

büwo

GZA/PPA • 7007 Chur

Nr. 9, 3. März 2021

Büwo online:
buendnerwoche.ch



Grischa
GRUPPE

spa & wellness
bad
wohnen
haustechnik

Wir -
für Deinen
Moment.

grischa-haustechnik.ch

bündner woche

Recycling
Entsorgung
Vernichtung

JUBILÄUM
30
JAHRE

A&M AG
RECYCLING CENTER

heisst jetzt

ELREC
A&M Recycling

elrec.net

225
JAHRE

KOCH
PAPETERIE & BÜRO

Kornplatz 3 | 7000 Chur
+41 81 252 1227
www.ubkoch.ch

fürs Büro | für die Schule
für ein Geschenk und vieles mehr...

FELGEN
Reparatur & Veredelung

VORHER

NACHHER

WIR REPARIEREN ODER VEREDELN GERN AUCH IHRE FELGEN

LUDWIG
Carrosserie & Lackierwerk



Bild Cindy Ziegler

KLEINE FEINHEITEN

poinz TREUE-DEAL: 6 BESUCHE = 1 PRODUKT

ONLINE
BUCHEN



STEINBOCKSTRASSE CHUR
081 252 61 61 www.playhair.ch

büwo



online

büwo

ONLINE LESEN



ALTGOLD ANKAUF
Wir kaufen jegliche Art von
Altgold und Altsilber. Ganz
egal ob defekt oder verkratzt.

Selin Gold
Gäuggelistrasse 16, 7000 Chur
Tel 081 253 53 45

Öffnungszeiten Mo - Fr
08.30 - 12 / 13.30 - 18. Uhr
Samstag, 08.30 - 16 Uhr



DETAILKAPITÄN

Wie Nino Wilhelm von grossen Schiffen zu winzig kleinen kam und warum seine Lehre in vielerlei Hinsicht besonders ist

Cindy Ziegler (Text/Bilder)

Nino Wilhelm hatte einen Traum. Einen Bubentraum. Irgendwann einmal ein grosses Schiff steuern. Als Kapitän noch grössere Flüsse und unendliche Ozeane beherrschen. Der Chef hinter dem Steuerrad sein. Im Kommandoraum das Sagen haben. Bis dorthin ist es ein langer Weg, der oft erst über den Matrosen führt. Auch Nino Wilhelm hatte das im Sinn. Schnupperte zweimal in den Beruf, einmal auf einem Kreuzfahrtschiff, ein-

mal auf einem Frachter. Doch dann kam die Enttäuschung. Er sah zu wenig Herausforderung. «Das hat schon wehgetan», sagt der 19-Jährige. Auch erst etwas anderes zu machen und dann fürs Studium nach Hamburg zu gehen, konnte er sich nicht mehr vorstellen. «Wenn nach Hamburg, dann ins Miniatur Wunderland», meint er heute. Denn Nino Wilhelm ist mittlerweile im vierten Lehrjahr als Architekturmodellbauer und steht nun kurz vor seinem Lehrab-

schluss. Das Kleine liegt ihm am Herzen. Das Miniatur Wunderland ist daher ein Paradies.

Im Hier und jetzt sitzt Nino Wilhelm hinter einem grossen Tisch in der Modellbauwerkstatt der Fachhochschule Graubünden. Den Kopf hat er leicht über ein kleines Objekt zwischen seinen Händen gebeugt. Sein Blick durch die Brille ist klar und konzentriert. Es geht um Präzision und Genauigkeit beim Modellhaus, das im

Anzeige

Kleinen das Grosse abbilden soll. Als Architekturmodellbauer erstellt Nino Wilhelm aus Plänen dreidimensionale Modelle von architektonischen Bauten.

Es gibt eine Führung durch die Werkstatt – und gleich auch ein wenig Werkstoffkunde. Der 19-Jährige zeigt mit einer Hand auf verschiedene Bretter, die in einer Nische stehen. Polyurethan, Polystyrol, MDF, Acrylglas, Flugzeugsperholz und diverse Massivholzarten. Zum Teil werde auch Kork oder Metall für die Modelle verwendet, erklärt Nino Wilhelm. «Ich arbeite aber am liebsten mit Holz, das ist vom Aussehen her am schönsten.» Zum ersten Mal kommt der Ästhet in ihm zum Vorschein. Er wird sich im Verlauf des Gesprächs noch ein paar Mal melden, doch dazu später mehr.

Erst noch einmal zurück zum Jungen. Sein Vater sei schon immer ein Fan von Modelleisenbahnen gewesen, sagt Nino Wilhelm. Auch er habe sich schon von klein auf dafür interessiert, aber er habe weniger auf das Technische geschaut, sondern immer mehr auf das Aussehen und das Material geachtet. Als er einmal eine Schachtel Zündhölzer geschenkt bekam, baute er daraus ein Schiff. «Nur zum Aufstellen, schwimmen konnte das nicht», erinnert er sich. Er habe eigentlich schon immer gern gebastelt und habe mit Materialien experimentiert.

Zurück in der Gegenwart und in der Werkstatt hebt Nino Wilhelm ein kleines Schiff vom Tisch. Als Übung für die Lehrabschlussprüfung darf er bald darüber einen Vortrag halten. «Dass dieses Objekt auch ein Schiff ist, ist Zufall. Aber ich freue mich natürlich darüber», sagt er. Das Leuchten in seinen Augen zeigt, dass er unter der Maske lächelt. Im ganzen Kanton gibt es nur zwei Lehrstellen als Architekturmodellbauer. Ein seltener Beruf, das zeigt sich auch in der Schule. In seiner Klasse seien sie nur zu siebt. In der ganzen Deutschschweiz gibt es gerade einmal 26 Lernende wie Nino Wilhelm. Aber das sei nicht das Einzige Spezielle an seiner Lehre, sagt



Stolz: Nino Wilhelm mit einem Modell, das er selber gebaut hat.



Präzise: Auch im Modell muss alles stimmen.

Anzeige

SCHMUCKSTÜCKE
EDEL UND ECHT

membrini
KRISTALLE • SCHMUCK • EDLE STEINE

www.membrini.ch

Instagram:
buendner.woche

BUCCERI COIFFEUR

Damen • Herren • Kinder

Vazerolgasse 19 • 7001 Chur • 081 252 53 15

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

coiffeurbucceri.ch



Vielseitig: Vom Plan zum fertigen Architekturmodell braucht es viel – manchmal auch getrocknete Pflanzen.

er. Sein Berufsschullehrer ist auch sein Lehrmeister. Und er, sein Chef und sein Mitarbeiter seien neben dem Hausdienst die einzigen Handwerker an der Fachhochschule Graubünden.

Es geht weiter auf der Tour durch die Werkstatt. Überall an den Wänden hängen Bilder von Bauwerken. Fast in jedem Regal steht mindestens ein Miniaturmodell. Die einen detailliert, mit Fensterläden, Türverzierungen und Dachziegeln. Die anderen abstrakt, als kubische Formen. «Mir gefallen die detaillierten Modelle besser. Ich finde sie spannender, zum Anschauen und zum Herstellen», sagt Nino Wilhelm. Er arbeite gerne handwerklich und sei gerne kreativ. Deshalb habe er sich auch entschieden, diesen Beruf zu erlernen. Seine Zukunft sieht er trotzdem nicht als Architekturmodellbauer. «Ich will sicher noch die Berufsmaturität machen.» Was danach kommen soll, weiss er noch nicht. Am liebsten würde er wieder etwas machen, das beides verbindet. Das Handwerk und die Kreativität.

Immer wieder drückt bei Nino Wilhelm der Perfektionist durch. Zum Beispiel, als er bei einem Minihaus die Dachgiebel kontrolliert. Er ist unzufrieden. «Hier ist

der Übergang nicht genau», sagt er und streicht mit der Fingerkuppe über das Holz. Für das Laienauge sieht alles schön aus. Für Nino Wilhelm nicht. Er legt das Häuschen zur Seite.

Als Architekturmodellbauer brauche man ein gutes Vorstellungsvermögen, um vom Plan zum fertigen Modell zu kommen. Man müsse zudem geschickt und geduldig sein. «Und manchmal muss man einfach gute Ideen haben. Auch wenn etwas kompliziert ist, braucht es eine Lösung. Man kann alles in 3D darstellen, wenn man will», sagt er. Manchmal bedeutet das auch, auf Sammeltour zu gehen, zum Beispiel, wenn Schafgarbe gebraucht wird. Im Lager nimmt Nino Wilhelm eine Schachtel hervor und macht sie auf. Darin liegt Grünzeug. Echtes Grünzeug. «Damit stellen wir Bäume im Modell dar», erklärt er. Von ganz gross zu ganz klein. Vom Baum zur Blüte. Auch wenn das nicht Nino Wilhelms Bubentraum war, der Beruf des Architekturmodellbauers passt gut zu ihm. Statt hinter dem Steuer ist er nun Kapitän der Details. Winzig kleine Details.

www.fhgr.ch/architekturmodellbau

Editorial

BERUF UND BERUFUNG

Hatten Sie einen Traumberuf als Kind? Wussten Sie schon immer, was Sie einmal sein werden? Nun, ich wollte als kleines Mädchen irgendwie alles gleichzeitig sein. Tierärztin, Lehrerin, oder doch Autorin. Vielleicht bin ich aus diesem Grund schlussendlich Journalistin geworden. Um einen Einblick in ganz viele verschiedene Welten zu bekommen.

Auch Nino Wilhelm hatte als Junge einen Traum. Er wollte Kapitän werden. Heute absolviert er eine Ausbildung in einer ganz anderen Richtung – und ist



trotzdem glücklich. Sein Beruf passt zu ihm. Mehr dazu in unserer Frontgeschichte. Umwege gingen auch Reini und Min Murer. Er ging von der Schweiz nach Thailand. Und sie kam Jahre später mit ihm von Thailand in die Schweiz. Heute bieten sie gemeinsam vieles aus der thailändischen Küche. Den Bündnern schmeckts. Auch davon erzählt diese Ausgabe. Wenn Beruf auch Berufung ist, das kennt Daniel Badraun. Seit vielen Jahren schreibt der Bündner Krimis. Geschichten über Geschichten. Viele – oder fast alle – haben irgendwie einen Bezug zur Heimat. Zum Engadin oder ganz allgemein zu Graubünden. Natur und Menschen inspirieren ihn. Aber lesen Sie selber. Der Verein Chur Plus setzt sich für die soziale und berufliche Integration ein. Für Wiedereingliederung. Das ist wichtig, nicht erst seit der Coronapandemie. Aber heuer um so mehr. Einbindung wünschen sich auch Menschen mit einer Hörbehinderung. Sie sind derzeit wegen der Maskenpflicht stark eingeschränkt, weil sie unter dem Stoff keine Lippen lesen können. Beide Geschichten finden Sie ebenfalls in dieser Ausgabe.

Ganz egal ob im Beruf oder im Privaten, wir alle brauchen Anerkennung. Dass uns jemand auf die Schultern klopft und uns ein Kompliment verteilt – ob am Tag der Komplimente oder an jedem anderen Tag. Ich wünsche Ihnen, liebe Leserinnen, liebe Leser, einen sinnstiftenden Beruf und heute mindestens ein Kompliment, das von Herzen kommt.

CINDY ZIEGLER



Andreas Schütz, 55: Als Erstes fällt mir der Trickfilmzeichner ein. Ich selbst habe nicht unbedingt einen seltenen Beruf als Krankenpfleger. Mein Traumberuf als Kind war es immer, Trickfilmzeichner bei Walt Disney zu werden. Heute mache ich Trickfilme als Hobby.



Rahel Bircher, 30: Ich bin mir nicht ganz sicher, ob es den Beruf heute noch gibt, aber der Buchbinder würde wahrscheinlich als seltener Berufe zählen. Astronautin und Tierärztin standen bei mir als Kind hoch im Kurs. Vor allem Tierärztin war lange ein Traumberuf von mir.



Michi Herzog, 50: Zu den seltenen Berufen gehören meines Wissens der Küfer, der Gerber, der Sattler, der Tischler oder auch andere eher ältere Berufe. Als Kind wollte ich immer Tierarzt werden. Dies wahrscheinlich, weil mein Vater auch Tierarzt war.

«TRICKFILMZEICHNER BEI DISNEY»



Bild Cindy Ziegler

Kennen Sie seltene Berufe?
 Üben Sie selber einen aus?
 Was war als Kind Ihr Traumberuf?
 Anouk Just (Text/Bilder)



Familie Liebich, 47, 10, 45: Tierpräparator ist sicherlich ein selten ausgeführter Beruf. Auch Ausüben von Urberufen, wie zum Beispiel Leute, die Schmuck aus Haaren herstellen oder andere Produkte ganz von Hand, gibt es heutzutage nicht mehr viele.



Peter Grünberg, 40: Köhler, Böttcher und Schuster sind Berufe, die es wohl kaum noch gibt und deshalb zu den seltenen Berufen gehören. Meinen Beruf kann man, denke ich, auch als ziemlich selten bezeichnen. Ich bin Diplomingenieur für Abfallwirtschaft und Altlasten.



Christian Zippert, 64: Seltene Berufe sind meist auch eher ältere Berufe, wie Näher, Spinner oder auch Scherenschleifer. Ich selbst war Finanzverwalter, was wohl nicht unter die seltenen Berufe geht. Als Kind wollte ich immer Viehhändler werden.

Anzeige

LÜCHINGER
 METALL • GLAS • TÜR & TOR

T 081 501 10 15 **HÖRMANN**
 luechinger-metallbau.ch



Langlauf-Mietmaterialverkauf
Samstag, 6. März - Sonntag, 14. März im LL-Zentrum Trin
für Kinder und Erwachsene!
 danach in Bonaduz - Info: www.bielersport.ch

Bieler Sport Bonaduz
run bike nordic

Die mobile Prüfstation der TCS Sektion Zürich in Graubünden!



Sektion Graubünden

Für TCS-Mitglieder reduzierte **PREISE!**

FAHRZEUGKONTROLLEN 2021

Chur
Parkplatz Weber AG
Mo, 1. – Di, 9. März

	13:15–17:00	
Montag, 1. März	13:15–17:00	
Dienstag, 2. März	08:00–11:45 13:15–17:00	
Mittwoch, 3. März	08:00–11:45 13:15–17:00	
Donnerstag, 4. März	08:00–11:45 13:15–17:00	
Freitag, 5. März	08:00–11:45 13:15–16:00	
Montag, 8. März	09:00–11:45 13:15–17:00	
Dienstag, 9. März	08:00–11:45	

Tests:	KOSTEN für	
	TCS-Mitglieder	Nichtmitglieder
• TCS-Sicherheitstest	CHF 20.00	CHF 80.00
• TCS-Occasionstest	CHF 150.00	CHF 240.00

WIR KAUFEN ALLE AUTOS UND BUSSE, KM + ZUSTAND EGAL, BARZAHLUNG
TEL. 079 290 59 95

Kaufe Autos, Jeeps, Lieferwagen, Busse, Wohnmobile und LKW.
 Gute Barzahlung
 Telefon 079 777 97 79 (Mo–So)

Fuss und Körper
 Thai-Massage bei Alisa
 077 999 29 59

WICHTIG für beide Tests:
 Teilnahme nur möglich mit **Voranmeldung!**



Anmeldung und weitere Informationen:
Tel. 058 827 17 17
verkehrssicherheit@tcs.ch
tcsgr.ch



keramikdesign





Hama Keramikdesign GmbH, Rheinfelsstrasse 39, 7000 Chur
Tel 081 284 05 85 | hama-keramikdesign.ch

Ankauf zum Sammlerwert!!!
 Antiquitäten, Möbel, Gemälde, Zinn, Silber, Bestecke, Porzellan, Teppiche, Münzen und Schmuck, Uhren und Armbanduhren.
 Übernehme komplette Nachlässe.
 Barzahlung vor Ort.
Hr. Spindler, Tel. 077 988 62 54

Baikhardt Informatik IT für KMU

**PC Probleme?
 Neues Netzwerk fällig?
 Oder einfach IT Hilfe nötig?**

hello@baikhardt.ch 078 600 47 95

Steuererklärung 2020
 Faire Preise, professionelle Leistung.
 Ab Fr. 50.–. Ihre Steuererklärung erhalten Sie innerhalb 1–4 Wochen.
Fabian Monn, Tel. 079 348 22 94
www.schweizersteuererklaerung.ch

VON BANGKOK NACH CHUR

Bei Min und Reini Murer gibt es
viel Frisches aus thailändischer Küche

Susanne Turra



*Mädchen für alles:
Reini Murer arbeitet
mit den Köchen aus
Thailand in seiner Küche.
Bild Susanne Turra*

Die Warteschlange vor dem Foodtruck wird immer länger. Der Duft von scharfem Curry kitzelt in der Nase. Im Wagen wird eifrig gewerkelt, fein gekocht, über den Tresen gereicht. Die Warteschlange wird wieder kürzer. Im Medienhaus riecht es nach thailändischer Küche. In den Gängen, im Lift, im Attika. Die Medienleute sind gut gelaunt. Wie immer am Montagmittag. Dann, wenn Min und Reini Murer Thai-Küche aus dem Foodtruck anbieten. Wie herrlich. Und dann ist der Traum vorbei. Seit einem Jahr herrscht Coronapandemie. Kein Foodtruck mehr. Kein Thai. Nichts. Zumindest hinter dem Medienhaus. Und Min und Reini Murer? Wir begeben uns auf Spurensuche. Und finden die beiden tatsächlich wieder.

