judy et moi avons parcouru le monde pour le Rotary au cours des deux dernières années. Cela nous a sans cesse rappelé ce qui nous motive au Rotary: le simple désir d'être utile, de donner un coup de main à ceux qui ont besoin. Qu'il s'agisse de construire une banque du sang en Ouganda, de livrer un appareil de radiographie dans un village au Guatemala ou de prendre soin de réfugiés au Liban, les Rotariens viennent en aide à ceux qui en ont le plus besoin. Ils travaillent avec acharnement pour les communautés qui les préoccupent, et ils y améliorent les conditions de vie.

Pour moi, c'est l'essence même du Rotary: ce désir d'être utile, cette volonté de travailler pour le bien des autres. Au Rotary, quand quelqu'un a besoin d'aide et que vous pouvez aider, vous ne vous dérobez pas. Vous ne tournez pas le dos. Vous dites, je suis là pour vous. Je ferai tout mon possible. Et je sais que tout ce que je fais, je ne le fais pas seul – je le fais avec le Rotary au service de l'humanité.

**John F. Germ**  
Président 2016/2017 du Rotary International

[www.rotary.org/fr/office-president](http://www.rotary.org/fr/office-president)



John Germ, Président Rotary International

MESSAGE DU PRÉSIDENT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION DE LA FONDATION

## ASSURER L'AVENIR DE LA FONDATION

Nous avons passé de merveilleux moment à célébrer toutes les réalisations extraordinaires des 100 premières années de la Fondation Rotary. Alors que nous approchons de la fin de cette année du centenaire, il est temps de tourner notre attention vers l'avenir de la Fondation. Que pouvons-nous faire aujourd'hui pour que la Fondation atteigne des sommets encore plus élevés au cours des 100 prochaines années?

Tout d'abord, nous devons terminer notre travail d'éradication de la poliomyélite. Si nous échouons, nous risquons un retour de la maladie et jusqu'à 200 000 nouveaux cas chaque année dans les 10 ans. Mais si nous réussissons, le monde économisera jusqu'à 50 milliards de dollars d'ici à 2035. Il n'y a vraiment pas d'autre choix: nous devons réussir.

Que pouvez-vous faire? Levez des fonds, obtenez le soutien de gouvernements et parlez de l'engagement inébranlable du Rotary envers un monde sans poliomyélite.

Bien sûr, notre travail pour mettre fin à la poliomyélite n'est pas la seule réussite que nous devons mettre en avant. Les actions des clubs financées par des subventions mondiales dans votre district sont des succès que vous devez promouvoir dans votre communauté et dans les médias locaux. Parlez-leur des boursiers que vous parrainez, de l'équipe de formation professionnelle qui vous rend visite ou qui part à l'étranger, et des causes défendues par la Fondation.

Après les avoir impressionnés par les nombreuses réalisations de la Fondation, demandez-leur de nous rejoindre, qu'ils deviennent membres, supporters ou bénévoles. Je crois aussi que tous les Rota-

riens devraient faire un don annuel à la Fondation parce que c'est notre Fondation et que nous sommes finalement responsables de son succès. Mais cela ne signifie pas que nous ne devrions pas encourager les autres à contribuer. Parlez de notre travail d'approvisionnement en eau potable, d'éducation de base, de lutte contre les maladies et de promotion de la paix afin de susciter l'intérêt pour notre Fondation et pour nos clubs.

Même si vous et moi ne serons plus là pour célébrer le 200<sup>e</sup> anniversaire de la Fondation en 2117, nous en jetons les bases dès aujourd'hui. En travaillant ensemble, nous pouvons perpétuer la longue tradition de la Fondation et donner aux futurs Rotariens de nouvelles raisons de célébrer.

**Kalyan Banerjee**  
Président du Conseil d'administration  
de la Fondation

42

NACHRICHT DES FOUNDATION TRUSTEE CHAIR

## DIE ZUKUNFT DER FOUNDATION SICHERN!

Wir konnten in diesem Jahr die Leistungen unserer Rotary Foundation in einhundert Jahren ihres Bestehens ausführlich würdigen. Doch was können wir nun tun, um das Gedeihen der Foundation auch in den nächsten 100 Jahren zu gewährleisten?

Zunächst müssen wir den Kampf gegen die Kinderlähmung zu Ende führen. Wenn wir das nicht tun, riskieren wir eine katastrophale Rückkehr der Krankheit – bis zu 200000 Fälle in 10 Jahren, schätzt die WHO. Doch wenn wir stringent weitermachen, könnte das der Welt neben all dem Leid auch 50 Milliarden Dollar bis 2035 einsparen. Wir haben keine Wahl: wir müssen erfolgreich sein.

Was können Sie dazu tun? Genau das, was Sie bisher so erfolgreich betrieben haben: Spendenarbeit, Fürsprache bei Regierungen und konsequente Öffentlichkeitsarbeit, damit die Menschen über unsere ins-

pirierende Geschichte und unseren Kampf für eine poliofreie Welt erfahren.

Natürlich ist unser Engagement gegen Polio nicht die einzige Geschichte, die wir zu erzählen haben. Auch die Distriktprojekte und die Global Grants Ihrer Clubs sind Erfolge, die Sie mit anderen teilen sollten. Wir sind kein Geheimbund – erzählen Sie von den Stipendiaten, die Sie unterstützen, erzählen Sie von den Trainingsteams, die Sie in andere Länder zum Erfahrungsaustausch schicken, erzählen Sie von Ihrem Jugendaustausch. Damit die Menschen ein besseres Bild von Rotary bekommen, müssen sie von unserem guten Werk erfahren. Und wenn die Allgemeinheit erfährt, was wir so auf die Beine stellen, dann werden wir auch leichter Unterstützung finden – in der ehrenamtlichen Arbeit, in der Spendenarbeit und im Mitgliederzuwachs.

Zudem bin ich überzeugt, dass jedes Mitglied von Rotary eine jährliche Spende an

die Rotary Foundation leisten sollte, denn es ist wirklich unsere Stiftung, die Stiftung aller Rotarier/innen weltweit. Und wir tragen rotarische Verantwortung für ihren Erfolg. Natürlich heisst das nicht, dass wir nicht auch andere um Spenden für unsere humanitäre Arbeit bitten sollten. Wenn wir vermitteln können, was wir humanitär in unseren Schwerpunktbereichen leisten, von der Bildung bis zur Gesundheitsfürsorge, dann werden sie uns gerne unterstützen.

Selbst wenn Sie und ich nicht beim 200. Jubiläum der Foundation dabei sein werden, so bereiten wir es doch schon heute vor. Gemeinsam können wir die lange humanitäre Tradition unserer Stiftung sichern und weiterführen. Damit zukünftige Rotarierinnen und Rotarier in 100 Jahren ebenso stolz auf die Errungenschaften der Foundation zurückschauen können, wie wir das tun.

**Kalyan Banerjee**  
Foundation Trustee Chair

CONVENTION

# ATLANTA, 1917

Qui fait un voyage à Atlanta ces jours: Prenez le temps de réfléchir à la convention historique de 1917 qui a également été organisée à Atlanta. C'est là qu'Arch Klumph a donné son célèbre discours appelant à la création d'un fonds de dotation; un moment clé de l'origine de la Fondation Rotary.

