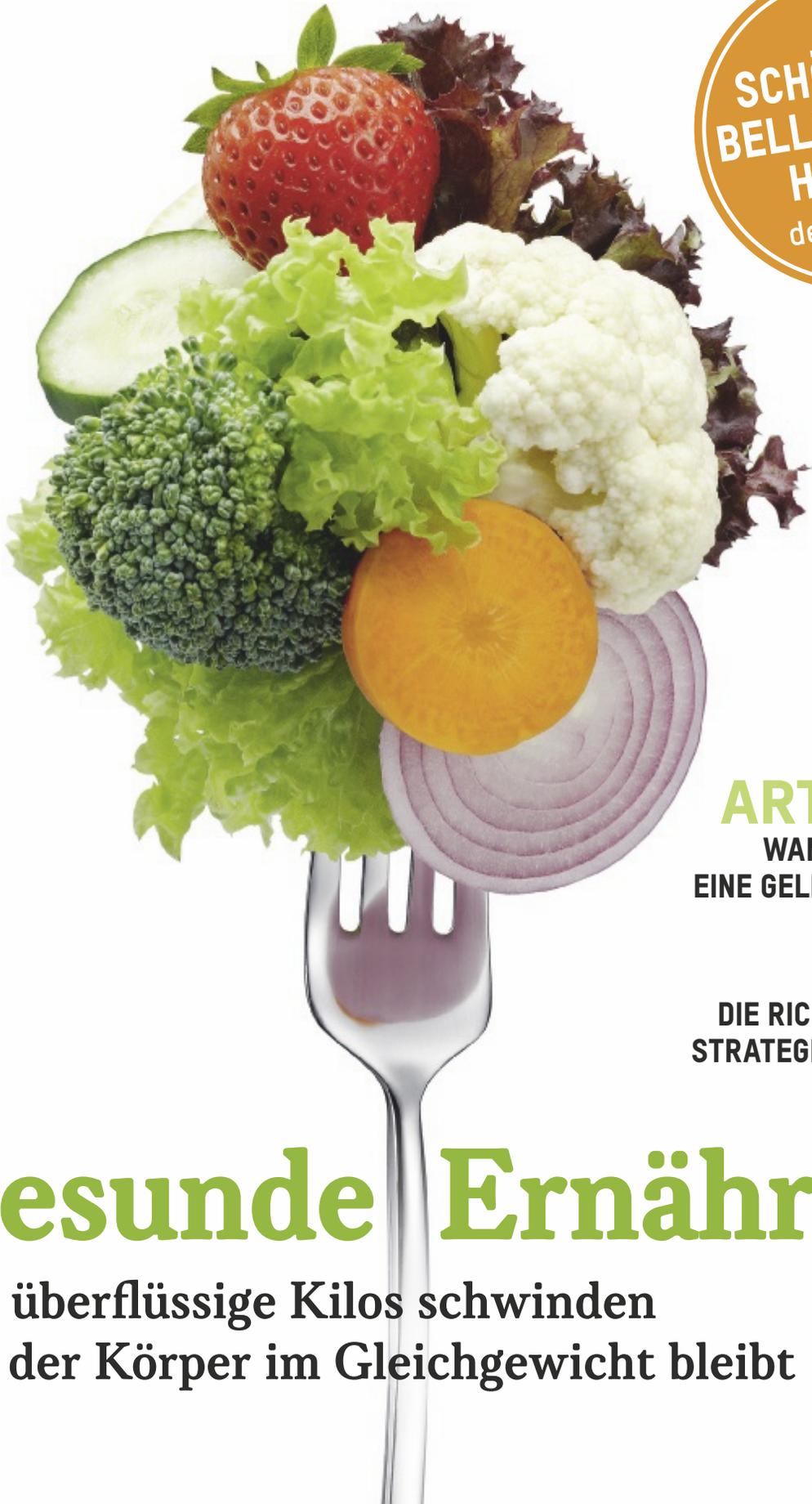


50plus

DAS MAGAZIN FÜR EIN
GENUSSVOLLES LEBEN



Die
**SCHÖNSTEN
BELLE EPOQUE
HOTELS**
der Schweiz

ARTHROSE
WANN BRAUCHT ES
EINE GELENKPROTHESE?