Es ist Montag, gegen Abend, an der Wiesentalstrasse 56 in Chur. Diese Adresse ist zwischen Bahnhof und Turnerwiese zu finden. Die Küche liegt im Erdgeschoss. Das Fenster ist gegen die Parkplätze hin geöffnet. Das sieht nach Take-away aus. Doch heute steht der Betrieb still. Montag und Dienstag sind momentan noch Ruhetage. Aber nicht mehr lange. Künftig soll an sieben Tagen pro Woche ausgeliefert werden. Doch der Reihe nach. Heute bleibt Zeit für ein Gespräch im kleinen Büro mit



Vor Corona: Min Murer kochte wöchentlich in ihrem Foodtruck hinter dem Medienhaus.

Bild Reinhard Murer

Wannisa Murer und Reinhard Murer. Sie, die Thailänderin. Und er, der Schweizer. Von Freunden ganz einfach Min und Reini genannt. Und da sind wir auch schon bei Thai Food by Min. Sie kocht und er verpackt. So jedenfalls ist es jeweils im Foodtruck gewesen. Das geht heute nicht mehr. Zu gross ist der Ansturm auf dieses frische und echte thailändische Essen. «Als die Restaurants wieder schliessen mussten, haben wir einen regelrechten Ansturm erlebt», betont Reini Murer. «Min ist überhaupt nicht mehr nachgekommen mit Kochen. Es war einfach alles zu viel.» Er sieht lachend zu seiner Frau. Auch sie lächelt. Und spricht auf Thailändisch zu ihm. Es kommt, wie es kommen muss. Die Wartezeiten auf das Essen sind viel zu lang. Die Anfahrtswege für die Auslieferung viel zu weit. Und die Reklamationen bleiben nicht aus. So kann es nicht weitergehen. Gesagt, getan. «Wir haben drei Thai-Köche eingestellt», sagt Reini Murer und zeigt auf den langen Herd. Zweifelsohne das Herzstück in der Küche. «Das ist ein Chinaherd im Wasserbad», erklärt er nicht ohne Stolz. Das heisst, die fünf gasbetriebenen Kochplatten stehen auf einer Abflussrinne im

Die Wok-Pfannen glühen

Wasser. Zum einen wird so von aussen fortwährend gekühlt. Und zum andern können die Töpfe immer gleich wieder ausgespült werden. «In der asiatischen Küche wird eine kräftige, leistungsfähige Flamme mit hoher Hitze benötigt», erklärt Reini Murer dazu. «Mit Teflonpfannen geht da gar nichts. Unsere Wok-Pfannen glühen, wenn gekocht wird.»

Zurück ins kleine Büro.

Min Murer bringt eisgekühlten Oishi Green Tea in der Flasche. Er schmeckt süss. Nach Honig und Zitrone. «Mir gefällt es hier gut», sagt sie in gebrochenem Deutsch. Dann wendet sie sich an ihren Mann. Sagt etwas auf Thailändisch. «Sie mag die Kälte und den Schnee», übersetzt dieser und lacht. «Im Gegensatz zu mir.» Das sagt er, der in Churwalden aufgewachsen und vor 30 Jahren nach Thailand ausgewandert ist. Wegen der Wärme? «Vielleicht war es mir auch einfach zu langweilig

Am Glacestand getroffen

hier», erzählt Reini Murer. So oder so. Er ist 25-jährig, als er die Schweiz in Richtung Thailand verlässt. Er beginnt mit Weinhandel und Gastronomie mit Schweizer Essen. Im Laufe der Jahre eröffnet er

Restaurants in Phuket, Bangkok und Pattaya. Dort ist er jeweils als Manager und Gastgeber tätig. Er lernt Thailändisch. Er gründet eine Familie. Bewohnt ein grosses Haus mit vielen Zimmern. Er beschäftigt Bedienstete. Und dann trifft er Min. «Wir waren beide auf einem Schiff und haben Waren ausgeliefert», erzählt Reini Murer. «Auf der Insel Ko Samui haben wir uns dann an einem Glacestand kennengelernt.» Als seine Kinder aus erster Ehe ins Schulalter kommen, möchte er mit ihnen zurück in die Schweiz. Wegen der Ausbildung. Min begleitet ihn. Sie nehmen den Flug von Bangkok nach Chur. Das war vor vier Jahren. Und heute?

Wieder in Churwalden

«Heute bewohne ich wieder mein Kinderzimmer in Churwalden», verrät Reini Murer und lacht laut. Seine Familie fühlt sich wohl in Graubünden. Trotzdem. Es war und ist nicht leicht. Reini Murer musste feststellen, dass er hier nicht mehr viele Freunde hat. Klar. Nach 30 Jahren. Auch die Konkurrenz in der Gastronomie ist gross. Und die ganze Bürokratie. Gesetzgebungen. Bewilligungen. Beschlüsse. Verbote. Das alles gibt es in Thailand nicht. Die Arbeit hier ist eine andere. «Mit einem Betrieb wie diesem hätte ich in Thailand 40 Angestellte», gibt Reini Murer zu



Echt Thai: Wenn in glühenden Wok-Pfannen gekocht wird, gibt es grosse Flammen. Bild Susanne Turra

bedenken. «Hier beschäftigen wir zehn Mitarbeiter.» Und so ist Reini Murer vom Manager zum Mädchen für alles geworden. Er schält Zwiebeln, hackt Gemüse und liefert aus. Er telefoniert, nimmt Bestellungen entgegen und erledigt Büroarbeiten. Das ist streng. Macht aber auch Spass, wie er betont. Dennoch. «Es ist ein dauernder Kampf», gibt er zu verstehen. «Man wird nicht einfach so mit offenen Armen empfangen. Man muss sich erst beweisen.» Daran arbeitet er rund um die Uhr. Und es geht langsam in die richtige Richtung. «Wir bekommen jede Woche neue Kunden», freut er sich. «Das sind Leute, welche die echte thailändische Küche mögen.» Ihre Küche sei nicht «angeschweizert», wie es Reini Murer ausdrückt. «Wir lassen wöchentlich frische Zutaten und asiatische Kräuter aus Thailand importie-

ren.» Im Gegenzug stammen Poulet und Fleisch aus der Schweiz.

So oder so. Arbeit macht hungrig. Was darf es ein? Wir blättern in der Karte. Poh Pie Tod. Dim Sum. Tom Yum. Laab Gai. Piaw Wan. Kao Na Pet. Pla Rat Prik. Khao Tom

Thai scharf ist sehr scharf

Mat. Taro Pearls. Oder vielleicht doch lieber ein Curry? Gäng Däng, Gäng Kiew Wan, Gäng Panäng oder Gäng Massaman? Aber Achtung: «Thai ist eine der schärfsten Küchen der Welt», betont Reini Murer. «Aus diesem Grund kann man bei uns selber bestimmen, wie scharf das Gericht sein soll.» In der Tat. Wer bestellt, kann wählen zwischen leicht scharf, mittel scharf und Thai scharf. Thai scharf? Min Murer lacht und übersetzt: «Sehr scharf.»

Thai Food by Min, Min und Reini Murer, Wiesentalstrasse 56, 7000 Chur, www.thaifoodbymin.ch.



Was darf es sein? Die Menüs sind bereit zum Ausliefern.

Bild Reinhard Murer



Schuler Bücher

— lesen - hören - sehen

Buch des Monats

AFFENTHEATER

Die Affenhäuser der Zoos bleiben weiterhin geschlossen. Wer sich aber mit dem nächsten lebenden Verwandten des Menschen beschäftigen will, dem sei der neue Roman von T.C. Boyle ans Herz gelegt. Ein junger Forscher erhält die Chance, das Menschliche im Tier wissenschaftlich zu erforschen. Der zweijährige Schimpanse Sam wächst bei ihm in der Familie der Wissenschaftler auf wie ein Kind, wird gefördert im Spracherwerb und Spiel – und dem menschlichen Umgang. Als er in TV-Shows mit Gebärdensprache seinen eigenen Burger bestellen kann, fliegen ihm die Herzen zu.

Auch das der jungen Assistentin Aimee. Die schüchterne junge Frau und der Menschenaffe Sam verbindet eine aussergewöhnliche Beziehung. Als das Forschungsprojekt allerdings ins Stocken gerät, fällt das Projekt in Ungnade. Sam mutiert zu nicht mehr als einem Versuchskaninchen für Tierexperimente und wird entsorgt. Doch Aimee fast einen verrückten Plan, um ihren engsten Freund zu retten... Lesen Sie diesen Roman, bevor Sie wieder den Zoo besuchen! Der Versuch der Kommunikation zwischen Mensch und Tier wird hinreissend erzählt – ein wenig anmassend natürlich. Und es gelingt sogar spannend und raffiniert aus beiden Perspektiven. Das dies alles Tragik in sich birgt, ist wenig überraschend. Aber leben wir nicht in einem Affentheater? Mit diesem Buch bleiben wir ein bisschen cooler dabei. Schliesslich sind wir doch nur Menschen.



«Sprich mit mir»
Verlag Hanser
978-3-446-26915-6



gelesen & empfohlen

Martina Tonidandel
Schuler Bücher AG
Team Grabenstrasse
Das Buch online in unserem
Webshop bestellen unter

www.lesestoff.ch

FRÜHLINGSERWACHEN-SCHNUPPERANGEBOT

RhiiMed izinische **Massage**

Praxis für medizinische und thailändische Massage in besten Händen

Meine Angebote:

- * Klassische-Ganzkörper-Massage
- * Rücken-Nacken-Massage
- * Fussreflexzonen
- * Hot-Seashell-Massage
- * Aromaöl
- * Thai-Yoga / Ostea-Thai
- * Lomi-Lomi-Nui
- * Lymphdrainage

alle Massagen 60 Minuten

nur CHF 96.-

BORIS BRATOEW
Med. Masseur
Gesundheitspraktiker
Therapeut für trad. Thai-Massage

Bahnhofstrasse 8 in Chur
Tel. 079 159 85 45
www.rhiimed.ch

Luzi Bohr

Erdwärme

Heizen mit erneuerbarer Energie

www.luzi-erdwaerme.ch

RIEDI
goldschmiede

Pitta

Der Goldring zum Anhängen

Steinbruchstrasse 12, Chur
077 420 17 03
riedi-goldschmiede.ch

Goldankauf

www.Edelmetall-Service.ch
Ankauf von Schmuck, Münzen,
Zahngold, Platin, Palladium, Silber

Termine nach Vereinbarung!
Telefon 055 615 42 36

ESG Edelmetalle
ESG-Edelmetall-Service GmbH
Oberdorf 8 - CH-8718 Schänis
Schmelzbewilligung Nr. 149

venenlaserzentrum

**KRAMPFADERN?
BESENREISER?
MÜDE BEINE?**

**KRANKENKASSEN-
ANERKANNTE VENENLEIDEN-
ABKLÄRUNGEN UND
BEHANDLUNGEN**

www.venenlaserzentrum.com

BEAUTYCLINIC
Spezialisiert auf aktuelle Trends
der ästhetischen Medizinkosmetik

www.beautyclinic.ch

Jetzt anrufen!
Tel. 081 250 74 49
Comercialstrasse 32, 7000 Chur

Tel. 081 852 17 27
Cho d'Punt 10, Samedan

**ALLES FÜR
GARTEN, FREIZEIT
UND HAUSHALT.**

*Top Qualität
und einfach
super Prisa!*

**UNSERE LÄDEN
HABEN GEÖFFNET**

Landi
GRAUBÜNDEN AG
landigraubuenden.ch

**Spezialitads
dal
Grischun**

In unseren Fabrikläden in Churwalden und
Landquart finden Sie regionale Spezialitäten
wie Bündnerfleisch, Salsiz oder Bergsalami.
Wir freuen uns auf Sie!

www.grischuna.ch

Fleischtrocknerei Churwalden AG

Grischuna **SURSELVA** **minipic**



20%

auf Boxspring-Betten
von Superba.

Aktion gültig auf den
Katalogpreis bis 3. April 2021.
Aktions-Abholpreis

BOXSPRING-BETT

Bezug Face Beige, Fuss Holz schwarz Schwebeloptik,
Grösse 180 × 200 cm, Matratze medium/forte, inkl. Topper
Bezug Jersey, Geltex soft 180 × 200 cm.
Artikel-Nr. 11130.4.5

3'490.- **superba**
Sie sparen 910.- Schweizer Schlafkultur



Wir freuen uns wieder persönlich für Sie da zu sein!

----- ✂
**Gratis Kaffee und Gipfeli
für alle Kunden**

Einlösbar bei einem Berater
bei Delta Möbel bis am
6. März 2021.

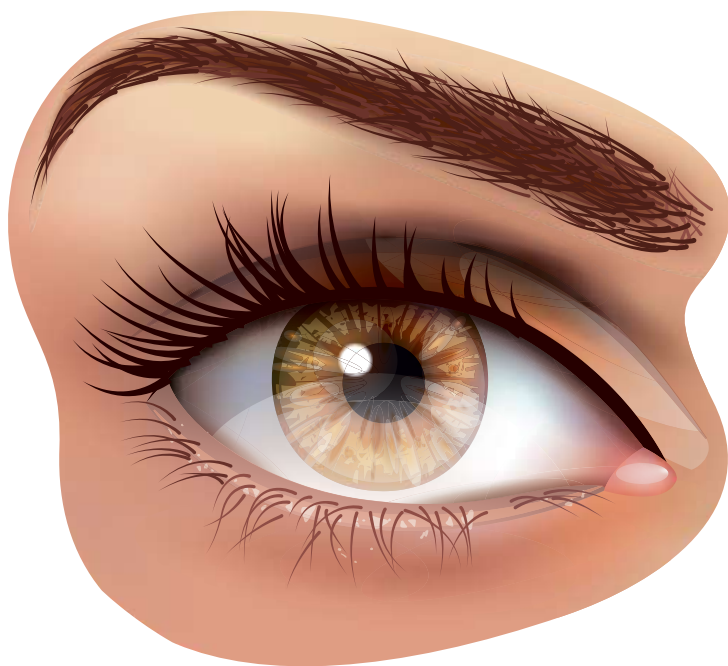


Kommen Sie als Kunde, gehen Sie als Freund.