La plupart des séances de la convention 1917 se sont déroulées au Baptist Tabernacle dans la rue Luckie. Le bâtiment, qui s'appelle simplement aujourd'hui le Tabernacle, se trouve à quelques pâtés de maisons du site de la convention de cette année, le Georgia World Congress Center. Promenez-vous à travers le Parc olympique du Centenaire jusqu'à la rue Luckie et imaginez ce qu'était la convention il y a un siècle.

Quelques-uns des intervenants de l'époque ont abordé des sujets importants en 1917 ("La création d'un sentiment public pour la demande et la construction d'autoroutes publiques") alors que d'autres abordaient des sujets qui restent toujours d'actualité ("L'établissement de jardins communautaires"). Il y a aussi eu une assemblée spéciale sur "la sensibilisation des non-Rotariens au Rotary", éternel sujet de préoccupation.

Ce retour à Atlanta est une bonne manière de marquer le centenaire de la Fondation. C'est un rappel puissant du chemin parcouru par le Rotary, et de l'importance de nos valeurs fondamentales et de notre mission pour les 100 prochaines années.

**Texte et photo: RI**



Wer dieser Tage Atlanta besucht, wird vielfach an die Convention vor einhundert Jahren erinnert. Nehmen Sie sich etwas Zeit, über den historischen Kongress 1917 zu reflektieren, der so entscheidende Weichen für unsere Organisation stellte. Denn es war auf diesem Kongress, dass der damalige Präsident Arch Klumph die Gründung einer weltweiten humanitären Stiftung für Rotarier vorschlug.

Die meisten Sitzungen der Convention 1917 fanden im Baptist Tabernacle auf der Luckie Street statt. Das Gebäude, heute einfach bekannt als Tabernacle, ist nur ein paar Strassenblocks entfernt vom diesjährigen Veranstaltungsort, dem Georgia World Congress Center. Machen Sie also ruhig einen kurzen Spaziergang durch den Centennial Olympic Park zur Luckie Street – und stellen Sie sich vor, wie

sich die Rotarier dort vor einhundert Jahren versammelten.

Einige der Vortragsthemen entsprachen sehr dem Stand der Zeit (z.B. "Öffentliche Zustimmung für den Bau von öffentlichen Autostrassen"), während andere auch heute noch (oder wieder) Aktualität haben, wie z.B. "Gartenanlagen auf leer stehenden Grundstücken in Städten". Und auch schon damals ging es um die "Meinung der nicht rotarischen Öffentlichkeit zu Rotariern".

Die Rückkehr nach Atlanta zum 100. Jubiläum ist eine kraftvolle Erinnerung an die Anfänge von Rotary. Wir sehen, wie weit wir gekommen sind – und wie wichtig unser Auftrag und unsere Grundwerte auch in den nächsten 100 Jahren sein werden.

**Text und Foto: RI**

FEATURE

# STIGMA UND ABERGLAUBE

In Tansania werden Albinos wegen ihrer Körperteile gejagt und ziehen sich aus Angst in die Isolation zurück. Mit Schwester Martha und Rotary finden sie den Weg in eine sichere Zukunft.

Es ist Nachmittag in Nyamizeze, Tansania, und Martha Mganga ist voll in ihrem Element. Die meisten kennen die 54-Jährige, die in ihrem Land gemeinsam mit Rotary wie kaum jemand anderes für die Rechte von Menschen mit Albinismus eintritt, als Schwester Martha. Albinismus ist eine oft missverständene, angeborene Störung, die durch unnatürlich helle Haut-, Augen- und Haarfarbe, eingeschränkte Sehschärfe und extreme Sonnenempfindlichkeit gekennzeichnet ist.

Martha Mganga ist selbst Albino. Seit drei Jahrzehnten hilft sie anderen Betroffenen, eine Bildung zu erhalten, und zeigt ihnen, wie sie sich vor der schädlichen UV-Strahlung schützen können. Gleichzeitig kämpft sie gegen vorherrschende Mythen und Stigmatisierung. Dazu gehört auch der von Hexendoktoren verbreitete Irrglaube, dass Körperteile von Albinos Glück und Reichtum bringen.

In den letzten zehn Jahren führte dieser Aberglaube zu einer Welle grausiger Morde an Albinos, zu Verstümmelungen und sogar zur Plünderung von Gräbern. Mindestens 76 Albinos wurden in Tansania ermordet. 72 weitere überlebten die Angriffe, oft mit schweren Verstümmelungen.

An diesem Tag führt Martha Mganga mit anderen Helfern einen von Rotary geför-

dertem Community-Workshop durch. Unter der Zeltplane hat sich eine kleine Gruppe von Ältesten aus dem 10 000 Einwohner zählenden Dorf versammelt.

Einige ihrer Kollegen haben bereits vor den zumeist männlichen Gemeinde- und Religionsoberhäuptern gesprochen, die in ausgefranzten Hemden zum Workshop gekommen sind. Mit dabei sind auch die beiden Albinos von Nyamizeze: die 24-jährige Happiness Sebastian mit ihrer kleinen Tochter Keflin.

Das Gespräch soll die Einheimischen über die Ursachen des Albinismus aufklären, mit vielen Stigmata aufräumen und das Wohlergehen der Albino-Gemeinschaft fördern. Zur Sprache kamen bereits die genetischen Ursachen der Störung, die jüngsten Übergriffe und viele entmenslichende Mythen.

Ein Dorfbewohner sagt, als Kind habe er gelernt, dass Albinos von bösen Geistern verflucht seien. Ein anderer meint, das passiert, wenn eine afrikanische Frau mit einem weissen Mann schläft. "Albinos sterben nicht", behauptet ein dritter. "Sie verschwinden einfach."

Martha Mganga ergreift am Ende des Workshops das Wort. Sie hebt sich ihre Rede für die ihrer Meinung nach wichtigste Botschaft des Tages auf.

Wie schrecklich die Morde auch sein mögen, sagt sie der Gruppe, eine noch grössere Gefahr geht für die Albinos von der Sonne aus. Aufgrund der geringeren Produktion von Melanin, dem Pigment, das der Haut, den Haaren und den Augen ihren Farbton verleiht, fehlt den Albinos der Schutz vor den UV-Strahlen der Sonne. In äquatornahen Ländern wie Tansania kommt dies oft einem Todesurteil gleich.

Viele wissen nicht, wie man sich richtig schützt. Das hat dazu geführt, dass die Hautkrebsrate alarmierend hoch ist. Nach Angaben der kanadischen Hilfsgruppe Under the Same Sun, die sich für das Wohl von Albinos in der Welt einsetzt, haben in Tansania nahezu alle Albinos bis 20 Jahre gefährliche präkanzeröse Läsionen. Viele sterben vor Erreichen des 40. Lebensjahres. Dank besserer Krebserklärung und medizinischer Versorgung ist die Lebenserwartung zwar gestiegen; in abgelegenen Gebieten wissen Albinos aber oft noch zu wenig über die Gefahren der Sonne.

Deshalb erklärt Martha Mganga den Anwesenden, warum es für die Betroffenen so wichtig ist, sich im Schatten aufzuhalten und die Haut möglichst vollständig mit Kleidung zu bedecken. Happiness Sebastian, die mit freien Armen und Beinen darsitzt, hört dies zum ersten Mal.

