

**SPENDENAKTION  
2 × WEIHNACHTEN**  
SEITE 10

**KULINARISCH  
WAS MUSIK MIT  
DEM ESSEN MACHT**  
SEITE 34

**GOTTHARD  
(ALT)BUNDES RÄTE  
ERZÄHLEN**  
SEITE 86

Familienferien

# SPASS IN DEN BERGEN

SEITE 14



Für ein  
humorvolles  
Erlebnis.

ANZEIGE



Chefredaktorin a. i.  
Nicole  
Hättenschwiler

MEIN NAME IST  
**EUGEN**



**GEWINNEN**  
Sie 2 Tickets  
für das Musical  
«Mein Name ist  
Eugen»

Nehmen Sie jetzt am Wettbewerb von coop@home teil und gewinnen Sie mit etwas Glück 15x2 Tickets für das humorvolle Musical «Mein Name ist Eugen», das ab dem 5. März 2016 in der MAAG Halle in Zürich aufgeführt wird.

Weitere Informationen zum Wettbewerb finden Sie unter [www.coopathome.ch](http://www.coopathome.ch).

coop@home wünscht Ihnen viel Glück!

Für den Einkauf  
zu Hause.

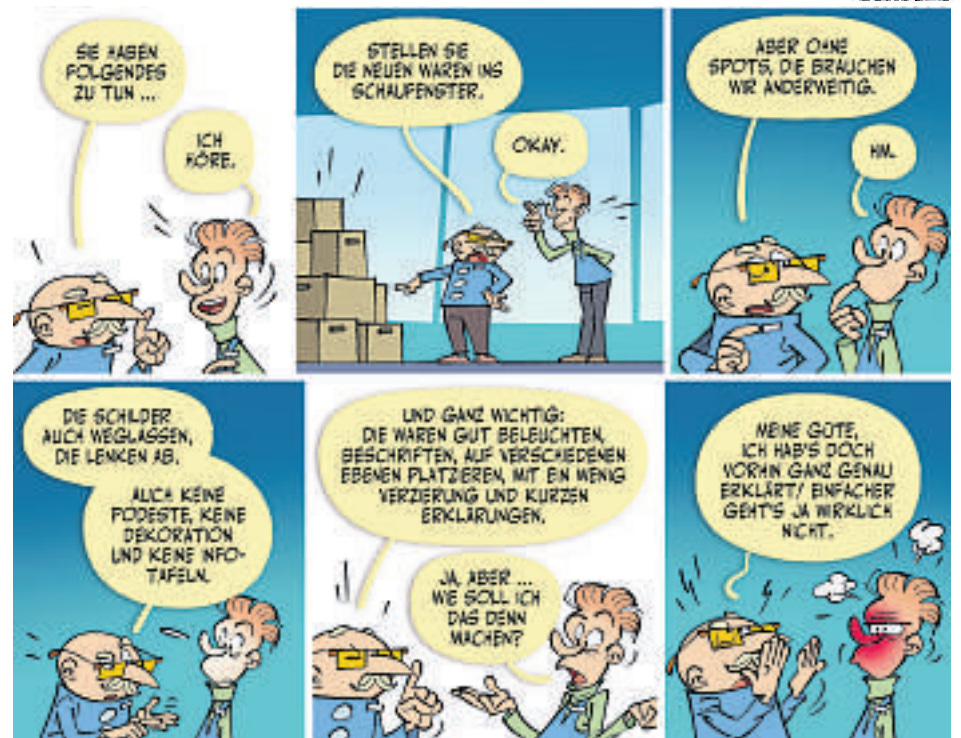
[www.coopathome.ch](http://www.coopathome.ch)



## Editorial Frühling im Winter

Endlich hat es in den Bergen wieder geschneit! Obwohl – ich persönlich fand den Winter bisher ja herrlich. Kaum Nebel, kein Schneematsch in den Städten und kein verspannter Nacken vom ständigen Schultern-Hochziehen gegen die Kälte. Dafür konnte ich auf dem Balkon in der Sonne die Zeitung lesen und entdeckte bei Spaziergängen blühenden Löwenzahn. Aber klar, normal ist das nicht. Laut Meteo Schweiz war der Dezember so warm wie noch nie seit Messbeginn im Jahr 1864. Im Durchschnitt lagen die Temperaturen rund 3,4 Grad höher als die Normwerte der Jahre 1981 bis 2010. Gleichzeitig gab es kaum Niederschläge. Für den Tourismus ist das eine Katastrophe. Während in höher gelegenen Skigebieten die Schneekanonen auf Hochtouren laufen, müssen sich andere Regionen etwas einfallen lassen. Bei unserem Besuch in Braunwald GL (ab Seite 14) hat sich aber gezeigt, dass gerade kleinere kreative Skigebiete schon längst umsetzen, was Tourismusforscher predigen: auf Alternativen setzen, spannende Erlebnisse jenseits der Pisten anbieten – und so gerade Familien mit kleinen Kindern glücklich machen. ●