Delta Möbel AG, Rütistrasse 5, 9469 Haag, A13 Ausfahrt Haag,
Tel. +41 (0)81 772 2211, info@delta-moebel.ch

www.delta-moebel.ch

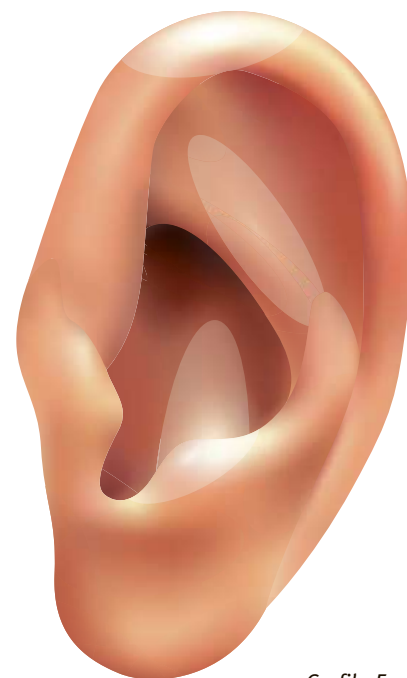




HÖREN MIT DEN AUGEN

Wie die Maske den Alltag von hörbehinderten Menschen einschränkt und die heutige Kommunikation verändert

Chiara Schmed



Grafik Freepik

Es war der 6. Juli, als im Schweizer ÖV die Maskenpflicht eingeführt wurde. Später kam die Mundschutzpflicht auch in Läden und öffentlichen Plätzen hinzu. Heute ist die Maske fester Bestandteil unseres Alltags. «Jetzt merkt man, wer mit den Augen lacht», heisst es. Erkennen, wer mit den Augen lacht, ist gewöhnungsbedürftig. Dennoch ist es möglich. An den Augen hingegen zu erkennen, ob und was jemand spricht, ist nahezu unmöglich. Die Maske hat das Leben der Schwerhörigen und Gehörlosen auf den Kopf gestellt. Ein wesentlicher Bestandteil ihrer Verständigung, das Lippenlesen, ist nicht mehr möglich. Die fehlende Möglichkeit des Lippenlesens stellt viele Problematiken dar. Schwerhörige und Gehörlose können sich mit dem

«Die bereits existierende Unsicherheit wird grösser»

Gegenüber, das Maske trägt, nur noch stark eingeschränkt verständigen. Befinden sich Schwerhörige und Gehörlose zudem in einer Gruppe mit Maskenträgern, können sie nicht wissen, ob überhaupt gesprochen wird. Wenn dies der Fall ist, wird nicht ersichtlich, wer aus der Gruppe überhaupt am Reden ist. «Für Schwerhörige und Gehörlose ist der Alltag auch ohne Maske eine grosse Challenge. Ihre permanente Unsicherheit, ob sie alles richtig verstanden haben, wird durch die Maske noch grösser», berichtet Angela Hepting. Sie ist die Geschäftsleiterin vom Heilpädagogischen Dienst Graubünden (kurz HPD), welcher dieses Jahr sein 50-jähriges Jubiläum

Visuelle Informationen entfallen komplett

feiert. Vor Corona konnten sich Schwerhörige und Gehörlose auf visuelle Informationen der Mundpartie verlassen. Diese entfallen jetzt. Um das massive Problem zu beheben, wurden Masken mit einem Sichtfeld entwickelt. Die Partie über dem Mund ist durchsichtig. So können Menschen mit einer Hörbehinderung durch die Maske die Lippen ihres Gesprächspartners lesen. Es ist jedoch ziemlich schwer, diese Masken gut zu konstruieren. Einerseits blendet die Mundpartie, wenn die Sonne darauf scheint. Andererseits laufen die Masken schnell an. «Aufgrund dieser zwei Aspekte bevorzugen Gehörlose momentan lieber ein Gespräch ohne Maske, dafür mit genug Abstand», erwähnt Angela Hepting. Im Moment sind keine zertifizierten Mas-



Mit dieser Karte wird der Alltag für Gehörlose erleichtert.

Bild bfsug



Durch diese Masken mit transparentem Sichtfeld können Hörbehinderte und Gehörlose die Lippen ihres Gesprächspartners lesen.

Bild pro audito schweiz

ken mit Sichtfenster auf dem Markt und nicht zertifizierte sind kaum mehr erhältlich. Die Entwicklung läuft nach wie vor auf Hochbetrieb. Man ist bemüht, diese Störfaktoren zu beheben. Wenn diese Masken dann zertifiziert sind, werden sie genutzt. Auch vom Heilpädagogischen Dienst Graubünden. «Weitere Masken mit Sichtfenster sind bestellt und werden sobald als möglich in Umlauf gebracht», meint die Geschäftsleiterin.

Eine gute Alternative zum Lippenlesen ist die Gebärdensprache. Jedoch ist diese nicht sehr verbreitet. Vor allem nicht bei den Hörenden. «Nicht alle Kinder mit einer Höreinschränkung können sich durch die Gebärdensprache ausdrücken. Viele sind sie aber am Lernen», berichtet Angela Hepting. Unterstützung für die Kinder ist jetzt umso mehr gefragt. Im ganzen Kanton Graubünden sind momentan drei Audiopädagoginnen vom Heilpädagogischen Dienst Graubünden unterwegs. Sie betreuen rund 50 Kinder mit einer Hörbehinderung. Dabei beraten sie auch deren Eltern und Lehrkräfte. Mit den Logopädinnen der Regel- und Sonderschulen wird oft zusammengearbeitet. Gemeinsam kümmern sie sich darum, dass die jungen Hörbehinderten auch in der Coronapandemie gut zurechtkommen.

Die Bemühungen sind da. Trotzdem ist die Lage nicht angenehm für Schwerhörige. Sie waren es sich gewohnt, Lippen zu lesen. Jetzt müssen sie sich umstellen. Sie müssen sich mehr auf die Augen und Körpersprache der Menschen fokussieren.

«Das Kommunizieren mit Maske erfordert

viel mehr Konzentration von den Hörbehinderten. Dies ermüdet sie natürlich auch», erklärt Angela Hepting. Ist gar keine Kommunikation möglich, darf das

Gegenüber die Maske ausziehen. Dafür hat der Bund Kärtchen organisiert.

Für Normalhörende hat sich auditiv durch die Maske nichts Grosses geändert. Die Laute werden zwar gedämpft, aber verständigen kann man sich dennoch meist problemlos. Jedoch geht die Mimik und der Ausdruck im Gesicht durch die Maske verloren. «Die Maske macht die Kommunikation emotionsloser», bestätigt Angela Hepting. Mit dem Mundschutz werden oftmals Emotionen nicht erkannt oder falsch interpretiert. Witze oder Ironie werden nicht immer verstanden, da der lachende Mund verdeckt ist.

Dieses Problem kann man etwas umgehen, indem die eigene Körpersprache mehr genutzt wird. «Man kann mehr mit den Augen oder Händen kommunizieren», empfiehlt Angela Hepting. Zudem kann man mehr schauspielern und mehr Intonation in seine Worte bringen. Beispiele dafür sind einen Daumen nach oben formen, wenn man jemanden loben will. Oder die Augen weit zu öffnen, wenn man eine Frage stellt. Die Betonung der eigenen Sätze spielt auch eine zentrale Rolle. Spricht man in kurzen, klaren Sätzen, schaut man das Gegenüber an, variiert man seine Tonhöhe und die Lautstärke, wirkt ein Gespräch trotz Maske sofort lebendiger.

Besonders im Umgang mit kleinen Kindern ist dies wichtig. Die Maske im Unterricht stellt einige Probleme dar. Kinder

und Jugendliche verbringen viel Zeit pro Tag in der Schule. Muss die Lehrkraft immer eine Maske tragen, fehlen Emotionen und Ausdrücke im Schulalltag. Auch ist das Verstehen von Sprache und somit auch von Sachinhalten erschwert. So werden Kinder im Unterricht schneller müde. Im Kanton Waadt wurden deshalb bereits im Dezember 2020 an einigen Schulen transparente Masken zum Einsatz gebracht.

Stört die Coronapandemie die Sprachentwicklung der Kinder ohne Beeinträchtigungen? Angela Hepting sieht hier keinen Grund zur Panik. «Für eine sprachliche Entwicklungsstörung bestehen im Moment keine Indizien. Die kleinen Kinder haben vor allem zu Hause genügend maskenfreie Kontakte», antwortet sie. «Wäre ein Kind die ganze Woche um Menschen, die Maske tragen müssen, könnte

das allenfalls anders aussehen», ergänzt sie.

Unsere Kommunikation und Sprache wurde durch die Maske enorm verändert. Gefährdet ist sie aber zum Glück nicht. «Momentan gibt es noch genug maskenfreie Gespräche, besonders im privaten Bereich. Man kann beruhigt sein, dass die menschliche Sprache und Kommunikation nicht gefährdet sind. Für Menschen mit Schwerhörigkeit oder Gehörlosigkeit hingegen, ist der Alltag zu einer richtigen Herausforderung geworden.



Angela Hepting: «Die Sprache ist nicht gefährdet»

BLIIB FIT!
mach mit!

Produziert von: Gesundheitsvorsorge St. Gallen und TVO

Fitnessübungen zu Hause vor dem TV

Für Gesundheit und Mobilität Fernseher einschalten und mitmachen
Montag und Mittwoch ab 17.30 Uhr auf TV Südostschweiz (bis Ende Mai 2021)

Mit Unterstützung von



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

bischfit.ch



Gesundheitsamt Graubünden
Uffizi da sanadad dal Grischun
Ufficio dell'igiene pubblica dei Grigioni

ZAHNPROTHESEN BEZAHLBARE PREISE



PREISWERTE BRUCHFESTE ZAHNPROTHESEN
GÜNSTIGER BEKOMMEN SIE ES NIRGENDS

ZAHNTECHNIK Franco Signer - BAHNHOFSTR. 8 - 7000 CHUR

ANRUFEN ➡ INFORMIEREN ➡ GELD SPAREN ➡ **081 284 71 61**

GEMEINSAM RUHE FINDEN UND AUFTANKEN

Jetzt online Kurse buchen: klubschule.ch/chur

MBSR Stressbewältigung durch Achtsamkeit
16. - 18.5.21

Autogenes Training
11.3. - 24.4.21 oder 3.5. - 14.6.21

Meditation: der Weg zur Entspannung
26.4. - 16.8.21

klubschule

Klubschule Migros Chur
058 712 44 40

MIGROS

endless beauty
Das Beautycenter in Graubünden

- ◆ Kryolipolyse / Fettentfernung
- ◆ Haarentfernung (kein IPL!)
- ◆ Tattoorentfernung
- ◆ Entfernung Permanent-Make-Up
- ◆ Aknetherapie / Behandlung
- ◆ maschinelle Lymphdrainage
- ◆ Micro-Needling
- ◆ Faltenentfernung
- ◆ Besenreiser (Cuperose)
- ◆ Dehnungsstreifen
- ◆ Pigmentflecken
- ◆ Behandlung von Nagelpilz

www.endless-beauty.ch T. 081 559 42 00
Endless Beauty ♦ Kantonsstrasse 37 ♦ CH-7205 Zizers

Gute Jahrgänge gesucht.

Bist du alleine, seriös und
charaktervoll?

Informiere dich vertraut und
unverbindlich, wir sind persönlich
für dich da.

**Harmony, die Partner- und
Freundschaftsvermittlung** in GR,
der ganzen Ostschweiz,
Liechtenstein und dem oberen
Zürichsee.



Sandra und Marc Häberlin
079 634 79 00
Mutter Theres Membrini
079 907 93 02

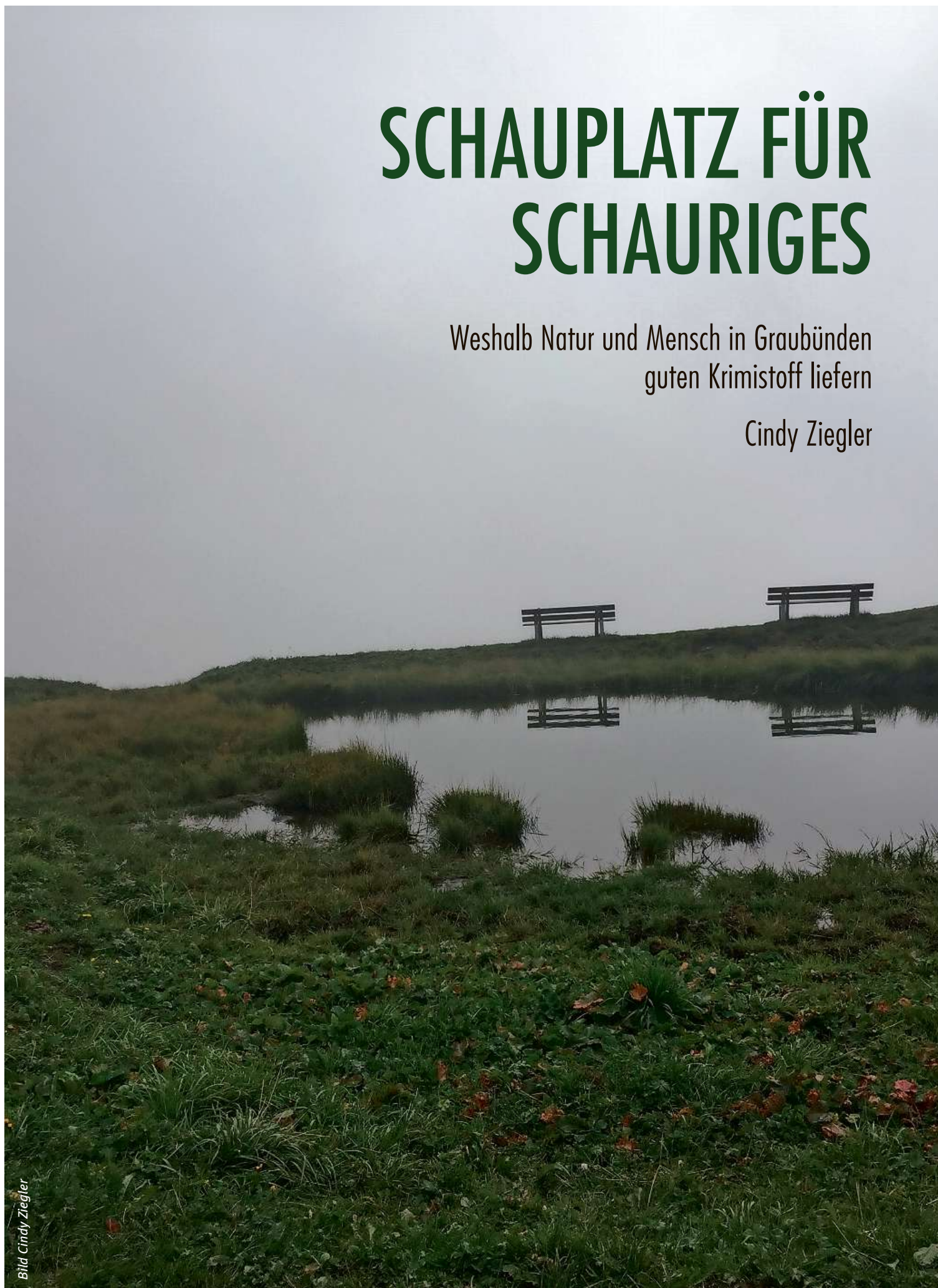
harmoniypartnervermittlung.ch

Eine Familiengeschichte seit über 30 Jahren.