## ABERGLAUBE UND WISSENSCHAFT

Obwohl es so viele Mythen gibt, ist die wissenschaftliche Erklärung für den Albinismus recht einfach. Die Betroffenen kommen mit einer genetischen Mutation auf die Welt, welche die Produktion von Melanin stört.

Der okulokutane Albinismus, bei dem im Gegensatz zum nur die Augen betreffenden okulären Albinismus Haut, Augen und Haare betroffen sind, wird autosomal rezidiv vererbt. Es müssen demnach beide Kopien des Gens krankhaft verändert sein, und beide Eltern sind Träger des mutierten Gens.

Weltweit liegt die Häufigkeit des okulokutanen Albinismus bei 1:20 000. In vielen Teilen Afrikas ist die Prävalenz jedoch höher.

Der im US-Bundesstaat Wisconsin tätige Genetiker Murray Brilliant ist einer der führenden Albinismus-Experten der Welt. Er schätzt, dass in Tansania einer von 1400 Menschen die Störung hat und jeder 19. Einwohner Träger des mutierten Gens ist. Seine Forschung hat gezeigt, dass sich die Mutation der meisten Albinos in diesem Land auf einen gemeinsamen Vorfahren vor 2500 Jahren zurückverfolgen lässt.



**Elias Chacha möchte Arzt werden. Seine Eltern besuchen ihn in der Grundschule Mitindo, wo er in Sicherheit lebt. Rotary besorgte 44 Betten und 88 Matratzen und spendete schützende Kopfbedeckungen, Sonnencreme und Lupen für sehgeschwache Schüler**

Trotz der relativ hohen Zahl werden die Albinos in Tansania seit Langem stark stigmatisiert.

Generationen von Eltern haben ihre Albino-Kinder nach der Geburt getötet. Für sie war dieser brutale Akt besser, als ein Leben lang mit der Schande leben zu müssen, die ein Albino-Kind ihrer Überzeugung nach ihrer Familie bringen würde.

Mit der allmählichen Ausbreitung des Christentums im Landesinneren verschwanden diese Praktiken nach und nach. Die Mythen und Diskriminierung blieben jedoch bestehen.

Martha Mganga kam als erstes Albino-Kind in einer Familie zur Welt, in der die Eltern selber keine Albinos sind. Sie erinnert sich an eine Kindheit in Isolation.

Nachbarn bezeichneten ihre Familie als "verwünscht", von den anderen Schülern wurde sie gemieden. Obwohl ein Lehrer in ihrer Schule von ihrer durch die geringe Pigmentierung der Netzhaut und Iris verursachten Sehschwäche wusste, musste sie in der Klasse ganz hinten sitzen und schaffte deshalb den Grundschulabschluss nicht.

Mit 17 Jahren floh sie vor einer arrangierten Ehe mit einem Polygamisten und versuchte, sich im Fluss zu ertränken. Die Strömung trug sie jedoch zurück an das Ufer und in ein neues Leben: Nach dem Abschluss an einer Bibelschule arbeitete sie zunächst als anglikanische Missionarin und gründete später ihre eigene NGO Albino Peacemakers. In ihrer Heimatstadt Arusha klärt die Partnerin von Rotary die Bürger und Familien über Albinismus auf, hilft Albino-Kindern beim Lernen und or-

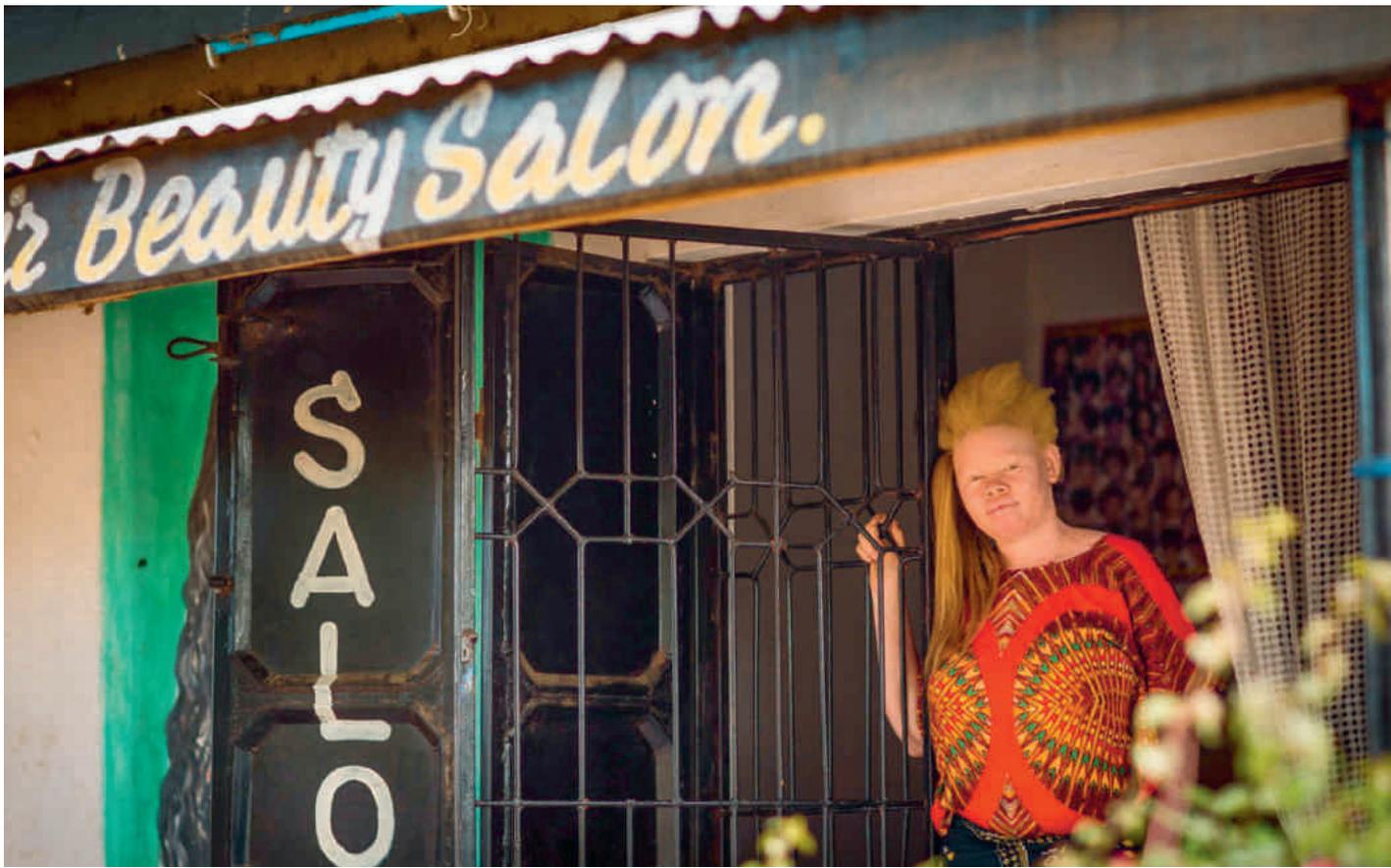
ganisiert wichtige Hautkrebs-Vorsorgeuntersuchungen.