GELD
DIE RICHTIGE ANLAGE-
STRATEGIE IN DER KRISE

Gesunde Ernährung

Wie überflüssige Kilos schwinden
und der Körper im Gleichgewicht bleibt





Wer nicht wagt, der nicht gewinnt

Wie oft steht am Anfang einer Veränderung die Frage: Geht das überhaupt? Isabel Hotz hat mit solchen Gedanken viel Erfahrung. Ganze drei Mal musste die Zürcherin das Ruder herumreissen, bis sie als Neurowissenschaftlerin bei ihrem Traumberuf ankam. Die Aargauer Schneiderin Bernadette Kiener setzte mit ihrer Kissenfabrik alles auf eine Karte. Und Bernhard Jungen verwirklichte sich nach der Pensionierung mit seiner Unfassbar den Traum als fahrender Pfarrer. Wie sagt man so schön? Wer nicht wagt, der nicht gewinnt.

VON BENEDIKT LACHENMEIER

Die Restarterin

ISABEL HOTZ (44)

«Wir haben jetzt sechs Monate lang Kreise um weisse Flecken auf MRI-Bildern gezogen. Manchmal bis zwei Uhr nachts. Und jetzt haben wir endlich die ersten Zahlen. Für mich ist es ein Gefühl wie Weihnachten.» Wenn Isabel Hotz von ihrer Arbeit erzählt und in einer Selbstverständlichkeit Fachausdrücke wie White Matter Hyperintensities und Voxel fallen lässt, ist sie nicht mehr zu stoppen. Die 44-Jährige ist Doktorandin für Neurowissenschaften. Sozusagen auf dem dritten Bildungsweg. Eigentlich war die Zürcherin medizinische Praxisassistentin, dann Grafikerin und jetzt eben Neurowissenschaftlerin. Und dazwischen brachte sie noch zwei Kinder zur Welt.

Aber von vorne. «Das Gehirn faszinierte mich schon immer. Auf der einen Seite ist es ein Stück Fleisch,

auf der anderen ist es alles, was wir sind», sagt die Neurowissenschaftlerin. «Das Forschen war immer ein wenig in mir drin. Als Kind schrieb ich Schnecken an und führte Listen, wo ich sie freiliess.» Warum sie nicht

«Ich war eine Rebellin und hatte mir einiges verbaut.»

gleich Forscherin wurde? «Meine wilde Jugend ist schuld. Ich war eine Rebellin und hatte mir einiges verbaut.» Halbherzig entschied sie sich für eine Lehre als medizinische Praxisassistentin. Zwei Monate vor Abschluss brach sie ab. «Eigentlich völlig bescheuert. Aber ich befürchtete, einfach die Handlangerin des Arztes

zu sein und nicht selber denken zu dürfen.» Was nun? Matura nachholen zum Beispiel. Aber auch dieser Plan scheiterte. Durch ihren Job bei einem Lokalradio lernte Isabel ihren jetzigen Mann kennen. Er war der dortige Grafiker und sie sagte sich: Das will ich auch. Als Quereinsteigerin realisierte sie erste Projekte. Und ein paar Jahre später hatte sie das Diplom als Grafikerin in der Tasche. «In der Zwischenzeit kamen auch noch zwei Kinder zur Welt», lacht die 44-Jährige. Diese haben die Grafikerin zu ihrer Ursprungsidee zurückgeführt.

«Mit den Kindern wurde das Thema Medizin plötzlich wieder aktuell», erinnert sich Isabel. «Auch die Kinderärzte sprechen ganz anders mit dir, wenn sie wissen, dass du mal MPA warst. Das hat mein Interesse wieder geweckt.» Zudem reizte sie erneut eine berufliche Veränderung. «Am Anfang ist der Job als Grafikerin cool, aber dann ist es immer dasselbe. In Grün, in Orange, in Blau. Du sitzt am Bildschirm und der einzige Ausserkontakt sind die Kunden.» Also drückte Isabel nochmals die Restart-Taste und holte neben Job und Familie doch noch die Matura nach. «Es



Das menschliche Gehirn faszinierte Neurowissenschaftlerin Isabel Hotz schon als Kind.

war mega streng. Ich weiss nicht, wie ich das gemacht habe.» Aber mit 32 begann sie folglich ein Studium für Neuropsychologie. Und obwohl topmotiviert, kam der Studentin wieder etwas in die Quere. Dieses Mal waren es gesundheitliche Probleme. «Es fing alles damit an, dass ich einen Wäschekorb anhub.» Die Folge waren 13 Operationen an Rücken und Becken. Doch trotz Vorlesungsbesuchsverbot des Arztes und vier Aufenthalten in der Reha ging Isabel weiter an die Uni. Schliesslich schloss die Zürcherin das Studium erfolgreich mit einem Master of Science ab. Und

nächstes Jahr darf sie sich Frau Doktor nennen.