SCHAUPLATZ FÜR SCHAURIGES

Weshalb Natur und Mensch in Graubünden
guten Krimistoff liefern

Cindy Ziegler



Einsame Täler, hohe Berge, tiefe Schluchten. Finstere Wälder, dicker Nebel, schaurige Lichtspektakel. Reissende Flüsse und bodenlose Seen. Verschneite Winterlandschaften und karge Ecken, wo nichts wächst. Raue und wilde Natur, die sich nimmt, was ihr gehört. Ruinen, die von tragischen Schicksalen und schweren Geschichten erzählen. Zeugen von Vergessenen, Verdammten und Verfluchten. Ja, Graubünden bietet vielerorts perfekte Krimischauplätze. Orte, wo nicht nur der kalte Wind einen frösteln lässt.

Das findet auch der Bündner Krimiautor Daniel Badraun. In seinem neusten Werk, einer Kurzgeschichte im Buch «Saurige Orte in der Schweiz» (mehr in der Box rechts), schreibt der 60-Jährige zum Beispiel über den Maloja, «kein Pass für schwache Nerven». Graubünden sei voll von unheimlichen Orten. Plätze, wo sich



«Die Täler Graubündens sind für mich wie eine Art Biotop»

zwischen Natur und Mensch schaurige Abgründe aufzun. «Die abgeschlossenen Täler Graubündens sind für mich wie eine Art Biotop. Beschränkte Schauplätze, wo sich meine Geschichten entfalten können.» Daniel Badraun überlegt.

Und macht sogleich Beispiele. Beispiele für Orte im Bergkanton, die ihn schauern lassen. Er spricht vom Spukhotel im Val Sinestra. Oder von einem Schmuggelpfad im Val d'Uina, der durch eine massive Felswand führt. «Die Natur bietet schon verrückte Schauspiele, aber erst die Sachen, die der Mensch macht, erzeugen die unheimliche Stimmung», meint der Autor und Lehrer.

Verrückt beziehungsweise mit einem eigenen Charakter sind nicht nur die Schauplätze in Badrauns Geschichten, sondern auch die Protagonisten, die den Krimis Leben einhauchen. Da ist zum Beispiel Claudio Mettler, ein Lebenskünstler, eine Art

UNHEIMLICHE GESCHICHTEN

Das Buch «Saurige Orte in der Schweiz» erzählt zwölf schaurige Geschichten von zwölf Autoren über zwölf reale Orte in der Schweiz. Sie sind angelehnt an Legenden und Ereignisse vom Mittelalter bis in die Gegenwart: Warum ein Ritter im Baselbieter Jura nach seinem Tod keine Ruhe fand. Auf welche Weise eine Lehrerin im Schloss Chillon ihrem Schönheitswahn erlag. Warum ein alter Bergsteiger um vier Männer in der Eigernordwand bangte oder wie der Riese Botti ein kleines Mädchen vor einem bösen Tier beschützte. Daniel Badrauns Geschichte spielt auf dem Malojapass und knüpft an den Mythos an, dass sich der belgische Graf und Erbauer des Maloja Palace Camille de Renesse in den Anfangszeiten des Hotels im Champagnerrausch vom Turm Belvedere in den Tod gestürzt haben soll. Mehr sei an dieser Stelle zur Geschichte und zum ganzen Buch nicht verraten.

Herausgeber, Lutz Kreutzer, diverse Autoren:
«Saurige Orte in der Schweiz», Gmeiner Verlag, 281 Seiten.

Anzeige

Mein Lieblingsfach: die Zukunft.

Die EMS Schiers bringt Technikcracks weiter. Und alle anderen auch. Mit dem Gymnasium, Musikgymnasium oder der Fachmittelschule.

Jetzt mehr erfahren:
[ems-schiers.ch](https://www.ems-schiers.ch)

Miriam, Gymnasiastin



Einsame, verschneite Winterlandschaft: Der perfekte Schauplatz für eine echte Krimigeschichte.

Bild Laura Natter

Anti-Held. Oder der unbewaffnete Silser Dorfpolizist Huber, der eigentlich vor allem Parkbussen verteilt. Aufmerksame Leserinnen und Leser erahnen schnell: Daniel Badraun ist kein Fan von blutrünstigen, mörderischen Geschichten. «Das Böse fasziniert mich nicht wirklich, eher Alltägliches. Meine Krimis sind deshalb meist vegan, oder zumindest vegetarisch», erklärt

«Meine Krimis sind meist vegan, oder zumindest vegetarisch»

der Engadiner. Der Humor bringt seine Augen zum Strahlen. Der Mund verzieht sich zu einem breiten Lächeln.

Für Daniel Badraun sei der Krimi daher Mittel zum Zweck. «Es geht um eine runde Geschichte. Um ein Problem, das in einer vernünftigen Zeit gelöst wird. Oder das zumindest die Story zu Ende erzählt.» Inspi-

ration dazu holt sich der Autor direkt aus dem Leben. «Ich sammle immer Szenen. Ganz banale Situationen.» Das könne zum Beispiel eine Zugfahrt mit der RhB mit lustigen Mitreisenden sein. Oder ein Feuerlöscher, der an einem amüsanten Ort platziert wurde. Viel Alltag findet also Platz in

Badrauns Krimis. Die Geschichten müssen zu den Schauplätzen passen. Und so bricht der

60-Jährige oft im Engadin auf und reist mit seinen Lesern um die Welt. Nach Indien, Nepal oder Australien. Länder, die er selbst bereist hat und deshalb kennt. «Meine eigenen Eindrücke sind für mich beim Schreiben zentral», sagt er.

Die Heimat, das Engadin, Graubünden, trägt Daniel Badraun im Herzen. Sie findet

Platz in seinen Geschichten. Zu Hause ist er mittlerweile im thurgauischen Schlattlingen. «Der zweit schönsten Gegend in der Schweiz», witzelt er.

An die einsamen Täler, die hohen Berge und die tiefen Schluchten kommt eben kein anderer Kanton ran. So finstere Wälder, so dicker Nebel und so schaurige Lichtspektakel gibt es nirgendwo sonst. Die Bündner Flüsse sind ganz besonders reissend und die Seen nur hier so bodenlos. Und auch die ganz besonders schaurig-schönen, verschneiten Winterlandschaften und die kargen Ecken gibts nur in Graubünden. Guter Stoff für echte Krimis eben.

Weitere Informationen zu Daniel Badraun und seinen Werken auf www.badrauntekste.ch.

Anzeige



**kubli
tore**

Kubli Tore GmbH
Industriezone 31
7408 Cazis
Telefon 081 650 05 70
info@kubli-tore.ch
kubli-tore.ch

Ihr Hörmann-Kompetenzcenter
in der Südostschweiz

stilvolle Ferien zuhause

T-Plan.ch

Terrassen, Verandas,
Balkone & mehr

info@t-plan.ch / Tel. 079 330 9191
T-Plan.ch GmbH, 7310 Bad Ragaz

Roffler Fahnen

Fahnen vom Fachmann.

- Hissfahnen • Kantonsfahnen • Fahnenmasten
- Stoffbanner mit Windgarantie • Werbemittel



Roffler – Fahnen, Rheinstrasse 85, 7000 Chur
Tel 081 286 99 30 | roffler-fahnen.ch

**Zeit haben –
sich Gutes tun.**



Lavendel Duftpflege-Nähset
zu jeder BERNINA geschenkt!
Wert CHF 150.–

Beim Kauf einer neuen BERNINA erhalten
Sie das Geschenkset im Wert von CHF 150
geschenkt. Aktion nur solange Vorrat.

BERNINA Chur

BODYrelaxe
therapiezentrum

CHF 20.– Massage Gutschein



CHF 20.– Rabatt
Für deine erste Therapeutische
Massage ab 50 min.

Weitere Infos unter
www.bodyrelaxe.ch
079 858 54 11
Belmontstrasse 1, 7000 Chur



Feuer-Emotionen

Besuchen Sie unser Ofencenter im
Herzen Graubündens in Cazis

WECHLER AG
T 081 655 13 00
www.wechler.ch
firma@wechler.ch

KamBaTec
T 081 322 41 61
www.feuer-emotionen.ch
info@kambatec.ch

Bauspenglerei
Bedachungen

Gerüstbau
Kamin- & Bautechnik

Ofenhandel
Kernbohrungen

*Kleiner
Stich
mit
grosser
Wirkung:
Spende
Blut-
rette
Leben*



**ROFFLER
METALLBAU**

Wintergärten · Verglasungen
Glasfaltwände · Windschutzwände
Sitzplatzdächer · Balkonbauten
Metallbauarbeiten aller Art

ROFFLER METALLBAU · KLOSTERS · MALANS
WWW.ROFFLER-METALLBAU.CH



Schenken Sie Hoff-
nung ab 45 Franken
pro Monat. Mit
einer Patenschaft
verändert sich das
Leben von Kindern
zum Besseren.

proadelphos.ch/
kinderpatenschaft

stiftung pro adelphos
aus Freude am Helfen
proadelphos.ch



**EIN ECHTER PROFI HÖRT NIE DAMIT AUF,
EIN PROFI ZU SEIN.**

GENAU WIE DER DUCATO.

IHR NEUER FIAT PROFESSIONAL PARTNER IN GRAUBÜNDEN.

Garage Bardill AG

Obermühleweg 5, 7302 Landquart
Tel. 081 322 28 59, www.garagebardill.ch





**Vögele Shoes Fundgrube
Chur, Rheinfelsstrasse 5**

**2. Paar
50%
ODER
3. Paar
GRATIS****

VÖGELE SHOES



gosoft
SWISS COMFORT
DAMEN



gosoft
SWISS COMFORT
HERREN



LASOCKI
KINDER

Angebot gültig bis 14.03.2021. *Zum Beispiel: Beim Kauf von Kinderschuhen Everest CHF 59.95 und Pumps Jenny Fairy reduziert CHF 19.95. Pumps Jenny Fairy neu CHF 9.95. **Der günstigere Artikel wird rabattiert. Angebot gültig in der Vögele Shoes Fundgrube Chur. Ausgenommen sind UNICEF-Produkte, Fournituren und Geschenkkarten. Nicht kumulierbar mit anderen Aktionen und Rabattgutscheinen. Abgebildete Schuhmodelle nur solange Vorrat. Änderungen vorbehalten.



GENIESSEN TROTZ CORONAZEITEN IN DER GENUSSWERKSTATT IN BAD RAGAZ



Uebernachten im Hotel Bellevue

Unsere Bellevuegäste verwöhnen wir mit Frühstücksbuffet und Genuss-Abendessen aus unserer vielseitigen Menükarte. Ein feines Glas Wein, als Nachspeise Genussvolles aus unserer Dessertkarte oder ein Eis von Glatsch aus Surava.

Wir freuen uns, Sie als unseren Interimgast zu begrüßen. Eine kurze Auszeit tut der Seele gut.

Alles über die Gasse, die ganze Woche

Von Donnerstag bis Montag kreiert unser Küchenchef Raja für Sie feine Menus zum Mitnehmen. Ab 1130-1400, 1700-2000 Uhr
Dienstag + Mittwoch sind Sandwichestage: Suppen, Salate, warme + kalte Sandwiches Nuggets, Pommes + Eisbecher

**Für Vorbestellungen ab 1000 Uhr unter
Tel.081/302 23 33**

Es freuen sich Erika und Arnold Lobeck und das ganze Bellevue-Team.
Wir wünschen gute Gesundheit

Genusswerkstatt | Bernhard Simonstrasse 2 | 7310 Bad Ragaz
Tel 081 302 23 33 | Tel 081 302 40 10 | info@bellevue-genusswerkstatt.ch



STUARDT, MÄNNLICH, UNKASTRIERT
STANDARD BULLTERRIER, TSCHECHISCHE REPUBLIK
GEBOREN: 27.1.15

Unser Couchpotatoe Stuardt sucht seinen Besitzer! Der gemütliche Kerl kann aber auch mal etwas aufdrehen und hüpf und rennt dann freudig über die Wiesen. Für Stuardt suchen wir einen verantwortungsbewussten Halter, der zwingend Erfahrung in der Haltung dieser oder ähnlicher Rassen hat. Im künftigen Haushalt darf es keine anderen Tiere oder kleine Kinder haben. Optimal wäre eine Einzelperson. Stuardt wird nicht im Kanton Graubünden vermittelt. Weitere Auskünfte diesbezüglich werden gerne bei Interesse an einer Übernahme von Stuardt gegeben. Es werden nur ernst gemeinte Anfragen beantwortet.



ZEUS, MÄNNLICH, KASTRIERT
PITBULL TERRIER, DEUTSCHLAND
GEBOREN: 1.4.18

Der kräftige Zeus sucht ein Zuhause bei unternehmungslustigen Menschen, die bereits viel Erfahrung in der Haltung mit ähnlichen Rassen mitbringen. Zeus ist auf keinen Fall ein Anfängerhund und wird nur in die besten Hände abgegeben! Da er vor allem anfangs sehr unsicher ist, braucht er Zeit und Geduld, um neue, unbekannte Leute kennenzulernen. Im neuen Haushalt müssen klare Regeln herrschen, und Zeus muss konsequent geführt werden! Zeus wird nicht zu einer Familie mit Kindern oder anderen Tieren vermittelt. Am besten wäre eine Einzelperson. Wer hat ein Körbchen frei für unseren tollen Schmusebär?



NICKY, WEIBLICH
WELLENSITTICH, SCHWEIZ
GEBOREN: UNBEKANT

Unsere Nicky ist auf der Suche nach einem Traum-Zuhause. Die kleine gefiederte Dame wünscht sich einen Halter, der bereits etwas Erfahrung mit Wellensittichen mitbringt. Sie wird nur in eine Wellensittichhaltung abgegeben, in der sie ein ganzes Vogelzimmer oder eine grosse Innenvoliere mit ständigem Freiflug zur Verfügung hat. Natürlich würde sie sich auch über eine grosse Aussenvoliere mit entsprechendem Schutzbereich freuen. Zurzeit ist Nicky noch nicht an Aussenhaltung gewöhnt. Sie müsste der Temperatur entsprechend langsam angewöhnt werden. Bei Interesse bitte Grössenangaben und Fotos der Voliere per Mail.



DIVERSE WASSERSCHILDKRÖTEN, M. UND W.
IM TIERHEIM SEIT FRÜHLING 2016
GEBOREN: VERSCHIEDEN

Zurzeit sind unsere Wasserschildkröten noch im Winterschlaf. Doch bald werden sie aufwachen und dürfen wieder unsere Teichanlage bewohnen. Aber vielleicht erwartet dann ja die eine oder andere Wasserschildkröte bereits ein neues, tolles Plätzchen? Sie werden einzeln zu weiteren Schildkröten oder in Gruppen vermittelt. Die neuen Besitzer sollten etwas Kenntnisse in der Haltung und Überwinterung mitbringen. Für die warme Jahreszeit sollte ein grosser Teich zur Verfügung stehen und für die Überwinterung ein geeignetes Winterquartier. Bei Interesse bitte zusätzlich Fotos vom Teich und Winterquartier sowie deren Grössenangaben schicken.



EMIL, MÄNNLICH, KASTRIERT
MEERSCHWEINCHEN, SCHWEIZ
GEBOREN: 1.4.17

Unser bildhübscher Meerschweinchenjunge Emil ist auf der Suche nach seiner Herzensdame. Aber nicht nur eine Freundin wünscht er sich, sondern auch ein grosses und spannendes Aussengehege mit einem Schutzbereich, in dem er sich richtig wohlfühlen kann. Aktuell gewöhnen wir ihn an die Aussenanlage. Über Nacht darf er weiterhin sein Innengehege bewohnen, tagsüber geniesst er seinen Auslauf draussen. Natürlich würde Emil sich auch über eine Meerschweinchengruppe mit mehreren Weibchen freuen. Der neue Halter sollte etwas Erfahrung mitbringen. Bei Interesse bitte zusätzlich Fotos des Geheges und Grössenangaben schicken.