### **EINE WELLE DER GEWALT**

Während Martha Mganga ihren Weg fand, nahm das Schicksal der tansanischen Albinos eine tragische Wende.

2007 mehrten sich Berichte, dass Albinos, in der Mehrzahl Kinder, wegen ihrer Körperteile gejagt wurden. Besonders häufig geschah dies im Nordwesten des Landes unweit der zwei grössten Seen Afrikas: dem Viktoria- und Tanganjikasee.

Das Märchen von den Glück bringenden Kräften des Albino-Fleischs war zwar nicht neu. Durch den erstarkenden Gold- und Diamantbergbau floss jetzt aber mehr Geld in die Region und erhöhte die Risikobereitschaft, erklärt Fred Otieno, Beauf-



**Elizabeth Juma ist Teilinhaberin des Tesha Friseur- und Kosmetiksalons auf der Insel Ukerewe, die seit der Welle der Gewalt 2008 als sicherer Zufluchtsort für Albinos gilt.**

tragter für kommunales Engagement der Africa Inland Church von Tansania und einer der Moderatoren des Workshops in Nyamizeze.

Fremde Investoren mit dicken Brieftaschen waren bereit, für einen grossen Fund alles zu versuchen. Lokale Hexendoktoren witterten ein grosses Geschäft und beauftragten Banden damit, "Albino-Glücksbringer" für sie aufzutreiben. "Geschäft und Politik sind stark vom Aberglauben geprägt", erklärt Fred Oti-eno. "Wenn jemand behauptet, dass dieser Albino-Körperteil zum Goldfund führt, sind viele gewillt, dies zu tun."

Mutige investigative Berichte, zunächst von lokalen Journalisten, enthüllten bald eine Krise schlimmsten Ausmasses, die zeigte, dass sich die entsetzlichen Gerüchte bewahrheiteten.

Die tansanische Reporterin der BBC Vicky Ntetema filmte bei verdeckten Ermittlungen zur Aufdeckung des organi-

sierten Handels mit Körperteilen eine Hexendoktorin, die ihr Albino-Körperteile zum Kauf anbot.

Laut einem Bericht aus dem Jahr 2009 der International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies wurde ein kompletter Satz an Körperteilen – mit vier Gliedmassen, Genitalien, Ohren, Augen und Nase – in Daressalam für 75 000 Dollar gehandelt, eine gewaltige Summe in einem Land, in dem das Bruttoinlandsprodukt pro Kopf unter 1000 Dollar pro Jahr liegt.

Dem Bericht zufolge wurden bis zu 300 Albino-Kinder, die in Schulen für Behinderte "abgegeben oder zurückgelassen" wurden, von den Behörden aufgefordert, woanders Schutz zu suchen. Eine unbestimmte Zahl an Kindern lebte in der Nähe von Polizeistationen oder Kirchen in ständiger Angst um ihr Leben.

In den letzten Jahren ist die Zahl der Mordfälle gesunken, was zum Teil auf die

verstärkte Wachsamkeit der Behörden zurückzuführen ist.

Seit 2008 wurden mindestens 15 Angeklagte vom Obersten Gericht Tansanias wegen ihrer Rolle bei Albino-Morden zum Tode verurteilt. Bei Polizeieinsätzen wurden über 200 nicht lizenzierte traditionelle Heiler verhaftet, von denen viele verdächtigt wurden, mit den gewalttätigen Verbrechen in Verbindung zu stehen. Behörden auf allen Ebenen – von der Region bis hin zu den Dörfern – richteten auf Anweisung des Premierministers Sicherheits- und Verteidigungsausschüsse ein, die nach potenziellen Angreifern und Händlern von Körperteilen Ausschau halten.

Under the Same Sun führt eine Datenbank mit gemeldeten Albino-Morden, Albino-Angriffen und Grabschändungen in Afrika. Der letzte Mord in Tansania wurde im Februar 2015 in der Region Geita unweit Nyamizeze an einem einjährigen Jungen verübt, der überfallen und zerstückelt wurde. (Allerdings ist die Liste



Saada Kaema betreibt einen Stoffladen und verkauft nebenbei Körbe, Matten und Kochtöpfe am Strassenrand. "Meine Mutter kann alles", sagt Tochter Mary, die an ihrer Seite arbeitet.

möglicherweise unvollständig, da Angriffe oft nicht gemeldet werden.) In anderen Ländern hat sich die Situation jedoch verschlimmert.

Im benachbarten Malawi wurden seit 2014 mindestens 18 Albinos ermordet. Die malawische Regierung macht den Einfluss tansanischer Körperteilhändler für diese Epidemie verantwortlich. In Tansania sorgen sich Interessenvertreter wie Fred Otieno um die Hunderten von Albino-Kindern in Schutzlagern oder Schulen für Behinderte, wo sie vorübergehend in Sicherheit sind, die sie aber irgendwann wieder verlassen müssen.

## DIE ROLLE VON ROTARY

Hunderte Kilometer von Nyamizeze entfernt, hinter den Weiten der Serengeti-Ebene und im Schatten des Vulkans Meru, sitzt Faye Cran auf ihrer Veranda und erinnert sich daran, wie sie gemeinsam mit Rotary anfang, der Albino-Gemeinschaft zu helfen.

Die jetzt 76-jährige Rotarierin wurde während des Zweiten Weltkrieges in England geboren. Als Kind zog sie mit ihrer Familie nach Ostafrika, wo sie seither lebt. Aus ihrem einstmaligen kleinen Geschäft des Verkaufs von Hühnern entwickelte sie in Jahrzehnten ein tansanisches Hühnerimperium. Weithin als "Maka Kuku" bekannt, was in der Landessprache Suaheli "Hühnermutter" bedeutet, ist Frau Cran gleichzeitig eine der engagiertesten Rotarier Tansanias. In ihrem RC Moshi diente sie bereits als Landesvorsitzende und Foundation-Distriktbeauftragte. Bei neun Global-Grant-Projekten und mehr als zwei Dutzend Matching-Grant- und Partnerclub-Projekten agierte sie als Hauptansprechpartnerin.

Sie war auch die treibende Kraft hinter der Einrichtung eines Rehabilitations – und Selbsthilfezentrums für Leprakranke im Jahr 1996, das Kinder und Erwachsene unterbringt und betreut, die wegen der ebenfalls stark stigmatisierten Lepra-Krankheit aus ihren Gemeinden verstossen wurden.

Ihr Engagement für die tansanischen Albinos begann, als sie die Folgen der Gewalt mit eigenen Augen erlebte. Auf einer Reise 2011 mit Alan Suttie vom schottischen RC Kirkcaldy lernte Faye Cran einen jungen Albino kennen, dem bei einem brutalen Angriff der linke Arm und die rechte Hand abgehackt wurden. Zurück blieb ein verstümmeltes und stark traumatisiertes Kind.

Es folgten Projekte, die nahezu jeden Aspekt der Erkrankung berührten.