Aber wie schafft es Isabel trotz Rückschlägen immer wieder aufzustehen und von vorne anzufangen? «Ich bin einfach belastbar. Wenn es gut geht, geht es einfach gut. Und wenn es schlecht geht, dealst du halt mit dieser Situation», meint die Zürcherin klar und direkt. «Zudem sind es die Neugier und die Herausforderung, die mich antreiben. Bei mir gibt es immer alles oder nichts.» Deshalb ist auch die Arbeit als Neurowissenschaftlerin das Richtige für sie. «Es gibt noch vieles zu entde-

cken. Hast du ein Ziel erreicht, kannst du immer noch tiefer gehen. Ich kann da manchmal fast nicht aufhören. In der Grafik bist du viel schneller an dem Punkt, an dem du dich fragst: Und jetzt? Natürlich ist die Fantasie auch grenzenlos. Aber die Kunden wollen oft einfach das, was sie im Kopf haben.» Isabel selbst hat auch noch so einiges im Kopf. Beispielsweise könnte sie sich vorstellen, irgendwann als klinische Neuropsychologin zu arbeiten. «So würde sich der Kreis wieder schliessen. Ich wäre wieder bei den Patienten zurück.»

Fahrender Pfarrer

BERNHARD JUNGEN (63)

Wenn Bernhard Jungen und Tobias Rentsch mit ihrer Unfassbar auf dem Markt aufkreuzen und Bier zapfen, wundert sich niemand. Die

Fragen kommen erst, wenn die Gespräche beginnen. Was machen zwei reformierte Pfarrer auf der Strasse? Sollten sie nicht in der Kirche von

der Kanzel predigen? Nicht unbedingt, findet Bernhard. «Ich sah Jesus nie als Kirchenmensch. Sondern als eine Person, die draussen bei den Leuten war, Feste feierte und sich mit allen unterhielt.» So versuchte er auch während seiner Jahre als Gemeindepfarrer zu leben. Aber kurz vor seinem 60. Geburtstag hing er das Pfarramt an den Nagel.

Den Ausschlag dazu gab das Dienstjubiläum von Bernhard. «Der Kirchgemeinderat überraschte mich mit einem Gabentisch, der meine ver-



Die Berner Pfarrer Tobias Rentsch (li.) und Bernhard Jungen zapfen Bier und reden mit den Gästen über Gott und die Welt.



«Ich sah Jesus nie als Kirchenmensch. Sondern als eine Person, die draussen bei den Leuten war», sagt Pfarrer Bernhard Jungen.

gangene Arbeit würdigen sollte. Das hat mich zwar gerührt, aber irgendwie bin ich mir vorgekommen wie an einer Beerdigung. Ich fragte mich: Was soll denn jetzt noch kommen? Nichts mehr! Da habe ich mir gedacht: Das kann's doch nicht gewesen sein.» Danach ging der damals 58-Jährige in die Exerzitien – einer intensiven Besinnung und Begegnung mit Gott. Bereits in der ersten Nacht träumte Bernhard davon, wie er im Keller eines Hotels Vögel findet, die am Verenden sind. Er befreit sie und die Tiere fliegen in die Freiheit. «Da wusste ich: Das ist das Ende meiner Zeit im Pfarramt. Als ich nach dieser Woche nach Hause kam, sagte ich zu meiner Frau, dass ich kündigen möchte. Und sie meinte wie immer ganz pragmatisch: «Dann melden wir uns beim Finanzberater an.»»

«Ich fragte mich: Geht das überhaupt? Können wir uns das leisten?» Was Bernhard damals aber bereits wusste, war, dass er in irgendeiner

Form Pfarrer bleiben und irgendwie auf die Strasse wollte. Zuerst wollte er aber noch die laufenden Projekte beenden und verliess deshalb erst rund eineinhalb Jahre später die Gemeinde. Dafür mit einem Gefühl von

innerer Freiheit. Auf einer Reise nach London liess sich der Berner dann von Kirchenleuten mit innovativen Gedanken inspirieren. Die zündende Idee kam ihm damals aber noch nicht. «Erst nach einer Morgenmeditation wusste ich: Es gibt eine mobile Bar, mit der ich Märkte und Feste besuche. Eine Freundin hatte dann die Idee von einer Bar auf einem Velo.»