ROXY UND XENIA, WEIBLICH, KASTRIERT
EUROPÄISCHE HAUSKATZEN, SCHWEIZ
GEBOREN: 6.6.16

Unsere beiden Mädels Roxy und Xenia sind gemeinsam auf der Suche nach ihrem Für-Immer-Zuhause. Die zwei Katzendamen zeigten sich bei uns erst etwas vorsichtig. Leider hat es für die beiden in ihrem Zuhause nicht geklappt. Gerne informieren wir ernst gemeinte und passende Interessenten über die Vorgeschichte. Wir wünschen uns für die zwei Samtpfoten ein ruhiges Zuhause, wo sie ein verkehrsaufarmes Streifgebiet ihr Eigen nennen können und wo es keine Kinder oder andere Haustiere hat. Wir erleben Roxy und Xenia als ein Katzenpärchen, das sich über Menschen freut, die viel Zeit und Einfühlungsvermögen mitbringen.



TIERE SUCHEN EIN ZUHAUSE

WWW.TIERHEIM-CHUR.CH

büwo. Immer wieder werden Tiere einfach ausgesetzt, Scheidungstiere verlieren ihr Zuhause oder Tiere verlieren ihre geliebten Herrchen. Was immer das Schicksal dieser Tiere ist, wenn Sie als Büwo-Leser Freude an Tieren und Platz für sie haben und bereit sind, Verantwortung zu übernehmen, melden Sie sich bitte unter: **Tierheim Arche, Rheinmühleweg 84, 7000 Chur, Telefon 081 353 19 29, Spendenkonto: PC 60-767838-5**

TIERHEIM
HOTEL
ARCHE



CAPREZ BESTATTUNGEN

Abschied nehmen - professionelle Onlineberatung für Bestattungen

Herr Naef, wie kamen Sie auf die ungewöhnliche Idee eine Bestattung online anzubieten?

David Naef: Die Coronakrise hat unser Leben auf vielfältige Weise verändert. Auch bei uns in der Bestattung sind die Anforderungen gestiegen. Viele Familien konnten nicht mehr vor Ort trauern, sei es, weil sie in Quarantäne waren oder weil die Personenzahl limitiert war. Andere kamen schlicht an ihre finanziellen Grenzen.

In dieser Zeit haben wir viele Beratungen online durchgeführt. Für Menschen, welche an der Trauerfeier nicht vor Ort sein konnten, haben wir zum Beispiel die Feier gefilmt und über das Internet übertragen. So konnten die Angehörigen wenigstens am Bildschirm Abschied nehmen.

Dabei kam mir die Idee, einen Teil unserer Dienstleistungen professionell online anzubieten. Als Einstieg lancieren wir ein einfaches Angebot, welches auf das Wesentliche reduziert ist und in Chur für unter tausend Franken angeboten werden kann. Sie nimmt Rücksicht auf Menschen, welche finanziell weniger gut dastehen und ist sozusagen ein sozialer Beitrag von unserer Seite in dieser schweren Zeit.

Wie funktioniert eine Onlinebestattung?

Eigentlich haben wir nur die Administration digitalisiert. Auf der Plattform www.bestatter-online.ch können Angehörige eine Bestattung buchen und gleich bezahlen. Die Idee dahinter ist, dass der administrative Aufwand minimiert wird und dadurch eine einfache, aber günstige Bestattung möglich wird. Es stehen somit nur eingeschränkte Möglichkeiten zur Wahl. Für eine normale Bestattung muss man immer noch bei uns im Institut vorbeikommen. Das anschliessende Einbetten in den Sarg, die Überführung ins Krematorium sind und bleiben selbstverständlich analog.

Die Plattform ist mit Scherenschnitten gestaltet.

Wie kam es zu dieser Idee?

Eine Bestattung online anzubieten ist ein heikler Schritt. Mir ist bewusst, dass hier eine Grenze erweitert wird. Da aber hinter dem Onlineauftrag immer noch Menschen stehen, welche seit Jahren in der Bestattung tätig sind, wollte ich etwas Bildliches, was diese Tradition wieder aufnimmt.

Der Zufall wollte es, dass meine Grossmutter, Nelly Naef, über Jahrzehnte Scherenschnitte kreierte. Ich habe von ihr viel über das Leben und den Tod gelernt. Sie hat mir die Motive freudig zur Verfügung gestellt. Die Onlineplattform ist somit modern und doch in der Tradition, auch in der Tradition meiner eigenen Familie, verankert. Diesen Wert wollte ich damit vermitteln.

Ist eine günstige Onlinebestattung nicht pietätlos?

Wie bei jeder Entscheidung oder Situation im Leben gibt es auch bei einer Bestattung Menschen, welche dafür nicht viel Geld ausgeben können oder möchten. Ich finde, dies ist zu respektieren.

Natürlich mussten wir unsere Dienstleistung auf das Nötigste reduzieren. Innerhalb dieses Rahmens gelingt es uns aber doch, eine würdevolle Bestattung zu gestalten.

Die Onlineplattform www.bestatter-online.ch wird von Caprez Bestattungen unterhalten und bietet eine schlichte Bestattung für wenig Geld.



David Naef ist Inhaber der Caprez Bestattungen AG. Ihm liegt eine liebevolle Bestattungskultur für alle Menschen am Herzen.

Caprez Bestattungen
Arcas 13
7000 Chur

www.caprez-bestattungen.ch
Tag und Nacht: Tel. 081 252 45 59





Bild Bernhard Petschen

Spuren im Wald

WAS SPUREN IM SCHNEE ERZÄHLEN

Welche Wildtierart war wo und wann unterwegs?

Wer in den letzten Wochen im Schnee unterwegs war, «stolperte» unweigerlich über Tierspuren. Vor allem bei Neuschnee kann man davon ausgehen, dass man im Wald als Erste oder Erster einige Wildtierspuren beobachten kann, bevor diese von anderen Spaziergängerinnen und -gänger verwischt werden. Tage später führen Spuren oft kreuz und quer – je länger der Schnee schon liegt – durch den Wald und über Waldwege hinweg. Für die Kinder wie auch für uns Erwachsene ist es spannend, genau hinzuschauen und die richtige Tierart der Spur oder der Fährte zuzuordnen.

Jetzt wo der Schnee der Wärme trotzen muss, sind auch die beliebten Waldspazierwege in Chur und Umgebung wieder offen. Während man am Churer Campingplatz an der Oberen Au auf der anderen Seite des Rheins Gämse und Steinböcke beobachten kann, sind Rehe und Hirsche vor allem an den Churer Südhängen zu sehen.

Eine der häufigsten Spuren konnte ich dem Rehwild zuordnen. Die Trittsiegel, wie die Abdrücke in der Jägersprache heissen, sind zwei bis drei fingerbreit lang. Deutlich erkennt man in der Mitte die Teilung der beiden Schalenhuf-Hälften, die vorne spitz zusammenlaufen. Je nachdem, wie die einzelnen Trittsiegel angeordnet sind, erkennt der Fachmann, ob das Tier in Ruhe durch den Wald gezogen ist oder auf der Flucht war. Natürlich hat auch der Hirsch dort seine Spuren hinterlassen. Langsam aber sicher wird er in höheren Lagen nach Futter suchen.

Auch der Marder war unterwegs. Er bewegt sich meist durch gleichmässige Sprünge. Zudem hat der Feldhase im Schnee seine markante Spur hinterlassen. Hoppeln ist eine Fortbewegungsart beim Hasen, die jeder kennt. Hierbei setzt der Hase seine Hinterpfoten nebeneinander vor die hintereinander gesetzten Vorderpfoten. Was also gemäss Schneeabdruck

vorne zu sein scheint, sind die Hinterpfoten. Ja, in der Natur auf Spurensuche zu gehen, ist spannend, egal ob man am Morgen oder am Abend unterwegs ist.

BERNHARD PETSCHEN



Können Sie diese Tierspur lesen?

Eine Krähe von einem Reh zu unterscheiden, ist kinderleicht. Aber was, wenn Sie nur die Fussabdrücke am Boden sieht? Zeigt uns, was Sie als Fährtenlesende draufhabt!



HILFE IN DER KRISE

Der Verein Chur Plus unterstützt nicht nur während der Pandemie – ein Einblick

Laura Natter



Im Onlineshop werden jene Produkte verkauft, die bei Chur Plus produziert werden.

Es war vor knapp einem Jahr, als sein Name vermehrt in Zeitung, Radio und Fernsehen auftauchte: Chur Plus. Der Verein startete aufgrund von Covid-19 einen Lieferdienst in der Stadt Chur und erledigte fortan Einkäufe für Menschen, die zur Risikogruppe zählten oder sich in Quarantäne befanden. Auch jetzt, Anfang März, ist Chur Plus als Lieferdienst aktiv. Doch ist diese Aufgabe nicht die einzige, die der Verein übernimmt, und sowieso gibt es Chur Plus schon um einiges länger, als es Corona gibt. Hilfe in einer Krise zu leisten, gehörte schon vor der Pandemie zum Leitbild der Institution.

Chur Plus ist eine Non-Profit-Organisation, die in erster Linie Menschen unterstützt, die einen beruflichen Neuanfang suchen. Konkreter: «Wir setzen uns für eine soziale und berufliche Integration ein und unterstützen Menschen, die im Arbeitsmarkt wieder Fuss fassen wollen», so Claudio Jäger, Präsident von Chur Plus. Seit 2017 ist die Institution an der Gäggestrasse 10 in Chur zu finden.

Zum einen bietet die Organisation Umschulungen und Weiterbildungen für Menschen an, die aufgrund körperlicher Beschwerden nicht in ihren ursprünglichen Beruf zurückkehren können und von der IV unterstützt werden. Zum anderen werden Sozialhilfeempfängerinnen und -empfänger beschäftigt, die eine geregelte Tagesstruktur suchen und in den Werkstätten des Vereins einer geschützten Arbeit nachgehen.

Wie Claudio Jäger erklärt, arbeitet die Organisation eng mit den sozialen Diensten der Stadt Chur, der IV und der Sozialversicherung zusammen. So kommen Mandantinnen und Mandanten mit Chur Plus in Kontakt, die sich aufgrund eines gesund-

Der Verein bietet 60 Arbeitsplätze in seinen Werkstätten und Büroräumen an. Bilder Chur Plus



heitlichen Problems umschulen müssen. «Das geschieht in der Regel innerhalb von drei Monaten», so Claudio Jäger. Oftmals sind das Menschen, die später einer Arbeit in einem Büro nachgehen. Sei dies im Marketing, im IT-Bereich oder in der Buchhaltung. Um die Arbeitssuchenden auf ihre Zukunft vorzubereiten, stehen in den Räumlichkeiten von Chur Plus 25 Büro-Arbeitsplätze zur Verfügung.

Zum anderen finden sich an der Gäggestrasse 10 auch Werkstätten, in denen Dekoartikel und Haushaltsgegenstände für den Onlineshop produziert werden. Hier arbeiten vor allem Menschen, die Sozialhilfe empfangen und nicht mehr in den ersten Arbeitsmarkt zurückkehren werden. Insgesamt bietet Chur Plus 60 Plätze für seine Mandantinnen und Mandanten an. Betreut werden diese von 16 Mitarbeitenden, darunter Arbeitsagoginnen und -agogen, Gestaltungspädagoginnen und -pädagogen, IT-Expertinnen und -experten sowie Sprachlehrerinnen.

Die Aufgabe von Chur Plus besteht im Wesentlichen darin, ihr Klientel sinnstiftend zu beschäftigen. Sei dies in den Werkstätten, beim Lieferdienst oder im Büro. Seit Kurzem wird Letzteres zusätzlich mit Arbeit von Unternehmen beliefert, die von Corona schwer getroffen wurden. «Wir werden von einem Sozialgedanken geleitet. Wir unterstützen Menschen, die vor Problemen stehen und bringen sie weiter», so Claudio Jäger. Als er und sein Team in den vergangenen Monaten immer wieder von KMU lasen, die Mühe hatten, ihr Geschäft aufrechtzuerhalten und gar Mitarbeitende entlassen mussten, kam dem Verein eine Idee: «Anstatt nur Einzelpersonen zu helfen, können wir doch auch Betriebe unterstützen, indem



wir ihnen Arbeit abnehmen, für die sie sich im Moment keine Angestellten leisten können», erinnert sich der Präsident. Büroarbeiten erledigen, Anrufe entgegennehmen, Social Media betreuen, Offerten schreiben, Buchhaltung führen. Chur Pro war geboren. «Wir können eigentlich den ganzen Büroapparat inklusive Marketing und Buchhaltung abdecken. Wir haben die Leute dazu», sagt Claudio Jäger. Momentan wird das Angebot von vier Unternehmen genutzt, die zum Teil ihre Büroarbeit an Chur Pro abgeben. Arbeit, die den Mandantinnen und Mandanten von Chur Plus wichtige Einblicke in die Praxis gibt.

«Wir werden von einem Sozialgedanken geleitet»

Als eine Win-win-win-Situation bezeichnet Claudio Jäger das Angebot. Zum einen würden KMU entlastet, zum anderen sammeln die Mandantinnen und Mandanten Praxiserfahrung und zu guter

Letzt würden die Sozialversicherungen profitieren, indem die Klientinnen und Klienten durch die gesammelte Praxiserfahrung den Wiedereinstieg ins Berufsleben schafften. Hilfe leisten in der Krise – das ist es, was Chur Plus tut. Auf verschiedenen Ebenen. Ob vor, während oder nach Corona.

Weitere Informationen unter www.chur-plus.ch und www.churpro.ch

Wir dürfen wieder starten und geben ALLES!



20% Rabatt

auf das gesamte Kleider-Sortiment
inkl. Frühlings-/Sommer Neuheiten
(ausgenommen wenige Marken – nicht kumulierbar)

→ grosse Ecken mit 70% Rabatt

nur für kurze Zeit!

TORSO
www.torso-mode.ch MyStyle

Torso – Mode für Sie & Ihn
EKZ City West, 7000 Chur

Torso – Modetrends für Sie
Quaderstrasse 7, 7000 Chur

TOM TAILOR
Tom Tailor Store – EKZ City West

Mitem Kämifäger hesch z'Glück im Hus!

**KÄMIFÄGER
HÖRLER
PIGNIA** spazzachamin.com

Kontakt:

michael.hoerler@spazzachamin.com

Mobile +41 79 354 96 62, Tel. +41 81 661 18 39

WERD AU DU
GLÜCKSBINGER



SCAN ME

Mach a Lehr als Kämifäger/-in!
Bewirb di jezt!

Auf dem Weg in den Frühling würde ich mich freuen, einer bodenständigen Frau zu begegnen. Ich bin Anfang siebzig, gesund und fit, empathisch, modern und vielseitig interessiert. Du möchtest wie ich eine neue liebevolle Dauerbeziehung auf Augenhöhe beginnen, dann freue ich mich auf deine geschätzte Antwort. Du findest mich unter gewa07@bluewin.ch

Zu vermieten ab sofort in Seewis-Schmitten (bei Grüşch):

Schöne 5-Zimmer-Altbauwohnung

(108,02 m²) mit Cheminée und Balkon
Mietzins und NK CHF 1467.–
Bushaltestelle und Schule in der Nähe
Garage CHF 110.–/PP CHF 50.–

Büro-/Hobbyraum kann dazu gemietet werden. Mietzins und Nebenkosten CHF 160.–

Natel 079 610 33 99 oder
schlaefli@gruber.ch

Bio-Landbau packt das
Hunger-Elend an der Wurzel.



Per SMS 20 Franken spenden.
Mut 20 an 488.

SWISSAID
Ihr mutiges Hilfswerk.