### Die Ladenhüter



### “ Ab auf den Schlitten – und los gehts

An manchen Orten in der Schweiz hat die Schlittelsaison nun begonnen. Wir haben auf 20 Schlittelbahnen Fotobanner aufgestellt. Stellen Sie sich hinter die Banner, knipsen Sie ein Foto davon und schicken Sie es uns.

Foto einsenden unter:  
[www.coopzeitung.ch/  
schlitteltage](http://www.coopzeitung.ch/schlitteltage)

[facebook.com/  
coopzeitung](https://facebook.com/coopzeitung)



# Inhalt

7 Meinungen

## 10 TATEN STATT WORTE

10 2 × Weihnachten  
Coop hilft tatkräftig

## 14 TITELGESCHICHTE

14 Familienferien  
Spass in den Bergen

## 24 FAMILIE



29

- 24 Jugendliche Flüchtlinge  
Die Schulen sind gefordert
- 29 Die Tierärztin erzählt  
Hamster Harry leidet
- 30 Gesellschaftsspiele  
Mikado
- 31 Hesch gwüsst?  
Warum schmeckt das Essen fad, wenn ich krank bin?

## 34 ESSEN&TRINKEN

- 34 Schallwürze  
Wie Musik den Geschmack beeinflusst
- 42 Im Coop-Regal  
Wintergemüse
- 45 Cranberrys  
Herbe Schönheit
- 46 Wein  
Die Trends 2016
- 50 Marktplatz
- 52 Rezept  
Tagliatelle an Lachssauce



46

## 62 AKTUELL



62

- 62 Für Anlässe jeder Art  
Im Restaurant «Incontro» im Coop-Tagungszentrum MuttENZ lassen sich schöne Feste feiern. Es ist nah bei der Stadt und doch im Grünen.
- 68 Aktuell  
Coop erhält renommierten Energiepreis
- 70 Hinter den Kulissen  
Der Gigant Nestlé

## 73 LIFESTYLE

- 73 Mode  
Ab in die Berge!
- 74 Naturaline-Mode  
Leicht und luftig
- 80 Beauty mit Natalie Marrer  
Im Takt mit der Pflege
- 86 Gotthard-Basistunnel  
Die politischen Basis-Architekten
- 89 Kulturtipps
- 92 Multimedia  
Dicke Post
- 95 Rätsel
- 100 Interview  
Martin Suter
- 102 Schreiber vs. Schneider



100

Charlene geniesst den Schnee und die Pisten von Braunwald.

14

Titelbild: Yarnick Andrea, Keystone, Christoph Kaminski, Thomas Zimmermann

## Impressum

**Coopzeitung Herausgeber**  
Coop Genossenschaft  
4002 Basel  
Jörg Ledermann

**Verleger**  
Patrick Wehrli

**Redaktion**  
Postfach 2550  
4002 Basel

Telefon: 0800 400 400  
Fax: 0848 400 045  
coopzeitung@coop.ch  
www.coopzeitung.ch

**Chefredaktorin a. i.**  
Nicole Hättenschwiler

**Leiter Layout**  
Loris Succo

**Anzeigen**  
Telefon: 061 336 69 48  
Fax: 061 336 74 11  
anzeigen@coop.ch

**Anzeigenleiter**  
Kurt Schmid

**Druck**  
Ringier Print AG

Mittelland Zeitungsdruck AG  
DZB Druckzentrum Bern AG  
Auflage 1 815 817  
Exemplare (WEMF 2015)  
Leserschaft 2 613 000  
(WEMF, MACH Basic 2015-2)