**Text: Jonathan W. Rosen**  
**Fotos: Rotary International**

# SOYEZ LES BIENVENUS



**CHRISTOPH  
SCHAUB**  
**AARAU**  
geb. 29.11.1971  
Klassifikation:  
Verbandsmanagement

Dipl. El.-Ing. ETH mit NDS als Wirtschaftsingenieur FH. Diverse Tätigkeiten in der Elektroindustrie und Energieversorgung. Seit 2014 Bereichsleiter Marketing & Verkauf und Mitglied der GL beim Verband Schweizerischer Elektrizitätsunternehmen. Ledig. Hobbys: Garten, Kochen, Jogging.



**URS MESSERLI**  
**BERN-ROSENGARTEN**  
geb. 10.4.1966  
Klassifikation:  
Gastronomie

Kochlehre, Wirtefachschule des Kantons Bern, Gastronomiekoch, Expertenurse, Sensoriklizenz Hochschule Wädenswil. Inhaber "mille sens group ag" mit fünf Gastrobetrieben. Geschieden, zwei Kinder. Hobbys: Sport (Golf, Tennis Ski, Tischtennis), Essen, Trinken, Lesen.



**PATRICK ROHNER**  
**FLAWIL**  
geb. 5.7.1976  
Klassifikation:  
Versicherungen

Lic. rer. publ HSG (Staatswissenschaften, Internationale Beziehungen). Master of Advanced Studies in Insurance Management. Weiterbildungsdiplom HSG in Vertriebsmanagement. Seit 2002: Helvetia Versicherungen, Mitglied Vertriebsleitung Schweiz, Mitglied Direktion. Verheiratet.

48



**MARC JENZER**  
**BADEN**  
geb. 16.9.1976  
Klassifikation:  
Softwareentwicklung

Studium an der Berner Fachhochschule für Technik und Informatik (MAS-IT). Heute Mitinhaber und Geschäftsführer der semabit GmbH. Referent und Dozent an der ABB Technikerschule. Verheiratet, zwei Kinder. Hobbys: Familie, Sport, Kommunalpolitik.



**BIRGIT FREI-  
URSCHELER**  
**FLAWIL**  
geb. 9.4.1974  
Klassifikation:  
Recht

Nach meiner Ausbildung zur Juristin an der Uni Bern war ich an verschiedenen Gerichten und in Anwaltskanzleien tätig. Danach bot sich mir die Gelegenheit, im Rahmen der Personenfreizügigkeit mit der EU, die Abteilung der Flankierenden Massnahmen im Kanton St. Gallen aufzubauen. Etwas später kam die Umsetzung des Schwarzarbeitsgesetzes dazu. Nach der Geburt unseres zweiten Kindes wechselte ich in den Bereich des Arbeitslosenversicherungs- und Arbeitsrechts, wo ich aktuell in einem Teilzeitpensum tätig bin.



**MATHIAS  
GANTENBEIN**  
**GERZENSEE-  
GANTRISCH**  
geb. 16.6.1978  
Klassifikation:  
Flughafenleitung

Doktor der Wirtschaftswissenschaften, Direktor der Flughafen Bern AG. Verheiratet, zwei Kinder. Hobbys: Familie, Freunde, Fernweh, Fliegerei, Freiheit.



**ANDI MEIER**  
**BADEN**  
geb. 9.10.1968  
Klassifikation:  
Chocolatier

Diplomierter Konditor-Confiseur. Inhaber der Firma E575 GmbH, Produzent. Verheiratet, zwei Kinder. Hobbys: Garten, Freunde, Familie.



**STEPHAN  
MAROLF**  
**GERZENSEE-  
GANTRISCH**  
geb. 29.7.1971  
Klassifikation: Aus-  
bildung Gastronomie

Dipl. Dozent HF an der Hotelfachschule Thun, Hotelmanager NDS HF, eidg. dipl. Küchenchef / Produktionsleiter. Verheiratet, ein Kind. Hobbys: Ausdauersport (Laufsport, Radsport), Natur (Wanderungen), Kochkunst, Neurologie / Neurodidaktik (lebenslanges Lernen und Lehren), VR-Mitglied eines 3\*-Hotels.



**PHILIPP REBER**  
**GSTAAD-  
SAANENLAND**

geb. 26.7.1975  
Klassifikation:  
Augenoptik

Studium dipl. El.-Ing FH Biel, Executive MBA in Innovation Management Bern und Augenoptiker. Geschäftsführer und Inhaber Optik Gstaad AG. Verheiratet, zwei Kinder. Hobbys: Musik, Sport.



**CLAUDIO CANOVA**  
**LIECHTENSTEIN**

geb. 14.10.1963  
Klassifikation:  
Medizin

Dr. med., Inhaber Dres. Canova Erni Ärzte AG, Triesen.



**FABIA PAROLA**  
**LUGANO-LAGO**

nata il 8.2.1985  
Classifica: Fiduciaria  
immobiliare

Nubile, ha studiato fino a 2011 al ETH di Zurigo. Ottenendo un Master Degree in Scienze Agrarie. Dal 2014 direttrice di Tala Consulenze (immobiliare). Interessi: Equitazione, barca a vela, snowboard, danza.



**MANUELA EICHENLAUB**  
**KREUZLINGEN**

geb. 18.2.1976  
Klassifikation:  
Musik und Bildung

Gymnasiallehrerin für die Fächer Musik und Deutsch Sekundarstufe I und II (Musikhochschule und Universität Karlsruhe); Dirigentin (MA FHZ). Seit 2013 Hauptlehrerin für Musik und Chor an der Pädagogischen Maturitätsschule Kreuzlingen; Leiterin diverser Chöre; Sängerin in professionellen Vokalensembles. Geschieden. Ein Sohn. Hobbys: Literatur, Geschichte und Kunst.



**OLIVER OEHRI**  
**LIECHTENSTEIN**

geb. 2.1.1977  
Klassifikation: Fintech  
& Edtech

Lic. oec. HSG, Founding & Managing Partner bei der CSSP AG, Vaduz.



**PETER GMÜR**  
**LUZERN**

geb. 8.11.1969  
Klassifikation:  
Logistik

Handelsdiplomschule Luzern. Eidg. dipl. Exportfachmann. Ziegler Transport SA Brüssel, Möbeltransport International. Peter Gmür ist gegenwärtig Inhaber und Geschäftsführer der Gmür & Co. AG.



**ROMAN STROTZ**  
**LINTHEBENE**

geb. 29.7.1971  
Klassifikation:  
Schirmfabrikation

Betriebsökonom HWV St. Gallen, Mitglied GL bei der Schirmfabrik Strotz in Uznach. Verheiratet, zwei Kinder. Hobbys: Fussball, Tennis, Snowboard, Ski, Reisen, Jassen und Pokern.



**JUSTUS ROOS**  
**LUZERN**

geb. 4.6.1970  
Klassifikation:  
Radiologie

PD Dr. med. Medizin-studium Universität Bern. Eidg. Staats-examen und Amerikanische Staats-examen. Facharzt FMH für Medizinische Radiologie. Privatdozent, Universität Zürich. Leitender Arzt, Institut für Radiologie, Kantonsspital Winterthur. Associate Professor, Dept. of Radiology, Duke University Medical Center, Durham, NC/USA. Ab 2015 Chefarzt Institut für Radiologie, Luzerner Kantonsspital.



**FLORIAN BÜCHEL**  
**LIECHTENSTEIN**

geb. 29.12.1989  
Klassifikation:  
Immobilien-Treuhand

Bachelor of Science, Kadermitarbeiter bei der Joseph Wohlwend AG, Vaduz.