HEIM SPIEL

ZEITUNG RADIO TV ONLINE

suedostschweiz.ch/podcasts

südostschweiz



An einem anderen Ort, aber auch am Meer: Churer Kinder können im Sommer zwei Wochen lang in England Englisch lernen und begegnen dabei Land und Leuten. Bild Cindy Ziegler

KLASSENZIMMER AM MEER

Für Jungen und Mädchen aus Chur

Der Internationale Austauschdienst veranstaltet in den Sommerferien wieder das Projekt «Das Klassenzimmer am Meer» in England, an dem auch Schweizer Schüler teilnehmen können. Um die freien Plätze können sich Jungen und Mädchen im Alter von 10 bis 17 Jahren aus Chur bewerben. Nach einem Jahr coronabedingter Pause soll es im Juli wieder so weit sein, natürlich unter der Voraussetzung, dass die Pandemie dann so weit eingedämmt ist, dass man ohne grosse Sorge reisen kann.

Es geht in das Städtchen Westgate-on-Sea, das direkt am Meer liegt; hier werden die Teilnehmer bei englischen Gastfamilien wohnen: Zwei Wochen lang leben die Teilnehmer wie ein eigenes Kind der Familie, so dass sie den englischen Alltag hautnah kennenlernen. Die Gastfamilien nehmen seit vielen Jahren ausländische Gäste bei

sich auf und versuchen, ihnen einen guten Einblick in den «British way of life» zu geben. An den Vormittagen findet ein Englischunterricht in der örtlichen Ferienschule statt: Im «Klassenzimmer am Meer», gemeinsam mit Jungen und Mädchen aus anderen Ländern, sollen Grammatik und Wortschatz erweitert werden, aber es soll auch die Angst vor dem Gebrauch der Sprache genommen werden. Nach dem Lernen gibt es Spass: Auf dem Programm stehen Sport, Badenachmittage am Strand von Westgate-on-Sea und Ausflüge. Ausserdem gibt es mehrere Exkursionen.

Die ausführlichen Informationsunterlagen können Interessenten ab sofort kostenlos anfordern, per E-Mail an klassenzimmer@austauschdienst.de (bitte das Alter des Kindes und die Postadresse angeben).

Hör-Tipp

JANE BIRKIN: OH! PARDON TU DORMAIS

Irgendwie kennt man sie, trotzdem weiss man nicht allzu viel von ihr – zumindest hierzulande. Und für musikalische Überraschungen hat man die bald 75-Jährige auch nicht mehr auf dem Zettel: Jane Birkin. Was war das für ein Skandalchen Ende der 60er-Jahre, als sie sich mit Serge Gainsbourg durch «Je t'aime... moi non plus» stöhnte. Dabei war sie nur erster Ersatz für Brigitte Bardot, der Ex von Gainsbourg. (Alle Aufnahmen mit BB sollen schon im Kasten gewesen sein, als Dannzumal-Bardot-Ehemann Gunter Sachs sein Veto eingelegt habe.) Wobei «Ersatz» dem Wirken von Birkin nicht



ganz gerecht wird. Neben diversen Filmrollen veröffentlichte sie auch eigene Lieder, zum Teil in Zusammenarbeit mit namhaften Kollegen. Vor noch nicht langer Zeit war sie mit einem Symphonieorchester und Gainsbourg-Birkin-Liedern auf Tournee – das, obwohl sie einst mit dem Musikmachen aufhören wollte. Im letzten Dezember überraschte nun Birkin mit einem neuen Album: «Oh! Pardon tu dormais...» Es ist bezeichnenderweise am siebten Todestag einer ihrer Töchter veröffentlicht worden und ist ein musikalischer Streifzug durch ihr von Höhen und Tiefen geprägtes Leben. Dass es überhaupt zur Veröffentlichung des Albums gekommen ist, sei vor allem der Hartnäckigkeit des versierten Musikers Étienne Daho zu verdanken, der Birkin lange beknielt habe, neue Songs aufzunehmen. In Zusammenarbeit mit ihm und dem Komponisten Jean-Louis Piérot ist eine runde und sympathische Revue entstanden, die Lust darauf macht, sich das Leben der französischen Britin etwas näher anzuschauen. Schöne und zum Teil schwermütig-mystische Popballaden (der gleichnamige Titelsong, «Ces murs épais», «Max»), aber auch heiter-beschwingte Lieder («Les jeux interdits», «Pas d'accord») geben dem Album den besonderen Touch. Der Schlüsselsong des Albums ist wohl «Cigarettes», in dem sich Birkin mit besagtem Tod ihrer Tochter Kate Barry auseinandersetzt. «Oh! Pardon tu dormais...» ein authentisches Album einer beeindruckenden Frau.

CORNELIUS RAEBER

Bleiben Sie informiert



Täglich in Ihrem Briefkasten und rund um die Uhr online, inkl. «Südostschweiz am Wochenende».

Jetzt testen:
**6 Wochen/
CHF 25.–**
Tel. 0844 226 226
abo.somedia.ch



suedostschweiz.ch

 **südostschweiz**

TCS-Fahrzeugkontrollen Chur

Mit der mobilen Prüfstation will die TCS-Sektion Graubünden den Mitgliedern entgegenkommen und steht an acht Standorten zur Verfügung. Am 1. März kommt die mobile Prüfstation nach Chur und fährt auf dem Parkplatz Weber AG die Prüfstrasse aus und steht bis am 9. März den TCS Mitgliedern zur Verfügung. Diese Prüfstrasse ist mit modernsten Test-, Diagnose- und Fehlerlesegeräten ausgestattet. Bei den diesjährigen Kontrollen werden folgende Tests angeboten:

TCS-Sicherheitstest

Geprüft werden alle Sicherheitsrelevanten Teile Ihres Fahrzeuges.

Dieser Test bringt auch Vorteile, bevor ein älteres Fahrzeug die amtliche Prüfung zu bestehen hat.

TCS-Occasionstest

Wer den Kauf oder Verkauf eines Gebrauchtwagens plant, ist gut beraten, zuvor einen Occasionstest vorzunehmen. Dabei wird die Zuverlässigkeit des Fahrzeuges überprüft. Ein Occasionstest ist auch empfehlenswert, bevor bei Neu- oder Gebrauchtwagen die Garantie abläuft. Eine Voranmeldung ist unumgänglich. Die genauen Daten und die Telefonnummer für eine Anmeldung finden Sie im gelben Inserat in dieser Ausgabe



Neuer Job suchen und finden!

Rolf Bosshard, Inhaber der «Integral Coaching» in Thusis, bietet lösungsorientierte Bewerbungscoachings an, um im Arbeitsalltag wieder Fuss zu fassen oder sich beruflich neu zu orientieren. Seine Klienten sollen sich persönlich weiterentwickeln und eine neue Anstellung finden. Dies geschieht in fünf Schritten: 1. Standortbestimmung, 2. Stellensuche, 3. Bewerbungsdossier, 4. Bewerbungsgespräch und schlussendlich – 5. neuer Job! Der Weg beginnt mit einer fundierten Selbsteinschätzung und Analyse der persönlichen Fähigkeiten und Präferenzen. In einem zweiten Schritt werden passende Stelleninstitute gesucht und im dritten ein

attraktives und massgeschneidertes Bewerbungsdossier erstellt. Das bevorstehende Vorstellungsgespräch wird mit dem Coaching-Profi trainiert und die Bewerber auf verschiedene Situationen und Fragen vorbereitet. Mit dem Antritt der neuen Arbeitsstelle ist der fünfte Schritt und das Ziel erreicht.

Auch für die Zeit nach dem Bewerbungsprozess hält Rolf Bosshard einige Tipps bereit. Schliesslich sollen die Klienten nicht nur die Probezeit meistern, sondern für viele Jahre erfolgreich im Job durchstarten.

i-coaching@bluewin.ch
www.integral-coaching.ch



Ihre individuelle Outdoorküche

Alles begann mit einer Idee. Letzten Sommer durften wir diese nach Mass gefertigte Outdoorküche eines Kunden projektieren und umsetzen.

Bei der Projektierungsphase wurde ein 3D-Programm zur Visualisierung angewendet, damit die Kunden eine Vorstellung der Umsetzung ihrer Wünsche erhalten.

Von der Idee zur Realität! Die eigens auf die Kundenbedürfnisse zugeschnittene Outdoorküche wird bis ins Detail geplant. Sei es für die diversen Grilleinsätze oder eine Stromschiene mit USB-Schnittstelle oder sogar einen zusätzlichen Stauraum für den Green Egg mini. Wie in diesem Fall konnten wir alle

Erwartungen erfüllen, und unser Kunde ist von der Umsetzung begeistert.

Mit viel Freude werden nun kulinarische Köstlichkeiten und Grillabende zelebriert und hinterlassen bei den Gästen einen bleibenden Eindruck.

Wir freuen uns mit Ihnen, Ihre Outdoorküche zu planen und Ihre Träume umzusetzen!

Metallbau Perazzelli AG

Freihofstrasse 30

7302 Landquart

Tel. 081 300 09 50

info@perazzelli.ch

www.perazzelli.ch



Ihre Oase der Entspannung

Oft wissen wir einfach nicht, wo wir die Entspannung in einem turbulenten Alltag finden können. Die Zeit ist knapp und wir haben viel zu erledigen. Um Entspannung zu finden, gilt es aber regelmässig Zeit zu investieren. Gerade jetzt in dieser stressigen Zeit. Finden Sie in einem der online Kurse Ihre persönliche Oase der Entspannung:

– MBSR steht für Mindfulness Based Stress Reduction und ist eine ganzheitliche, wissenschaftlich belegte Methode, die praktische und einfache Übungen zur Stressreduktion vermittelt. In diesem 8-Wochen-Kurs wird durch das Kultivieren von Achtsamkeit ein bewusster und konstruktiver Umgang mit Stress in Alltagssituationen entwi-

ckelt und geübt. Nächster Kursstart 16. März.

– Autogenes Training ist eine bewährte westliche Entspannungstechnik. Sie bringen mit Selbstsuggestion Ihre Körperfunktionen in Einklang und lösen innere Blockaden. Nächster Kursstart 11. März.

– Meditation: der Weg zur Entspannung. Dieser Kurs bietet Gelegenheit innezuhalten, Ruhe zu finden, um neue Kraftquellen zu entdecken und zu entfalten. Über Atem-, Entspannungs- und Energieübungen lernen Sie Ihren Körper wahrzunehmen und sich zu zentrieren. Nächster Kursstart 26. April

Klubschule Chur, Tel. 058 712 44 40





Auch das höchstgelegene, ständig bewohnte Dorf Europas ist kein Problem für den neuen Land Rover Defender 90.

Bilder Cornelius Raeber

EIN FLINKES KRAFTPAKET

Der neue Land Rover Defender zieht Blicke an

Das Wetter an diesem Samstag war fantastisch und alles, was Beine und fahrbare Untersätze hatte, war unterwegs – auch der schreibende Testfahrer mit dem Land Rover Defender 90 der Emil Frey AG. Und schon mal vorweg, das grösste, respektive das einzige Problem mit dem schicken und kraftvollen «Baby-Defender» war, Parkplätze zu finden. Sogar in Juf, zuhinterst im Avers. Aber wie erwähnt: Alle waren unterwegs, um die wunderbare Bündner Bergwelt zu geniessen.

Viel Vorbereitung, um das robuste Automatik-Energiebündel in den Griff zu kriegen, brauchte es nicht, schliesslich war derselbe Testfahrer schon im vergangenen Herbst mit dem neu konzipierten und etwas längeren Modell eines Land Rovers unterwegs – damals in den Obersaxer Bergen und zur Appellese in der oberen Surselva – und bereits damals gab es viele drehende Köpfe nach dem Powerpaket. Das war auch diesmal so

auf dem Weg ins höchstgelegene, ständig bewohnte Dorf Europas.

Die Sitze sind angepasst, die Seitenspiegel auf Augenhöhe eingestellt, das Lenkrad liegt bequem in der Hand. Schon kurz nach der Einfahrt auf die Autobahn erste Befürchtungen der besten aller Co-Pilotinnen, dass man im Schneewittchen-weiss gekleideten Klettermax schnell kalte Füsse bekomme. Diese Sorge ist jedoch schnell zerstreut. Ganz einfach – frau muss nur wissen, wie man die Heizung richtig einstellt. Den beiden Mitfahrerinnen im Fond gefällt's, auch wenn der Einstieg zu den hinteren drei Plätzen etwas Geschicklichkeit und Anlauf braucht. Logisch bei einem Dreiturer. Aber alles ist geräumiger, als es auf den ersten Blick aussieht.

Praktische Funktionen, einfache Handhabung

Erste Diskussionen drehen sich um die passende Musik. Ja oder nein, und wenn ja,

welche? Die lösungsorientierten Antworten auf diese Fragen liegen in der Erkenntnis, dass der Sound auch nur für die hinteren Sitze ausgerichtet werden kann und darum vorne Beinah-Ruhe herrscht. Die

braucht es, um die zahlreichen am Display angezeigten Assistenz-Möglichkeiten zu besprechen. Und es sind einige. Das Navigationssystem weist den Weg (obwohl der Testfahrer natürlich weiss, wo es langgeht). Verschiedene Ansichtsoptionen und Zooms sind möglich – 2D, 3D oder auch eine Nord-Kartenansicht. Das Telefon will ausprobiert werden, die Kurzbefehlsymbole verstanden sein, auch eine Wi-Fi-Verbindung wird geboten. Ein grosses Thema ist die Sicherheit im Fahrzeug, sei es bezüglich der Kindersitze oder auch hinsichtlich der Auslösung von Airbags. Die genauen Instruktionen sind auf einer digitalen Betriebsanleitung zu finden.

Nach der Ausfahrt Avers-Rofla wird es enger, gefragt ist erhöhte Aufmerksamkeit. Der Defender liegt gut in den Kurven und das Passieren mit anderen Fahrzeugen gelingt schadlos. Auch das um die Ecke rauschende Postauto kann nicht erschrecken – ebenso wenig die schneebedeckten Fahrbahnen. Der Winter ist noch nahe im rekordhohen Dorf, aber der Wagen hält schön die Spur – wenn da nur nicht dieser Parkplatzmangel wäre. Ein klärendes Gespräch mit einer Bekannten aus dem Dorf bringt die Lösung und das Postauto kann trotzdem wenden.

Auf dem Rückweg braucht es definitiv einen Navi-Einsatz. Er führt fast zielgenau zu einem kurzfristig organisierten Zwischenbesuch im Domleschg. Die Hasen einer anderen Bekannten haben Nachwuchs erhalten. Nebenbei gesagt: Im Gepäckraum des Wagens mit seiner nachbarfreundlich-leisen Soft-Close-Automatik (die Hecktüre wird automatisch geschlos-



Das Cockpit ist, trotz vielfältiger Funktionen und Optionen, übersichtlich.

sen) hätten die Neugeborenen mehr Auslauf als in ihrem Stall.

Am zweiten Tag des Testwochenendes ist Mastrils das Ziel. Auch hoch über dem Dorf sind Parkplätze Mangelware. Eben: Alle sind unterwegs. Parkier-Lösungen sind mit diesem Allzweck-Dreiliter-Reihen-Sechszylinder aber auch im Gelände möglich. Landschaftsschaden ist keiner zu vermelden. Dafür aus der Ferne beobachtbar, wie ein neugieriger Autofreak den attraktiven Neuling ganz ungeniert mit einem «Am-liebsten-würde-ich-dich-mitnehmen-Blick» betrachtet. Das Fahr-

zeug war aber auch nach der Rückkehr vom Spaziergang in Richtung Piz Alun an seinem Platz.

Bei der steilen Abfahrt auf Mastrilser Strassen die Erinnerung an die Aussage von Thomas Tannò, Verkaufsberater bei der Emil Frey AG: «Dieser dieselbetriebe-ne Mild-Hybrid mit seiner MHEV-Technik liefert dem Fahrzeug dank Rekuperation elektrische Unterstützung.» Fazit: Auch der kürzere Land Rover Defender 90 ist ein Fahrerlebnis der höheren Klasse.