**Abonnementsdienst**  
Telefon: 0800 400 400  
Fax: 0848 400 045  
abo.coopzeitung@coop.ch  
www.coopzeitung.ch/abo

**Coop Konsumentendienst**  
Postfach 2550  
4002 Basel  
Telefon: 0848 888 444  
www.coop.ch/kontakt

**Supercard und Hello Family**  
Postfach 306  
8706 Meilen

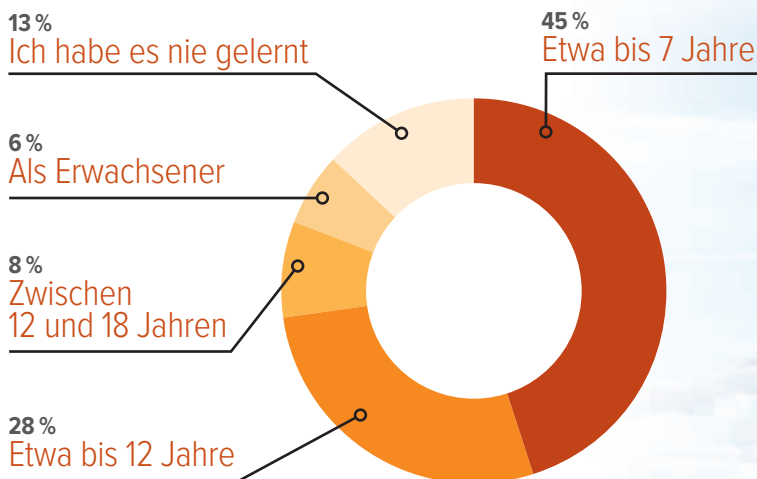
Telefon: 032 323 05 05  
info@supercard.ch  
www.supercard.ch

Das ausführliche Impressum finden Sie im Internet unter  
www.coopzeitung.ch/impressum

gedruckt in der  
schweiz

# Meinungen

## Die Umfrage Wann haben Sie Skifahren gelernt?



Quelle: Repräsentative Meinungsumfrage LINK/500 Interviews; Foto: Alamy



Der Schnee liess diesen Winter lange auf sich warten. Für eine Nation von Skifahrern eine schwierige Situation: 87% haben irgendwann gelernt, Ski zu fahren.

> **Quasi Grundbildung.** Von den 15- bis 29-Jährigen lernten fast 60% Skifahren, bevor sie 7 Jahre alt waren. Weitere 20% lernten es bis 12 Jahre.

> **Wenn ich gross bin ...** Die Generation der heute 60- bis 74-Jährigen lernte tendenziell später Ski fahren als die nachfolgenden Generationen: Je 13% waren zwischen 12 und 18 oder gar schon erwachsen, als es so weit war.

> **Gleichauf.** Romands und Deutschschweizer lernen etwa im gleichen Alter Skifahren.

### Im Web

► Mit einem Klick: Alle Umfragen der Coopzeitung finden Sie auch online unter: [www.coopzeitung.ch/umfrage](http://www.coopzeitung.ch/umfrage)

«Titelgeschichte: Entrümpeln» (Nr. 1)

## “ Ausmisten befreit

Der Artikel hat mich bestärkt, mit der begonnenen Arbeit weiterzumachen. Wir gehörten bis vor Kurzem zu jenen, die «einmal im Jahr» oder weniger entrümpelten. Im Hinblick auf unser Alter haben uns die vielen Dinge, die wir nie mehr brauchten, immer mehr belastet. Ausmisten ist wirklich befreiend und schärft auch den Blick bei Neuanschaffungen.

**Kurt**, Online-Kommentar

## “ Hochwertiges lebt länger

In meinem Zuhause gibt es keinen «Schrott» mehr, je hochwertiger die Dinge, desto langlebiger. Entrümpeln ist ja schön und gut, doch Dinge aufbewahren statt wegwerfen und immer wieder neu kaufen müssen ist sinnvoller. Wegwerfgesellschaft sind wir schon genug!

**Vanessa Koch**, Online-Kommentar

Es gibt nur einen Grundsatz beim Entsorgen: Was du ein Jahr lang nie gebraucht hast, brauchst du auch nie mehr! Also weg damit!

**M. Bucher**, Online-Kommentar

## “ Verwirrende Einstellung

Man könnte es auch umkehren. Bei Alan Frei kommt sicher niemand mehr zu Besuch, weil er auf dem Boden oder auf dem Bett sitzen muss und es überall unbehaglich ist. Kein Wunder, muss auch er ständig raus aus dieser gefühllosen kalten Bude und muss sich irgendwo mit Freunden treffen. Ich kenne auch solche Haushalte und weigere mich, diese Leute zu besuchen. Und was ist mit Notvorräten und Reserven? Nicht mal Pullis und warme Decken, wenn mal der Strom weg wäre? Eine verwirrende Lebenseinstellung, die ich nicht teilen mag.