# Vorsorge und Nachfolge für KMU planen.

Unternehmerinnen und Unternehmer sollten ihre Vorsorge- und Nachfolgeplanung frühzeitig angehen. Eine kompetente Beratung hilft dabei Zeit und Geld zu sparen.

Erfolgreiche Inhaber von KMU sind engagiert: Sie müssen Kunden überzeugen können, um Aufträge zu erhalten, Mitarbeiter motivieren, damit hochstehende Dienstleistungen und Produkte entstehen. Sie müssen investieren und innovativ sein, um ihre Firma auf Erfolgskurs zu halten. Die zeitlichen Ressourcen für eine rechtzeitige Vorsorgeplanung und Nachfolgeregelung sind daher verständlicherweise oft knapp.

## Spielräume rechtzeitig nutzen

Doch irgendwann kommt der Moment, wo der Betrieb an geeignete Nachfolger weitergegeben werden muss. Laut Studien stehen in der Schweiz in den nächsten fünf Jahren 22 Prozent der KMU vor einem Generationenwechsel. Etwa jedes vierte Unternehmen mit weniger als 250 Mitarbeitenden steht vor einem Nachfolgeproblem, da die Planung meist erst kurz vor dem geplanten Rücktritt in Angriff genommen wird.

Idealerweise sollte der Übergang an den Nachfolger sieben bis zehn Jahre im Voraus beginnen. Noch früher gilt es die Alters- und Risikovorsorge zu regeln. So lassen sich viele finanzielle Gestaltungsspielräume nutzen, welche die Steuer-

last bei der Nachfolgeregelung mildern und eine optimale Lösung für einen finanziell gesicherten und angenehmen Ruhestand ermöglichen.

Eine kompetente Beratung kann die Unternehmer unterstützen, sich weiterhin auf ihr Kerngeschäft zu konzentrieren und dabei die Chancen in der rechtzeitigen Vorsorgeplanung zu nutzen. Helvetia Versicherungen mit ihren 40 Generalagenturen in der Schweiz begleitet KMU in Vorsorge- und Versicherungsfragen. Eine Analyse verschafft einen professionellen Überblick für individuelle Lösungen zu den spezifischen Bedürfnissen der Unternehmerinnen und Unternehmer.

## Vermögen optimal gestalten

Die laufenden gesetzlichen Änderungen sowie die Vielzahl an neuen Produkten und Lösungen erfordern für die optimale Planung ein spezifisches Fachwissen. Die Aufteilung zwischen Geschäfts- und Privatvermögen ist dabei von zentraler Bedeutung. Sowohl in der beruflichen wie auch in der privaten Vorsorge (Säule 3a und Säule 3b) bietet Helvetia als eine der führenden Versicherungen in der Schweiz zahlreiche interessante

Möglichkeiten für KMU-Betriebe. Ihre innovativen Lösungen und kompetenten Expertisen dienen ebenso zur Altersvorsorge wie auch zur finanziellen Absicherung von wichtigen Geschäftspartnern, zur optimalen Steuerplanung oder zur Gewährleistung einer möglichst reibungslosen Nachfolge – lassen Sie sich von uns persönlich beraten.

### Tipps zur Nachfolgeplanung:

- **Individuelle Vorsorgelösungen sichern Unternehmen und Inhaber ab.**
- **Lohn statt Dividende verbessert Steuervorteile und Vorsorgemöglichkeiten.**
- **Lebenspartner anstellen erhöht Möglichkeit für Pensionskasseneinkäufe.**
- **Frühzeitige Nachfolgeplanung ermöglicht massgeschneiderte Lösungen.**

**Weitere Informationen:**  
[www.helvetia.ch/kmu](http://www.helvetia.ch/kmu)



**DANIEL ROSCHER**  
**LUZERN**

geb. 28.9.1962  
Klassifikation:  
Öffentliche  
Versicherung

Kaufmännische Lehre "Zürich" Versicherungs-Gesellschaft. Betriebsökonom Fachhochschule AKAD, Exekutive MBA. Diverse Führungsausbildungen. Studienaufenthalt Stanford University, California, USA. Direktor SUVA Zürich und Prozesscontroller Care, SUVA. Seit 2016 Mitglied der Geschäftsleitung.



**MARC A. SCHÄTZLE**  
**LUZERN**

geb. 1.4.1973  
Klassifikation:  
Kieferorthopädie

Dr. med. dent. et Odont. Dr. MOrtho RCSEd, Kieferorthopäde. Medizinische Vorklinik, Universität Bern; Zahnmedizinische Kliniken Bern, Universität Bern. Member in Orthodontics – The Royal College of Surgeons of Edinburgh (MOrtho RCSEd). Schweizerische Gesellschaft für Oralchirurgie und Stomatologie (SSOS) – ord. Mitglied; Schweizerische Zahnärztesgesellschaft (SSO) – ord. Mitglied; European Association of Orthodontics (EOS) – ord. Mitglied; International Association for Dental Research (IADR) – ord. Mitglied. Verheiratet, zwei Kinder.



**THIERRY BAUME**  
**MONTAGNES**  
**NEUCHÂTELOISES**

né le 2.10.1970  
Classification:  
Horlogerie

Lycée technique à Bienne. Ecole technique du soir. Responsable de la qualité chez Breitling, puis dans la micro-injection plastique. Ensuite, devient indépendant dans le domaine horloger. Il dirige aujourd'hui une entreprise fabriquant des aiguilles, cadrans, et prototypes de boîte de montre. Marié, un enfant. Hobbies: hockey, ski, vélo.



**RAPHAËL DUBOIS**  
**MONTAGNES**  
**NEUCHÂTELOISES**

né le 11.9.1970  
Classification: Con-  
seiller en assurances

Postes à responsabilité dans des entreprises mettant l'être humain au centre des préoccupations, obtention d'un brevet fédéral en management et expérience dans la finance. A mis ses compétences et son expérience au service des clients d'AXA-Winterthur. Marié, deux enfants. Hobbies: voyages, sport, cinéma.



**ULRICH MÜLLER-KNAPP**  
**NECKERTAL**

geb. 6.2.1964  
Klassifikation: Kinder-  
und Jugendpsychiatrie

Medizinstudium und Weiterbildung zum Facharzt Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie. Seit 2013 Chefarzt und Vorsitzender der Geschäftsleitung der Klinik Sonnenhof, Kinder- und Jugendpsychiatrisches Zentrum in Ganterschwil SG. Verheiratet, zwei Kinder. Hobbies: Reisen, Skifahren, Kochen.



**BRUNO NEGRI**  
**OLTEN-WEST**

geb. 27.7.1987  
Klassifikation:  
Immobilien

Studium Rechtswissenschaften an der Universität St. Gallen, Abschluss MLaw HSG. Geschäftsleitung der NEGRI Immobilien AG in Zofingen. Hobbys: Sport und Reisen.



**HARRY NIGGLI**  
**OLTEN-WEST**

geb. 12.9.1975  
Klassifikation:  
Öffentlicher Dienst

Kaufm. Aus- und Weiterbildung im Bankensektor, seit 2015 Polizeioffizier und Regionenchef Olten Kapo Solothurn. Weiterbildungen bei der Staatsanwaltschaft und im HR Bereich. Verheiratet, zwei Kinder. Hobbys: Jagd, Sport allgemein.