«Was soll denn
jetzt noch kommen?
Nichts mehr!»

Um zu erfahren, ob andere diesen Einfall auch gut fänden, erzählte Bernhard auf einer Klassenzusammenkunft seinen ehemaligen Mitschülern davon. Und prompt boten diese ihm Unterstützung an.

Seit drei Jahren schon sind Bernhard und sein Partner Tobias mit ihrer fahrenden Unfassbar unterwegs. «Der Name ist bei uns Programm», erklärt der 63-jährige Pfarrer. «Das Leben ist unfassbar. Unfassbar schön, unfassbar schwer. Wir wollen die unfassbaren Geschichten unserer Gäste hören und mit ihnen darüber sprechen.» Dass er Pfarrer ist, erwähnt Bernhard jeweils in einem Nebensatz. Und wie reagieren die Leute? «Zu 99 Prozent mit freudiger Irritation», lacht der Berner.

Anzeige



BADEWANNENTÜREN VARIODOOR

Einbau in jede bestehende Badewanne möglich

- 4 verschiedene Modelle / 5 Jahre Garantie
- Top Qualität und modernes Design
- **Lieferung und Montage ganze Schweiz**
- Antirutschbeschichtungen B.-Wanne/Dusche/Plättli
- Kostenlose Beratung mit Offerte vor Ort
- **Preis inkl. Montage ab CHF 2600.– exkl. MwSt.**



Magicbad Schenker GmbH Luzern, Tel. 079 642 86 72
www.magicbad-schenker.ch / info@magicbad-schenker.ch

«Sie sind oft ganz erstaunt über meinen Beruf und fragen: «Ein Pfarrer und Bier? Passt das?» Ich antworte dann zum Beispiel, dass Jesus ja auch Wasser in Wein verwandelt hat. So sind wir schnell im Gespräch und diskutieren darüber, was Glauben heisst und welche Bedeutung Feiern im Leben von Gott wohl hat.»

«Ich hätte nicht erwartet, dass die Unfassbar so hohe Wellen schlägt»,

sagt Bernhard rückblickend. «Wir haben enorm viele Anfragen und waren bereits am Züri Fäscht, SlowUp und anderen grossen Veranstaltungen. Pro Jahr sind wir etwa 70 Mal in der ganzen Deutschschweiz unterwegs.» Am meisten freut es den fahrenden Pfarrer aber, dass er mit der Unfassbar nochmals zu etwas Neuem aufbrechen konnte. «So nach dem Motto: Das Beste kommt zuletzt. Es ist

schön, wenn man nochmals die Flügel ausbreiten darf und der Aufwind der Begeisterung reinbläst. Das setzt Energien frei und man ist zu viel mehr fähig, als man sich je zugetraut hätte.» Und wenn Bernhard einmal die Kraft fehlen wird, bis um vier Uhr in der Früh am Zapfhahn zu stehen, weiss er, dass dank seinem jungen Partner und seinem Team die Unfassbar auch ohne ihn weiterleben wird.

Von der Schneiderin zur Unternehmerin

BERNADETTE KIENER (60)

Sorgfältig schneidet Bernadette Kiener das Muster für ein Kissen zu und sagt ein wenig stolz: «Wir sind ein Frauenprojekt und machen alles von Hand.» In der kleinen Kissenproduk-

tionsfirma in Dietwil AG erfolgt der Zuschnitt, dann gehen die Stoffe zum Nähen in die Heimarbeit und kommen fürs Abfüllen wieder zurück. Aktuell setzen sich zusammen mit Bernadette

sechs Frauen für das Wohlergehen der Kundschaft ein. Kienerkissen ist spezialisiert auf Positionslagerung – sei es im Bereich Mutter und Kind oder in der Pflege. Über die vergangenen 20 Jahre sind vom Stillkissen bis zum Allrounderkissen mit Dinkelspreu immer wieder neue Produkte entstanden. Bis das Geschäft aber so gut lief wie heute, ging so mancher Stoff durch ihre Hände.