**Alex Hauser**, Online-Kommentar

Schreiben Sie uns  
Ihre Meinung per Mail:  
[coopzeitung@coop.ch](mailto:coopzeitung@coop.ch)

[facebook.com/  
coopzeitung](https://facebook.com/coopzeitung)



**“Natürlich ist das nicht normal. Aber wer will schon normale Ferien?”**

Roman Kuster (29), Familienvater



Trotz Schneemangel: Für Charlene (links) und Lucy ist die Skischule mit Skilehrerin Franziska Fritschi und Snowli wie jedes Jahr.

## Glücklich MIT UND OHNE SCHNEE

◆ **Familienferien** Die Schneegötter haben sich lange rar gemacht in den Bergen. Zeit für Lamas, Märchen und Eier frisch vom Huhn. Ein Augenschein in Braunwald GL. ———. CLAUDIO ZEMP

**W**enn die Kinder glücklich sind, sind alle glücklich. Das ist das Wichtigste für entspannte Ferien mit der Familie. Braunwald GL ist einer von 26 vom Schweizer Tourismus-Verband ausgezeichneten Familienorten (Seite 16). Hier sind die Kleinen die Könige. Den Ferienkindern Charlene (5) und Lucy (3) Kuster aus Goldingen SG gefällt es auch ohne viel Schnee. Und immerhin, im Hintergrund ragt prächtig der Ortstock (2717 m) in die Höhe – mit weisser Festtagsmütze, wie im Prospekt. Aber es ist ein harter Winter für Braunwald. Zu warm und extrem trocken. Zum Jahreswechsel hat es gerade so viel Schnee, dass wenigstens die Kinder ihren Skiplausch haben. Die Skischule musste dazu das «Kinderland» vom Hüttenberg (1300 m)

auf das Grotzenbühl (1559 m) zügeln. Hier läuft der Kin-

derskilift. Skilehrerin Franziska Fritschi hat noch nie einen so verrückten Winter erlebt. Die Zürcherin arbeitet seit sieben Jahren jede Saison in Braunwald. Dieses Jahr gilt ihre Sorge nicht nur den kleinen Gästen, sondern auch der Unterlage. Der Schnee ist sensibel, ein kostbarer weisser Fleck wie nie. Charlene und Lucy merken davon nichts. Für sie ist es wie letztes Jahr. Snowli ist auch wieder da. Franziska hat ihn mitgebraucht: «Snowli ist ein Ausserirdischer. Vom Himmel gefallen, Kopf voran in den Schnee», erzählt die Skilehrerin. Und schon ist das Eis gebrochen. Keck stürzen sich Lucy und Charlene ins Wintersportabenteuer.

### Allein schon die Natur

Die Magie von Braunwald ist nicht vom Schnee abhängig. Das ist der Natur zu verdanken: der Ruhe, dem Panorama, der Luft. Die Bergwelt allein sorgt schon dafür, dass sich die Stimmung hebt. Selbst Familienhund Milo (13) ist



Familienfreundliche  
Skiorte – mehr dazu unter:  
[www.coopzeitung.ch/winter](http://www.coopzeitung.ch/winter)

Foto: Yannick Andrea

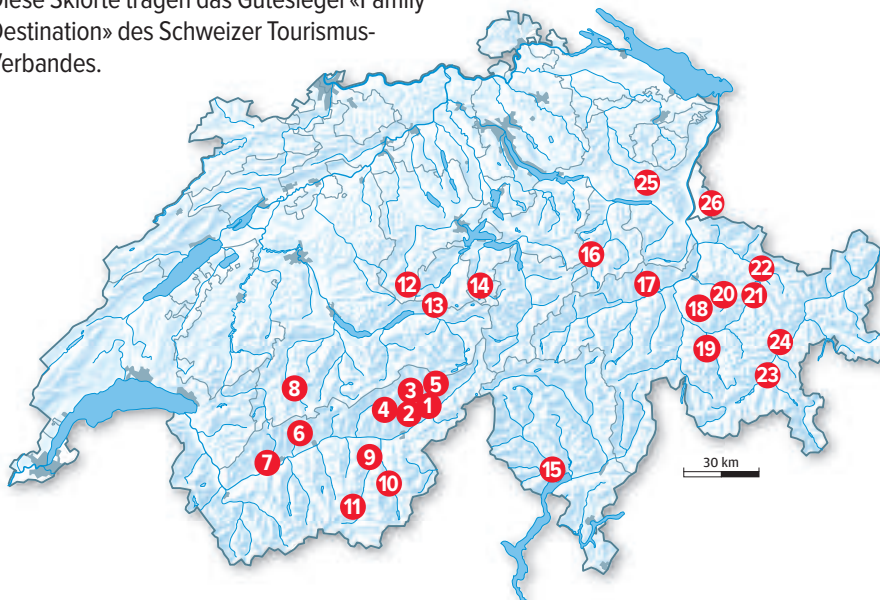




Die Familie Kuster mit Hund Milo beim Picknick in der Wintersonne.