**SIMON MAHRER**  
**RHEINFELDEN-  
FRICKTAL**

geb. 26.2.1966  
Klassifikation:  
Finanzwesen

Mitinhhaber und Mitglied der GL der Mahrer Treuhand AG in Möhlin. Verheiratet, drei Kinder. Hobbys: Familie, Wandern, Lesen, Politik, Sport.



**PASCAL KOHLER  
STANS**

geb. 14.6.1977  
Klassifikation:  
Militär

Ausbildung als eidg. dipl. Berufsoffizier MILAK/ETH Zürich. Nach UN-Einsatz im Nahen Osten Abkommandierung an das Ausbildungszentrum SWISSINT in Stans. Seit 2015 Chef Ausbildung für die friedensfördernden Einsätze der Schweizer Armee. Oberstleutnant. Verheiratet, ein Kind. Hobbys: Sport und Reisen.



**PETER KAUF  
ÜETLIBERG**

geb. 27.12.1981  
Klassifikation: For-  
schung & Entwicklung

Peter Kauf studierte Mathematik und theoretische Physik an der ETH Zürich. Nach einem Doktorat (2011, ebenfalls ETH Zürich) forschte und unterrichtete er in Mathematik und Data Science an der ZHAW in Wädenswil. Seit 2014 ist er begeisterter Unternehmer und Geschäftsführer der Prognosis AG.



**CAROLINE  
OMONDY  
WETTINGEN-  
HEITERSBERG**

geb. 23.12.1976  
Klassifikation:  
Verfahrenstechnik-  
Lebensmittel

Studium Verfahrenstechnik TU Dresden, Lebensmitteltechnik. Weiterbildung als International Executive MBA an der HSG. Mehrjährige Erfahrung mit FMCG (Food). Seit 2008 Projekt-Managerin für Aufbau und Entwicklung nachhaltiger und transparenter Lieferketten weltweit bei Varistor AG. Interessen: Nachhaltige Architektur, Reisen, Natur, Lesen, Menschen.



**URS  
RINDLISBACHER  
STANS**

geb. 10.7.1976  
Klassifikation:  
Wirtschaftsprüfung

Eidg. dipl. Experte in Rechnungslegung & Controlling; Treuhänder eidg. FA, Revisionsexperte RAB. Tätigkeiten bei PwC AG, Balmer-Etienne Treuhand AG und Scout24 AG. Seit 2002 Verwaltungsrat und Geschäftsführer der Auditrium AG, Stans. Verheiratet, vier Kinder. Hobby: Mountainbiking.



**PETER STEINER  
WEINFELDEN**

geb. 30.4.1964  
Klassifikation: Energie-  
und Abfallwirtschaft

Dipl. Masch.-Ing. ETH mit Vertiefung in mechan. Verfahrenstechnik und Energiesysteme sowie NDS BWI ETH Zürich. Vorsitzender der Geschäftsleitung beim Verband KVA Thurgau, Weinfelden, Zweckverband zur Gesamtentsorgung von 70 Gemeinden in TG und SH und für den Betrieb eines Kehrichtheizkraftwerks.



**KILIAN ROLLI  
WETTINGEN-  
HEITERSBERG**

geb. 27.2.1968  
Klassifikation:  
Maschineningenieur/  
Forschung

Lehre als Mechaniker. Studium Dipl. Masch.-Ing. HTL. Konstruktionsleiter, Technischer Leiter, COO, CEO, heute Abteilungsleiter "Maschineningenieur-Wissenschaften" am Paul Scherrer Institut. Familie. Hobbys: Freunde, Musik, innovative kreative Querdenkereien.



**JÜRIG THÖNI  
THUN-NIESEN**

geb. 16.2.1968  
Klassifikation:  
Spital Finanzen

Master of Health Administration MHA der Uni Bern, Betriebsökonom FH. CFO Spital STS AG in Thun. SR Previs Pensionskasse; VR Alterswohnen STS AG; VR Medizinisches Zentrum Thun AG. Verheiratet, vier Kinder. Militär: Fourier. Hobbys: Hund, Joggen, Lesen.



**THOMAS VOGEL  
WEINFELDEN**

geb. 9.1.1982  
Klassifikation:  
Luftfahrt

Elektroingenieur ETH mit Executive-MBA-Abschluss. Langjährige Luftfahrt-Erfahrung in Airline IT, Flight Operations, Ground Handling, Airport Planning und Helikopter. Ausgewiesene Erfahrung in Projektmanagement, Change Management, Krisenmanagement und Führung.

# IN MEMORIAM



**SABINE  
BRUCKERT  
VEJLSTRUP  
ZÜRCHER  
UNTERLAND**

geb. 5.6.1976  
Klassifikation:  
Dermatologie

Dermatologin mit eigener Praxis in Bülach seit 2013. Oberärztin für Dermatochirurgie am Universitätsspital Zürich.



**DARIO PICARDI  
ZÜRICH BELVOIR  
INTERNATIONAL**

geb. 18.6.1977  
Klassifikation:  
Finanzen

Dario wurde in Napoli geboren, studierte (Recht und BWL) und lebte in verschiedenen Ländern aufgrund seiner Beratertätigkeit, heute jedoch in Zürich. Dario ist verheiratet und hat ein Kind.



**ROLF GRAF  
ZÜRICH-GLATTAL**

geb. 22.9.1976  
Klassifikation:  
Schreinerei

Geschäftsführer/

Teilhaber Nyffenegger Kloten AG.  
Verheiratet, zwei Kinder. Hobbys:  
Flussboote, Fasnacht, Zigarren, Garten.



**STEFAN KRÜGER  
ZÜRICH-  
ZÜRICHBERG**

geb. 15.3.1987  
Klassifikation:  
Arzt

Arzt, Institut für Anästhesie & Intensivmedizin, Universitätsspital Zürich, Assistentenvertreter, Notarzt. Ehemaliger Rotary Austauschschüler 2003/04 (Mexiko), Mitglied Rotaract seit 2008.  
Ledig.

## JACHEN CAFLISCH

1932 – 2017  
Au am Zürichsee

## JACQUES BACHMANN

1924 – 2017  
Murten/Morat

## GEORG HUMBEL

1946 – 2017  
Baden

## WALTER ZIMMERLI

1957 – 2017  
Olten-West

## RICHARD KIENER

1959 – 2017  
Bern Christoffel

## ALBERT MÜLLER

1926 – 2017  
Rorschach-Arbon

## PETER GSCHWEND

1939 – 2017  
Burgdorf

## HERBERT E. BOLLI

1953 – 2017  
Schaffhausen-Munot

## FRANÇOIS BONNARD

1922 – 2017  
Lausanne

## FELIX AGOSTI

1929 – 2017  
Uster

## HEINZ BIGLER

1944 – 2017  
Luzern-Seetal

## JOHANN JUCKER-INHELDER

1940 – 2017  
Zürcher Unterland

## HANS GUT

1930 – 2017  
Luzern-Seetal

## MARX KOBLER

1927 – 2017  
Zürich



Liste de textes de nécrologie\* / Übersicht Nachrufe\*:  
[rotary1980.ch](http://rotary1980.ch) / ...[1990.ch](http://rotary1990.ch) / ...[2000.ch](http://rotary2000.ch)