CORNELIUS RAEBER

Anzeige

IN EINER EIGENEN KATEGORIE

DER NEUE LAND ROVER DEFENDER



ABOVE & BEYOND



Emil Frey Chur

Kasernenstrasse 148, 7007 Chur

www.chur.landrover-dealer.ch

Machen Sie aus Usern Kunden

Eine Webseite ist wie ein 24-Stunden-Schaufenster. Wie jedes Schaufenster muss auch eine Webseite von Zeit zu Zeit «geputzt» werden. Die verwendeten Elemente entsprechen nicht mehr der aktuellen Technologie oder die Webseite muss reorganisiert werden weil sie im Lauf der Jahre schlicht überladen wurde. Eine zeitgemässe Webseite lohnt sich. Wie in allen Bereichen des Geschäftslebens erreichen wir auch im Internet mehr Kunden, wenn wir es den Kunden möglichst einfach machen, uns zu erreichen. Klare Aussagen, ein übersichtliches Angebot und leicht zu bewältigende Abläufe bei der Nutzung der Webseite sind essenziell. Entscheidend für die Websu-

che ist der Inhalt den wir der Webseite mitgeben. Duplizierte Inhalte wie zum Beispiel das Übernehmen von Hersteller-Informationen werden von Suchmaschinen herausgefiltert und durch ein schlechtes Ranking bestraft. Unser Ziel ist es, aussagekräftige Webinhalte zu erzeugen, die bei Suchmaschinen und den Usern gleichermassen gut ankommen. Somit bieten wir den Webseitenbetreibern echten Nutzen und wirtschaftlichen Erfolg.

Siteart Webagentur
7075 Churwalden
siteart.ch
siteart@feritel.swiss
Tel. +41 81 356 2019



Hören heisst dazugehören

Wer nicht hört und versteht, verpasst das Leben.

Hören ist ein komplexer Vorgang ein wahres Wunder der Natur. Es beginnt an der Ohrmuschel, wo die Töne erfasst werden und endet im Gehirn, wo diese wahrgenommen werden.

Unsere Fähigkeit, alle Nuancen in unserer Klangumgebung hören zu können, ist entscheidend für unser Leben.

Gutes Hören stärkt unser Gefühl von Verbundenheit mit unserem Umfeld und trägt zu unserem Wohlbefinden bei.

Gutes Hören ist wichtig für unsere Sicherheit, zum Beispiel im Strassenverkehr.

Gutes Hören steigert unsere Lebensqualität und stärkt unseren Körper und unsere Seele.

Die Folgen einer unbehandelten Schwerhörigkeit sind gravierend. Unser Gehirn verliert die Fähigkeit, Gehörtes richtig zu verarbeiten.

Zuwarten bedeutet kostbare Zeit zu verlieren.

Zögern Sie nicht und melden Sie sich für eine kostenlose und unverbindliche Analyse Ihres Gehörs bei uns an.

Haben Sie Fragen oder brauchen Sie Rat?

Hörberatung Prättigau, Schiers
Telefon 081 28 16 26



Dein Partner für Mähroboter

Gartenarbeit muss nicht anstrengend sein. Mit einem kleinen und vollautomatisierten Helfer kannst Du Dich getrost zurücklehnen. Wir von casty sind Dein regionaler Fachhändler und Partner für Husqvarna-Mähroboter. Für uns steht Qualität und Zufriedenheit unserer Kunden an oberster Stelle. Wir kommen zu Dir vor Ort und können so die Gegebenheiten begutachten und Dich optimal beraten.

Die komplette Installation wird von uns professionell durchgeführt. Damit Du Dich auch unter dem Jahr um nichts kümmern musst, bieten wir verschiedene Servicepakete an. Unsere Werkstatt ist mit dem Dia-

gnostiktisch bestmöglichst für Reparaturen oder einen Service ausgestattet. In den Wintermonaten hast Du ausserdem die Möglichkeit, Deinen Mähroboter bei uns sorgenfrei einzulagern.

Wir geben Dir damit das rundum Sorglospaket um Deinen Garten völlig entspannt zu geniessen. Melde Dich bei uns und vereinbare einen Termin.

casty outdoor & workwear ag
Rossbodenstrasse 15 | 7000 Chur
Tel. 081 635 14 38 | 078 635 14 38
info@casty-shop.ch
www.casty-passt.ch



Dolce Vita Outlet

Es hat sich bereits herumgesprochen, dass sich das Dolce Vita an der Rheinfelsstrasse 4 in Chur für die nächsten Monate in einen stylischen und coolen Outlet-Store verwandelt hat! Im wunderschön gestalteten Geschäft gibt es auf fast alle Brautkleider, Festmode und Herrenfestanzüge unschlagbare Rabatte. Alles Kleider aus der aktuellen Kollektion, die zu super Preisen angeboten werden. Komm jetzt vorbei und kleide Dich für Deine Hochzeit ein. Wähle Dein Traumkleid aus und spare bares Geld, denn das Dolce Vita bietet Dir jetzt die Möglichkeit, einen Traum zu erfüllen, der für Dich vorher vielleicht unerschwinglich war. Probiere Deine Lieblingslooks und verwandle

Dich in eine romantische Prinzessin, in ein cooles Hippie-Girl oder eine elegante Diva. Die Auswahl lässt keine Wünsche offen und bietet auch für Herren lässige Anzüge in modischen Stoffen, natürlich immer passend zur Braut!

Die Gäste der Hochzeit finden wunderschöne Festmode-Looks in kurz, lang oder auch in der modischen 7/8-Länge. Die sympathischen und professionellen Stylistinnen beraten Dich kostenlos. Für die Anprobe eines Brautkleides oder Anzuges unbedingt einen Termin vereinbaren!

Dolce Vita Chur
www.dolcevita-chur.ch



Ideale Zeit zum Vertikutieren

Die ideale Zeit zum Vertikutieren ist jetzt.

Unter Vertikutieren versteht man das Anritzen der Grasnarbe einer Rasenfläche, um Mulch (altes Schnittgut) und Moos zu entfernen und die Belüftung des Bodens zu fördern.

Ein Vertikutiergang ist im Frühjahr zu empfehlen, da der Rasen nach dieser Zeit sehr regenerationsfähig ist. Vor dem Vertikutieren sollte der Rasen gemäht werden, und nach dem Vertikutieren ist meist eine Düngung zu empfehlen. Der Erdboden sollte angekratzt werden. Bei lückiger Grasnarbe ist gegebenenfalls eine Nachsaat sinnvoll. Das zugehörige Gartengerät ist der

Vertikutierer. Er schneidet mit einem rotierenden Federstahlmesser senkrecht in den Boden. Das Vertikutiergut (Moos, abgestorbene Gräser usw.) wird hinter dem Gerät abgelegt.

Sie können diese Vertikutiermaschinen bei der Firma Zimmermann AG mieten. Weitere Auskunft durch den Fachmann.

Auf Wunsch bringen wir Ihnen das Gerät nach Hause.

Zimmermann AG
Churerstrasse 1
7013 Domat/Ems
Tel. 081 650 30 00
www.zimmermannag.net



**WIR HABEN DIE BESTEN
 WERBELÖSUNGEN IM VISIER**

Wir wissen, wie Sie aus Ihrem Budget die maximale Aufmerksamkeit herausholen.

**somedia
 PROMOTION**
ZEITUNG RADIO TV ONLINE

somediamotion.ch

hama keramikdesign gmbh – Us Liebi zu Keramik



Lernen Sie die schier grenzenlosen Einsatzgebiete von keramischen Platten kennen: ob als Grossformat, für Küchen- und Möbelabdeckungen, für Bad-, Wohn- oder Schlafbereich, für Aussenbeläge – unzählige Varianten sind möglich. In unseren Ausstellungen in Chur und Arbon erleben Sie Keramik in ihrer ganzen Vielfalt.

hama keramikdesign GmbH
Rheinfelsstrasse 39
7000 Chur
Tel. 081 284 05 85
info@hama-keramikdesign.ch
www.hama-keramikdesign.ch

Langlauf-Mietmaterialverkauf in Trin



Bieler Sport verkauft im Langlaufzentrum Trin ab Samstag, 6. März, 10.00 Uhr, bis Sonntag, 14. März, das gebrauchte Mietmaterial zu günstigen Konditionen. Im Angebot sind Ski, Schuhe und Stöcke für Kinder und Erwachsene für Skating und Klassisch. Es sind vorgängig keine Reservierungen möglich.

Ab Dienstag, 16. März, steht das Mietmaterial in Bonaduz zum Verkauf.

Weitere Infos unter
www.biellersport.ch oder Tel. 081 650 20 50.

Sofix Grischuna GmbH – Sauberkeit mit Garantie



Sofix Grischuna GmbH und Sofix Zürichsee AG. Verantwortungsvoll, kompetent mit 26-jähriger Erfahrung in der Unterhalts- und Gebäudereinigung. Wir bieten individuelle, auf den Kunden und deren Bedürfnisse zugeschnittene Dienstleistungen an. In der Regel brauchen wir keine Vorlaufzeit. Sie können bei uns jederzeit anfragen und Ihren Wunschtermin anmelden.

Sofix Grischuna GmbH
S. Fejzaj Inhaberin
Rheinfelsstrasse 29, 7000 Chur
Mobile: 079 635 60 28
info@sofix.ch | www.sofix.ch



FREUDE SCHENKEN

Am 1. März war «Tag des Kompliments»

Chiara Schmed (Grafiken/Text)

Schön, dass Sie diesen Artikel hier lesen! Es ist wunderbar, dass Sie eine Zeitung in Ihren Händen halten und Zeit für sich nehmen. Diese Komplimente gehen von mir ans Sie, lieber Leser, liebe Leserin. Ein einfaches Kompliment. Viel zu selten sprechen wir unseren Mitmenschen Komplimente aus. Gerade in der Coronazeit können diese kleinen, liebevollen Sätze Grosses bewirken. In der heutigen Zeit sind es die kleinen Dinge im Leben, die uns Freude bereiten. Da kam

Anzeige

PLÄTTLI... PLÄTTLI... PLÄTTLI...



30x60 cm

ab CHF **29.60**/m²

inkl. MwSt.

Terrassenplättli ...

Outdoorplättli ...

Natursteinplättli ...

Cheminée ...

Schwedenofen ...

Outdoorgrill ...



GANZ+

BAUKERAMIK AG

Rossbodenstrasse 15
7000 Chur

Fon 081 284 24 42

www.ganz-baukeramik.ch

der «Tag des Kompliments» gerade rechtzeitig. Er wird jährlich am 1. März gefeiert.

Der Holländer Hans Poortvliet hatte 2003 die Idee für den «Tag des Kompliments». Er wollte einen ähnlichen Tag wie den Valentinstag in Umlauf bringen. Dieser soll der positivste Tag der Welt sein. Man soll sich gegenseitig nicht mit Materiellem eine Freude machen.

Es sollen Worte verschenkt werden. Und das sind eben Komplimente. In Amerika gibt es diesen Tag übrigens auch. Dort wird er am 24. Januar gefeiert.

Heutzutage ist es nicht ungewöhnlich, dass mehr gemeckert als gelobt wird. Besonders in Europa lebt man häufig nach dem Motto «Lob muss man sich erarbeiten». In den USA gehören Komplimente häufiger zur Tagesordnung.

Da können wir uns von den Amerikanern eine Scheibe abschneiden. Jeder und jede von uns kann seiner Familie, Freunden, Nachbarn oder Mitarbeitern Komplimente machen. Man tut damit nicht nur anderen einen Gefallen, sondern auch sich selbst. Was man ausstrahlt, zieht man auch an. Dies besagt das Gesetz der Anziehung. Wenn man Komplimente verteilt und so Menschen eine Freude bereitet, kriegt man dies auf irgendeine gute Art und Weise auch zurück.

Komplimente müssen sich nicht immer nur aufs Äussere beziehen. Im Gegenteil. Wir Menschen freuen uns umso mehr, wenn unsere einzigartigen Charakterzüge oder Talente gelobt werden. Komplimente stärken unser Selbstbewusstsein, motivieren und zeigen uns Anerkennung. Auch in der Arbeitswelt sind sie sehr wichtig. Eine Studie besagt, dass An-

erkennung und Aufmerksamkeit vom Chef die Arbeitskräfte mehr motiviert als eine Lohnerhöhung. Lob ist auch für Kinder essentiell. Es wird als wichtigstes Erziehungsmittel bezeichnet. Werden sie kritisiert, lernen sie nicht schneller. Nach einem Lob hingegen schon.

Komplimente müssen sich nicht nur aufs Äussere beziehen

Komplimente kommen am besten an, wenn sie tief aus dem Herzen kommen, aufrichtig und ehrlich gemeint sind. Unspezifische und zu schmeichlerische Komplimente werden nicht ernst genommen. Viele Leute verspüren Neid gegenüber jemandem, der mehr hat oder

mehr kann als man selbst. Man gönnt dies dem anderen nicht und kann deshalb keine Komplimente aussprechen. Oder man spricht heuchlerische, unehrliche Komplimente aus. Mag man aber jemandem etwas von Herzen gönnen, hat man keine Probleme, dies der Person auch so mitzuteilen. Anfangs muss man vielleicht über seinen Schatten

springen und es braucht Mut, ein Kompliment auszusprechen. Doch es lohnt sich. Was kann man dabei verlieren?

Hat man sich getraut, ein Kompliment auszusprechen, beobachtet man oftmals, wie Menschen dieses nicht annehmen wollen oder es sogar runterspielen. «Ach so speziell war das auch nicht», sagen viele abwertend. Woran liegt das? Das kann verschiedene Gründe haben. Die einen denken, sie erhalten nur Komplimente, um

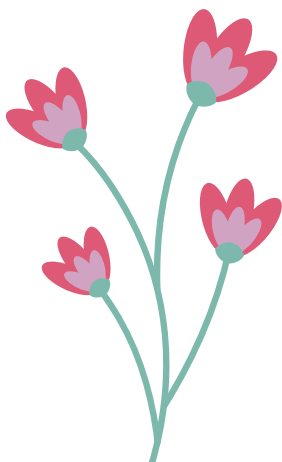
manipuliert zu werden. Andere stehen nicht gerne im Mittelpunkt und werden rot im Gesicht. Dann gibt es auch diejenigen, die zu stolz sind, ein Kompliment anzunehmen. Vielleicht sind sie sogar erschrocken, dass ihr Gegenüber sich nicht zu schade ist, ein Lob auszuteilen. Denn wie gesagt, nicht alle können das. Allgemein gilt: Komplimente sind eine kostenlose Sache, die jeder und jede freudig annehmen, und natürlich auch selbst austeilen, darf.

Es gibt tausend Möglichkeiten, Komplimente im Alltag zu verteilen: Der Kassierin für ihre freundliche Bedienung danken oder das Outfit einer fremden Person im Bus loben. Auch wenn Verhaltensweisen wie eine freundliche Bedienung in der Schweiz als Standard angesehen werden, darf man dafür dankbar sein und dies aussprechen.

Auch wenn der Tag des Kompliments schon vorbei ist, versuchen Sie, jeden Tag Komplimente zu verteilen. Bauen Sie in Ihrem nächsten Gespräch ein Kompliment mit ein. Achten Sie darauf, wie die Person reagiert. Vielleicht macht sie Ihnen auch eines. Seien Sie Teil davon, mehr Positivität und Freude in der Welt zu verbreiten.



Komplimente verteilen ist kostenlos



Anzeige



#GARTEHAG

BAUERNREGEL IM MÄRZ

Kommt im März die Sommerzeit, ist's länger hell für Zaun-Arbeit.