## 26 MAL IN DER SCHWEIZ: FAMILIENFREUNDLICH

Diese Skorte tragen das Gütesiegel «Family Destination» des Schweizer Tourismus-Verbandes.



- |                  |                            |
|------------------|----------------------------|
| 1 Fiesch         | 14 Engelberg               |
| 2 Riederalp      | 15 Ascona-Locarno          |
| 3 Bettmeralp     | 16 Braunwald               |
| 4 Blatten-Belalp | 17 Flims-Laax              |
| 5 Bellwald       | 18 Lenzerheide             |
| 6 Crans-Montana  | 19 Savognin                |
| 7 Nendaz         | 20 Arosa                   |
| 8 Lenk           | 21 Davos                   |
| 9 Grächen        | 22 Klosters                |
| 10 Saas-Fee      | 23 Pontresina              |
| 11 Zermatt       | 24 Zuoz                    |
| 12 Sörenberg     | 25 Wildhaus-Alt St. Johann |
| 13 Hasliberg     | 26 Malbun                  |



Statt mit Schlitten rasen die vier mit Trottinetts bergab.

... froh, wenn er in den Ferien ist. Er fühle sich in Braunwald immer pudelwohl, sagt Patricia Kuster (39), die Mutter der beiden Mädchen: «Er wird jedes Mal traurig, wenn wir für den Heimweg oben in die Braunwaldbahn steigen.» Kusters sind in Braunwald verwurzelt. Schon als Kind war Patricia mit ihren



Kein Schnee?  
Kein Problem!

vier Geschwistern hier in den Ferien. Die Kinderschar verdiente sich den Aufenthalt an der Sonne, indem sie den Grosseltern auf dem Bauernhof Hüttenberg beim Heuen half. Eine Schwester von Patricia führt heute das Hotel Cristal, ihr Bruder Matthias den Bauernhof. Seit Kurzem haben Patricia und ihr Mann Roman (29) eine Ferienwohnung im Dorf. Roman arbeitet im Unterland im Strassen- und Tiefbau. Er verbindet die Ferien mit der Arbeit, indem er Einsätze im Pistendienst leistet. Für ihre kleinen Töchter ist das grösste Glück scheinbar klein – und schneeunabhängig. Sie gehen jeden Morgen allein zum Beck, um Brot zu holen. Das ist hier, im autofreien Kurort, gefahrlos möglich. Das Dorf ist selbst eine Art Familie. Drei Teile, verstreut über den ganzen Hang, rund 300 Einwohner und 1702 Gästebetten. In «Bruwald», wie die Einheimischen sagen, sind alle aufeinander angewiesen. Und auf die Standseilbahn. Es gibt ja keine Strasse. Von der Bergstation der Braunwaldbahn führt die Gondelbahn Niederschlacht-Hüttenberg ins Skigebiet. In den gelben «Schmusekabinen» begegnet man dem Glarner Original ebenso wie Touristen aus England oder Holland. Seltener einem Lama.

## Kein Winterschlaf für Bartli

Nach der Skischule trinken Kusters auf der Sonnenterrasse ein «Schiwasser». Zur Stärkung, denn sie haben noch etwas vor. Danach hat Charlene wieder Energie und tanzt zum Skihüttenound der «Plütterhütte». Roman erzählt derweil entspannt, wie die Familie gestern zum Wandern auf den Gumen (1901 m) ging: «Natürlich ist das in dieser Jahreszeit nicht normal, aber wer will schon normale Ferien?» Am Fuss der Eggstöcke ist der Klettersteig offen, mitten im Winter. Dort beginnt auch der Zwergenweg, eigentlich ein Sommerangebot. Doch Zwerg Bartli macht dieses Jahr keinen Winterschlaf. Charlene und Lucy erkundeten das Zwergenschloss und entdeckten in der Edelsteinspalte sogar Eiszapfen. Für die Familie sei es dank Zwerg Bartli ein Prachtstag ...