\*lisibles pour les membres enregistrés \*nur für eingeloggte Mitglieder

## AGENDA

# ROTARY HIGHLIGHTS

30.06.2017	Golf-Benefizturnier D 1980	GC Wylihof, Luterbach
01.–15.07.17	Swiss Mountain Adventure Camp/Camp Thomas Kaiser	Martigny
10.–16.09.17	Rotarische Wanderreitwoche/ Amicale Rotarienne des Cavaliers Randonneurs	Chablais
15.09.2017	Tournoi de Golf D 1990	GC Neuchâtel
06.10.2017	Rotary CH Meisterschaften/ Rotary Championnat Suisse	GC Küssnacht
20.–22.10.17	RYLA D 1980	Luzern
04.11.2017	Neurotarierseminar	Lenzburg
11.11.2017	Rotary Day at United Nations	Geneva

## KONTAKTE

### ROTARY SERVICE CENTER

Montag bis Freitag, 08:00 bis 12:00  
und 13:30 bis 17:00 Uhr  
Waaggasse 5, 8001 Zürich  
T 043 299 66 25, info@rotary.ch

### DISTRIKTSSEKRETARIATE

**D 1980:** Rot. Désirée Allenspach  
Römerstrasse 73, 4114 Hofstetten  
T 061 721 48 23, dgsekretariat@diamond-office.ch

**D 1990:** Claire Neyroud  
Chemin de la Chiésaz 3, 1024 Ecublens  
T 076 387 76 50, claire.neyroud@metaphores.ch

**D 2000:** Rot. Ursula Gervasi  
Burkardusstr. 35, 5632 Buttwil  
T 056 426 50 58, secretary@rotary2000.ch

## IMPRESSUM

### ROTARY SUISSE LIECHTENSTEIN

91. Jahrgang, Nr. 6, Juin 2017  
Monatszeitschrift für die Mitglieder der Rotary Clubs in der Schweiz und im Fürstentum Liechtenstein.

### CHEFREDAKTION

Rot. Verena Maria Amersbach (vma)  
Waaggasse 5, 8001 Zürich  
M 078 911 78 40, verena.amersbach@rotary.ch

### RÉDACTEUR POUR LA SUISSE ROMANDE AD INTERIM:

Rot. Hanspeter Kleiner (kl)  
T 031 901 12 66, hanspeter.kleiner@rotary.ch

### REDAZIONE PER LA SVIZZERA ITALIANA

PDG Carlo Michelotti (cm)  
Via Valege 5, 6525 Gnosca  
T 091 835 88 88, carlo.michelotti@rotary.ch

### DISTRIKTSKORRESPONDENTEN

**D 1980:** Rot. Erich Aschwanden (ea)  
T 041 370 44 25, erich.aschwanden@rotary.ch

**D 1990:** Rot. Hanspeter Kleiner (kl)  
T 031 901 12 66, hanspeter.kleiner@rotary.ch

**D 2000:** Rot. Peter Rohner (pro)  
T 052 346 18 73, peter.rohner@rotary.ch

### ANZEIGENLEITUNG UND INSERATE

INVEA GmbH, Sandro Mandelz  
Durisolstrasse 11, 5612 Villmergen  
T 056 622 10 01, medien@rotary.ch  
Inseratarif siehe www.rotary.ch

### HERAUSGEBER

Verein Rotary Medien Schweiz/Liechtenstein, Zug  
Präsident: PDG Rocco Oliati

### LAYOUT UND PRODUKTION

walder,werber werbeagentur ag, 8610 Uster

### AUFLAGE UND DRUCK

13 300 Expl., Multicolor Print AG, 6341 Baar

### BILDER DIESER AUSGABE

RI, iStock, Rotary Clubs, Alamy

### REDAKTIONSSCHLUSS NR. 07/2017

25.06.2017



## TIPP

### SPONSORENLAUF "RUN4CHANGE"

Am Sonntag, **02.07.2017**, veranstaltet der RC Zurich Belvoir International bereits zum fünften Mal in der Sportanlage Sihlhölzli (Stadt Zürich, Kreis 3) den Sponsorenlauf "run4change". Alle Spenden gehen an die St. Jude India Heime für krebserkrankte Kinder. Vom Profiläufer über Gelegenheitsjogger bis hin zu Familien mit Kinderwagen sind alle herzlich willkommen. [www.run4change.ch](http://www.run4change.ch)

# Die schönsten Fernreisen vom führenden Spezialisten.



April 2017 bis März 2018

## Australien vom Spezialisten.

Neuseeland, Südsee



knechtreisen



November 2018 bis Oktober 2017

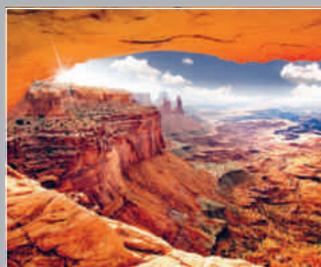
## Südliches Afrika vom Spezialisten.

Südafrika, Simbabwe, Botswana, Zimbabwe, Victoria Falls,  
Zambia, Malawi, Mozambique



Canon

knechtreisen



April 2017 bis März 2018

## USA und Bahamas vom Spezialisten.



USA

knechtreisen



April 2017 bis März 2018

## Kanada und Alaska vom Spezialisten.



knechtreisen



November 2018 bis Oktober 2017

## Powder Dreams vom Spezialisten.

Helskings Kanada, Alaska, Asien & Europa  
SKI & Board, Catsking Kanada, USA & Japan.



CMH HELIX & SKING  
TRAVEL

knechtreisen



November 2018 bis Oktober 2017

## Latinamerika vom Spezialisten.



knechtreisen

LATINO  
TRAVEL



November 2018 bis Oktober 2017

## Karibik vom Spezialisten.



LATINO  
TRAVEL



2017

## Sprachreisen weltweit vom Spezialisten.

Standard- und Intensivkurse, Examenkurse, Im Hause des Lehrers,  
Businesskurse, Einzelunterricht, Sprache & Aktivität, Travelling Classroom



knechtreisen

# knechtreisen

Aarau, Allschwil, Amriswil, Baden, Basel, Bassersdorf, Brugg, Einsiedeln, Eschlikon, Frick, Gelterkinden, Kloten, Lenzburg, Luzern, Montreux, Oberwil, Reinach, Rheinfelden, Ruswil, Solothurn, Vevey, Windisch, Winterthur, Wohlen, Zug, Zürich  
[www.knecht-reisen.ch](http://www.knecht-reisen.ch)

Besuchen Sie  
unseren Ferienabend  
über Reisen in die Arktis

**28. Juni 2017,  
Marriott Hotel Zürich**

Infos und Anmeldung unter  
[www.kontiki.ch/news](http://www.kontiki.ch/news)



**kontiki**



# Wir erfüllen Ihre Reiseträume

**Entdecken Sie unsere Traumreisen 2018 und bestellen Sie  
jetzt kostenlos die neuen Kataloge\***



**Tel. 056 203 66 11**

\*ab 26. Juni verfügbar

**[www.kontiki.ch](http://www.kontiki.ch)**