Die Idee der eigenen Firma entstand, weil das Familieneinkommen nicht ausreichte. Die gelernte Schneiderin musste zusätzliches Geld verdienen. Wie das geht, erklärte ihr damals vor 30 Jahren eine Hebamme. «Sie meinte: «Du kannst doch die Stillkissen günstiger herstellen, die gerade auf den Markt gekommen sind.»» Gesagt, getan. Schon bald produzierte Bernadette Kissen und die Hebamme verkaufte diese weiter. Als die Nachfrage zunahm, stieg die Geburtshelferin aus, weil ihr das Geschäft zu kompliziert wurde. «Ich jedoch habe gedacht: Jetzt erst recht. Ich hatte schon immer dieses unternehmerische Denken. Verkaufen habe ich im Blut.» Für die Produktion mietete sie eine uralte Scheune und kreierte mit der Hilfe ihres Vaters, einem Bauern, aus einem ausgedienten Düngerstreuer eine Abfüllanlage. «Irgendwie musste ich das Polystyrol ja in die Stillkissen bringen», lacht die Bauerntochter. Für den Stoff verwendete sie gut erhaltene Leintücher, die sie anderen Leuten für fünf Franken das Stück abkaufte. «Nähen, abfüllen, verkaufen: Alles habe ich selbst gemacht. Ich merkte aber bald,



Die Idee der eigenen Firma entstand, weil das Familieneinkommen von Bernadette Kiener nicht ausreichte.



Vom Zuschnitt bis zum Abfüllen: Bei Kienerkissen wird alles noch von Hand gemacht.

dass wenn ich mehr verkaufen wollte, jemanden brauchen würde, der für mich näht.» Also engagierte Bernadette Frauen, die zuhause arbeiten wollten und froh waren, zusätzliches Geld zu verdienen. Wie sie selbst. «In der Nähe gab es keine Kinderkrippe

«Ich wollte immer schon eigenständig sein.»

und ich war mit Leib und Seele Mutter. Ich wollte die Kinder nicht weggeben und zum Kochen und fürs Helfen bei den Hausaufgaben zuhause sein.» Weil sie nach der Scheidung von ihrem Mann noch nicht komplett vom eigenen Geschäft leben konnte, verkaufte Bernadette für einen anderen Hersteller an Messen auf Umsatz Matratzen. «Der Stress verlangte mir gesundheitlich einiges ab», erinnert sich die Unternehmerin. Um trotzdem motiviert zu bleiben, orientierte sich Bernadette immer wieder an Leuten, die für sie eine Vorbildfunktion einnahmen. «Ich dachte: Wenn die das schaffen, schaffe ich es auch.» Bernadette selbst ist für ihre Mitarbeiterinnen wohl auch ein Vorbild. «Ich gewähre ihnen sehr viel Freiheit und setze niemanden unter Druck.

Eine Näherin sagte einmal zu mir: «Danke, dass ich bei dir arbeiten darf.» Das ist doch schön.» Auch von den Kunden erhält die Aargauerin immer wieder positive Rückmeldungen. Wie von jener Frau, die nun ruhige Nächte geniesst, weil ihr Mann dank einem Kienerkissen nicht mehr schnarcht. Was Bernadette auch freut, ist, dass ihre 30-jährige Tochter nun das Marketing vorantreibt und das Geschäft weiterführen will. «Sie denkt auch wie eine Unternehmerin, wir sind uns sehr ähnlich. Alles wollen wir immer gleich erledigt haben», lacht Bernadette.

Und was rät die Unternehmerin anderen Leuten, die wie sie ihr eigenes Ding durchziehen wollen? «Sei mutig. Du hast nichts zu verlieren. Aber es braucht viel Eigenmotivation. Das ist der Schlüssel.» Die Grundmotivation der zweifachen Mutter, selbstständig zu werden, war die eigene Unabhängigkeit. «Ich war Hausfrau und wollte zusätzliches Geld verdienen. In meiner Generation durften viele Frauen nicht studieren. «Du heiratest ja sowieso irgendwann», hiess es damals. Ich wollte aber nie von einem Mann finanziell abhängig sein. Auch nach der Scheidung nicht. Ich wollte immer schon eigenständig sein.» ●



Lebensfreude weitergeben

Begünstigen Sie Pro Infirmis in Ihrem Testament und helfen Sie so mit, dass Menschen mit Behinderung auch in Zukunft kostenlose Beratung und wichtige Unterstützung erhalten.

Nehmen Sie unverbindlich mit uns Kontakt auf oder bestellen Sie unseren kostenlosen Ratgeber unter www.proinfirmis.ch/ratgeber

pro infirmis

Marianne Ernstberger, Erbschaften
Feldeggstrasse 71, Postfach, 8032 Zürich

Tel. 058 775 26 59
marianne.ernstberger@proinfirmis.ch

Spendenkonto:
CH96 0900 0000 8002 2222 8

www.proinfirmis.ch