Zugegeben, mit Bauernregeln kennen wir uns nicht aus, aber für Zäune, Tore, Lärm- und Sichtschutz, sowie Sicherheitssysteme sind wir Profis.

#GARTEHAG Hardegger
Zeughausstrasse 8 | 7208 Malans | www.gartehag.ch

IHR FACHMANN IN DER REGION

CAVIEZEL AG
Seit 1920

**Ihr Fachmann für
Innenausbau Küchen Renovationen**

Ringstrasse 35c, 7000 Chur
Telefon 081 286 64 84, www.caviezela.ch

TANKREVISIONEN AG
Karl Lehner & Söhne
Revision, Ausserbetriebsetzung, Demontage
Ihr Partner für alle Tankprobleme
081 284 81 22
www.tankrevisionenag.ch
info@tankrevisionenag.ch
Barblanstrasse 30, 7000 Chur

BORNHAUSER  **MALER**
Maler-, Tapezierer- und Plastikarbeiten
Ringstrasse 26, Chur
079 682 15 55
081 252 19 96

Der richtige Partner rund ums Gas

GAS-CENTER
Honegger AG

Grosse Ausstellung
und Verkauf

Grossbruggenweg 3 - 7000 Chur
081 253 70 71 - www.gas-center.ch

ELEKTRO Meier Chur AG
Elektrotechnische Unternehmung Filisio Falsberg
Scalettastr. 63, 7000 Chur
081 286 94 94, info@meier-chur.ch
Stark- und Schwachstrominstallationen
Service und Reparaturen
Verkauf von Elektro- und Haushaltgeräten

**APRO
POS**

**Leuchtreklamen
Beschriftungen**

Rossbodenstrasse 49 CH-7000 Chur
apropos-werbeteknik.ch

LIPAG
7013 Domat/Ems
081 633 34 74
info@lipag.com
www.lipag.com

Tankreinigungen
Tanksanierungen
Öl-Leitungen spülen
Tankraumsanierungen
Tankstellenbau
Neutankanlagen
Sand-Strahlen
Trockeneis-Strahlen
Korrosionsschutz
Beschichtungen



Aufruf: Das Frauenstreikkollektiv Graubünden setzt sich für den Erhalt der Mutterschaftsbeiträge ein, über die am 13. Juni abgestimmt wird. Plakat Frauenstreikkollektiv Graubünden

MENSTRUATION UND MUTTERSCHAFT

Zum internationalen Frauentag organisiert das Frauenstreikkollektiv Graubünden zwei Veranstaltungen

Menstruation und Mutterschaftsbeiträge – das ist die Kurzformel der Aktionen, die das Frauenstreikkollektiv Graubünden dieses Jahr rund um den internationalen Tag der Frau organisiert. Am 4. März findet ein Online-Austausch zu den Themen Menstruation und Verhütungsmittel statt und am 8. März eine Aktion gegen die Aufhebung der Mutterschaftsbeiträge.

Der nächste feministische Stamm am 4. März richtet sich insbesondere an junge Frauen. Geplant ist ein lockerer Austausch mit Tipps und Tricks rund um den natürlichen Zyklus, der immer noch allzu oft ein Tabu-Thema ist. Die Frauenärztin Xenia Bischof wird mitwirken und allfällige Fragen beantworten. Der feministische Stamm findet online statt.

Am internationalen Tag der Frau am Montag, 8. März, findet eine Aktion gegen die Aufhebung der Mutterschaftsbeiträge statt. Das Frauenstreikkollektiv Graubünden wird ab Mittag auf dem Alexandraplatz in Chur präsent sein und die Bevölkerung über die kantonale Abstimmung zur Aufhebung der Mutterschaftsbeiträge vom 13. Juni informieren. «Die Mutterschaftsbeiträge sind eine unkomplizierte und wirksame Unterstützung für Familien in finanziellen Schwierigkeiten, die der Kanton bis maximal zehn Monate nach der Geburt eines Kindes bezahlt. Die Aufhebung der Mutterschaftsbeiträge würde insbesondere alleinerziehenden Müttern, Armutsbetroffenen und Selbständigerwerbenden schaden», schreibt das Frauenstreikkollektiv in einer Mitteilung. Da jede 20. Familie davon betroffen ist, fordert das Frauenstreikkollektiv mit dem Slogan «Auch die 20. Geburt hat ein Recht auf einen stressfreien Start ins Familienleben» und Nuggi-Symbolen die Bevölkerung auf, die Aufhebung der Mutterschaftsbeiträge abzulehnen.

Wer am 4. März um 19 Uhr am feministischen Stamm teilnehmen möchte, kann sich per Mail bei frauenstreik.gr@gmx.ch melden und erhält eine Einladung für die Online-Veranstaltung.

Die Aktion am 8. März findet ab 12 Uhr auf dem Alexandraplatz in Chur statt. www.frauenstreik-gr.ch

Anzeige

HONDA
POWER EQUIPMENT

GRAMER

Motorhacken und Vertikutierer – Bei uns erhalten Sie das gewünschte Mietgerät.

MOTORGERÄTE UND KOMMUNALTECHNIK
ZIMMERMANN AG

Churerstr. 1, Domat/Ems, Tel. 081 650 30 00, www.zimmermannag.net

DAS GROSSE QUADERCENTER-SCHWEDENRÄTSEL

Gewinnen Sie eine Geschenkkarte im Wert von Fr. 40.–

Karteireiter	Hausmeister	Berg bei Lugano	Federbett	poet.: Pferde	eingefräste Rille	feiner Mann	Internat. Olympic Committee	luxemb. Stadt	schweiz.-franz. Fluss	Horde	Nacktkultur	frühere schweiz. Motorradmarke	Stadt in Süditalien	Star in „Santa Clause“: Tim ...	ungarisch: Helene	
			aus Urstamm						jap. Holzschnittmeister							
Kühnheit						lateinisch: acht			Big bang (Erdentstehung)							
			Dachkammer					Boolsche Funktion (EDV)			Alpenpass in Graubünden	Figur in Schillers „Wallenstein“				
Abk.: Witwe		Badeort auf Usedom	Initialen v. Storm										holl. Maler (Otto Cornelisz, 1629)			
Kantonsparlament				rus-sisch: nein					altisländ. Dichtung	Filmfestspielstadt in der Schweiz			Witzfigur (Klein ...)			
Thunfisch					Halogen				Frage-wort nach d. Zweck	Schweizer Kanton (s. 1353)				Männername	japanisch: Edelstein	
schweiz. Schokoladenpionier	Gatte u. Bruder der Isis		beißende Insekten									Ölbohne				
Bündnis in Südostasien																
engl.: Eis				schweiz. Eisenbahnerverband	förmliche Anrede	Kurzform von Maria	englisch: sagen	niederl.: eins	persönliches Fürwort				latein.: ist	Auflösung der letzten Woche Z B P C A D P P A R O L F F L U H S T E F F I S B U R G N U G A E T A N O M O S K W A N A E E G N U M A T R I X I R B I S H O N U B S I R E Y B R E N T E N U O S T A Y S T E E N R I C O M E A A P T O O N E A L M Y R T E N E D O M W I L L E A M S R I N V E L O I N S I D E S I T N T S D M O N T E R O S A K L I O M E Y E R L O G O G L I E D P I C A S S O S C H U S S E L		
				Teil d. Engadiner Seenplatte												
Hölle		Farbstoff d. Tintenfische							griech. Windgott							
Vorn. von Wonder						dän. Name von Fünen				Großbeil						

LÖSUNGSWORT: 1 2 3 4 5 6 7 8

SUDOKU

	4		1	6		
6		2	8	1	4	
2	5		6	8		
	6	4	7	1	2	
4	1	6	8	7	3	9
8	2		9	3		
5					9	
7	9	3	6		5	1
	8	3	5	9	4	

Schreiben Sie in jedes Feld eine Zahl von 1 bis 9. Dabei darf jede Zahl in jeder Zeile, in jeder Spalte und in jedem der neun 3x3-Blöcke nur einmal vorkommen.

Auflösung der letzten Woche

7	1	8	3	6	9	4	5	2
6	5	4	1	8	2	9	3	7
2	9	3	7	4	5	1	6	8
4	2	9	6	5	8	3	7	1
5	7	1	2	3	4	6	8	9
3	8	6	9	7	1	2	4	5
8	4	2	5	9	3	7	1	6
9	3	7	8	1	6	5	2	4
1	6	5	4	2	7	8	9	3

So nehmen Sie teil:

Senden Sie Ihr Lösungswort zusammen mit Ihrem Namen, Adresse und Telefonnummer per **E-Mail** an: buewo.wettbewerb@somedia.ch oder mit **Postkarte** an: Somedia Promotion, Quadercenter Wettbewerb, Postfach 491, 7000 Chur
Einsendeschluss: Montag, 8. März 2021

Gewinner der letzten Woche: Irene Jäggi, Tittwiesenstrasse 82, 7000 Chur
 Es wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



IMPRESSUM

HERAUSGEBERIN: Somedia Press AG, Verleger: Hanspeter Lebrument, CEO: Thomas Kundert **LEITERIN WOCHENZEITUNGEN:** Laura Natter
REDAKTION BÜWO: Cindy Ziegler (Stv. Leiterin Bündner Woche/Wochenzeitungen), Susanne Turra, Sommeraustasse 32, Postfach 491, 7007 Chur, Telefon 081 255 52 79, E-Mail: buewo@somedia.ch **VERLAG UND INSERATE:** CEO: Thomas Kundert **INSERATE:** Somedia Promotion, Sommeraustasse 32, Postfach 491, 7007 Chur, Telefon 081 255 58 58, E-Mail: chur.promotion@somedia.ch **VERLAG:** Somedia, Sommeraustasse 32, 7007 Chur, Telefon 081 255 50 50, E-Mail: verlag@somedia.ch **KUNDENSERVICE/ABO:** Somedia, Sommeraustasse 32, 7007 Chur, Telefon 0844 226 226, E-Mail: abo@somedia.ch **ABONNEMENTSPREIS:** Fr. 125.–, inkl. MWSt. **ERSCHEINT:** einmal wöchentlich am Mittwoch **VERBREITETE AUFLAGE BÜWO GESAMT:** 92 000 Ex., davon verkaufte Auflage 26 288 Ex. (WEMF-/SW-beglaubigt, 2020-2) **VERBREITETE AUFLAGE BÜNDNER WOCHEN:** 51 910 Ex. (WEMF-/SW-beglaubigt, 2020) **DRUCK:** Somedia Partner AG, Scharastrasse 9, 9469 Haag **NUTZUNGSRECHTE:** Die Nutzungsrechte des Zeitungsinhalts wie Artikel, Fotos sowie Inserate sind ausschliesslich dem Verlag der Somedia Press AG vorbehalten. Jeder Verstoss wird gerichtlich geahndet © Somedia

DARÜBER HINAUS

Zusätzliche Online-Inhalte und Neues von den «Büwo»-Leserinnen und -Lesern

KOMPLIMENT!

Zum Tag der Komplimente am 1. März einige liebe Worte von unseren Leserinnen und Lesern an ihre Liebsten

Liebe Murat
Danke, dass du mi immer zum Schaffa fahrsch! Bisch der Bescht!
Anonym über Instagram



Liebe Mamutschka
Danke für alles, du bist die beste Mama, die man sich wünschen kann. Und nicht nur das, du bist auch «z'beste Nani» für meine zwei Jungs! Danke, dass es dich gibt!

Aimara Bieber-Foguet

Lieber Roland
Du bist und bleibst die grösste Perle meines Lebens.

YIV über Instagram

Liebe Leserinnen und Leser
Einfach, dass dies mal gesagt ist: Sie sind toll! Vielen Dank, dass Sie der «Büwo» Woche für Woche Ihre Zeit schenken. Danke für Ihre Treue!

Ihre «Büwo»-Redaktion





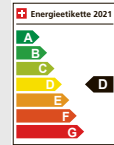
XC40 1.5 T5 TE INSCRIPTION
Occasion (7500 km), 15.9.2020
Listenpreis: CHF 64 500.-
Aktionspreis: CHF 49 900.-

Motor & Getriebe: T5 Twin Engine, 7-Gang, Automat
 Hubraum/Leistung: 1477 ccm/192 kW/261 PS
 Treibstoff: Benzin Kat. & Elektro
 Exterior/Interior: Grau met./Leder schwarz



XC40 2.0 D4 MOMENTUM AWD
Neuwagen (30 km)
Listenpreis: CHF 57 400.-
Aktionspreis: CHF 49 900.-

Motor & Getriebe: D4, 8-Gang, Automat
 Hubraum/Leistung: 1969 ccm/140 kW/190 PS
 Treibstoff: Diesel Partikelfilter
 Exterior/Interior: Schwarz met./Stoff schwarz



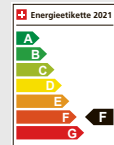
XC60 2.0 B5 MH R-DESIGN AWD
Neuwagen (30 km)
Listenpreis: CHF 78 915.-
Aktionspreis: 66 900.-

Motor & Getriebe: B5 Mild Hybrid, 8-Gang, Automat
 Hubraum/Leistung: 1969 ccm/194 kW/264 PS
 Treibstoff: Benzin Kat.
 Exterior/Interior: Weiss perleff./Leder schwarz



XC90 2.0 B5 MH R-DESIGN 7P. AWD
Neuwagen (30 km)
Listenpreis: CHF 108 120.-
Aktionspreis: 77 900.-

Motor & Getriebe: B5 Mild Hybrid, 8-Gang, Automat
 Hubraum/Leistung: 1969 ccm/194 kW/264 PS
 Treibstoff: Benzin Kat.
 Exterior/Interior: Weiss perleff./Leder schwarz



XC40 2.0 D4 MOMENTUM AWD: Verbrauch 71 l/100 km, CO₂-Ausstoss 185 g/km, Energieeffizienzklasse D. **XC60 2.0 B5 MH R-DESIGN AWD:** Verbrauch 9.0 l/100 km, CO₂-Ausstoss 205 g/km, Energieeffizienzklasse F. **XC90 2.0 B5 MH R-DESIGN 7P. AWD:** Verbrauch 9.7 l/100 km, CO₂-Ausstoss 221 g/km, Energieeffizienzklasse F. Zielwert Ø CO₂-Emission aller in der Schweiz immatrikulierten Fahrzeugmodelle 115 g/km. Gemäss Prüfzyklus WLTP.



+ VOLVO SWISS PREMIUM®
 10 JAHRE/150 000 KM GRATIS-SERVICE
 5 JAHRE/150 000 KM VOLL-GARANTIE

V O L V O

Der neue Volvo XC40 Recharge Pure Electric

Unser erster vollelektrischer SUV.

Freuen Sie sich auf ein völlig emissionsfreies und nahezu lautloses Fahren mit 400 km Reichweite.* Im einzigen elektrischen Kompakt-SUV mit Allradantrieb und 1500 kg Anhängelast sind Sie dank dem neu entwickelten Infotainment System von Google jetzt auch ohne Smartphone jederzeit vernetzt.

Kontaktieren Sie uns jetzt und erfahren Sie mehr.

Zwischen WLTP- und EPA-Fahrzyklen und realen Bedingungen sind Abweichungen der Reichweite möglich. Zahlen laut vorläufiger Zielvorgabe. Endgültige Fahrzeugzertifizierung ausstehend. Beispiel: Volvo XC40 Recharge Pure Electric P9 AWD. Stromverbrauch gesamt: 22 kWh/100 km, CO₂-Emissionen: 0g/km. Energieeffizienz-Kategorie: A. Volvo Swiss Premium® Gratis-Ser-vice bis 10 Jahre/150 000 Kilometer (es gilt das zuerst Erreichte). Nur bei teilnehmenden Vertretern. Abgebildetes Modell enthält ggf. Optionen gegen Aufpreis.



Emil Frey Chur
 emilfrey.ch/chur – 081 286 75 75