Fotos: Yannick Andrea





Auch die Lamas dürfen in der Seilbahn fahren.

musste, holte Vogel kurzerhand seine haarigsten Mitarbeiter aus dem Winterquartier zurück: die vierköpfige Lama-Familie. Auch für die Tiere fällt die Winterpause aus, aber sie bewegen sich ja gern. Das Lama-Trekking steht sonst nicht im Winterprogramm. Aber Patric Vogel macht aus der Not eine Tugend und mit Witz das Beste aus der Situation: Der Lama-Ausflug wird im Hotelprogramm zum «Skipisten-Trekking». Der Hoteldirektor oder seine Frau sind auf jedem Streifzug dabei, Patric Vogel ist auch Lama-Dompteur. «Spucken die Lamas nicht?», fragt ihn Patricia. «Nein, das ist Erziehungssache.» Für Lucy und Charlene ist der Spaziergang mit den Lamas die Krönung des

... gewesen, sagt Patricia: «Die Kinder würden am liebsten ewig im Zwergenschloss verweilen.» Heute wird weiter improvisiert. Ausnahmsweise dürfen Kusters die Trottnettstrecke testen – statt Schlitteln. Nur wenige rutschige Eisflächen sind zu umfahren. «Schneller, Dädi!», feuert Lucy ihren Papa an. Die zwei gewinnen um Haaresbreite vor Mama und Charlene. Auf die Sonne ist im Zigerschlitz Verlass. Das Picknick auf dem Bänkli könnte nicht schöner sein. Auch Milo bekommt von Charlene ein Stück Landjäger. Schliesslich sind Ferien.

### Lamas in der Seilbahn

Den Zauber der Bergwelt machen auch die Menschen aus. Jammern tut niemand. Auch wenn es an Schnee mangelt. Ideen haben die Leute von Braunwald genug. Mit dem guten Beispiel voran geht Patric Vogel (36), seit fünf Jahren Hoteldirektor im Märchenhotel Bellevue. Das Hotel hat es in sich. Die Kinder fahren im Lift mitten durch ein Aquarium und sausen auf der Rutschbahn wieder runter. Zum Erlebnis im Familienhotel gehört auch, dass die Kinder sich ihr Ei zum Frühstück selber holen – im hauseigenen Hühnerstall, direkt ab Henne. Familienfreundlichkeit ist im Märchenhotel Chefsache. Jeden Tag um 18 Uhr ist Märchenstunde. Dann erzählen Patric Vogel und seine Frau Nadja abwechselungsweise so fesselnd, dass es auch die Eltern packt. Die Tradition des Märchenonkels hat Patric Vogel von seinem Vater übernommen. Kein Schnee Anfang Januar? Das kann ihn nicht erschrecken. Vor ein paar Jahren wettete er Anfang

Saison mit seinen Gästen. Er versprach ihnen Champagner, falls es nicht schneien sollte. Damals gab es Schnee im Überfluss. Das war für alle ein Gewinn. Als diese Saison nach Weihnachten die letzte Piste zwischenzeitlich schliessen



Tages. Darauf haben sie sich seit dem frühen Morgen gefreut. Charlene geht mit Lama Montana an der Spitze des lustigen Trosses. Die kleine Lucy ist sofort vernarrt in Fritz. Und am Ende des Spaziergangs steigt die ganze Karawane in die Seilbahn. Ganz spontan. Fast alle haben Platz darin, die Tiere sind sich das Bahnfahren gewohnt.

Später posieren beide Kinder beim Hotel noch mit Sam, dem Alpaka mit Charme. Sam macht Kapriolen, und dann wird sogar Charlene langsam müde. Es war aber auch ein ereignisreicher Tag. Niemand hat den Schnee vermisst. Und die Kleinste bestimmt, wann fertig lustig ist. Ihr gehört auch das letzte Wort: «Ich mag nümmä!» ●



Alternativprogramm zur Skipiste: Lama-Trekking in Braunwald GL.

## Keine Trübsal

◆ **Klimaerwärmung  
Höhere Temperaturen  
stellen Skiorte vor neue  
Herausforderungen.  
Gefragt ist ein Plan B.**

Letzte Woche ist er doch noch gekommen, der Schnee. Doch Fakt bleibt: Die Winter werden immer wärmer. Laut neusten Studien ist die Durchschnittstemperatur in der Schweiz zwischen 1864 und 2012 um 1,75 Grad gestiegen, die Nullgradgrenze liegt heute im Winter rund 300 Meter höher als noch in den 1960er-Jahren. Für Christophe Clivaz vom Institut für Geografie und Nachhaltigkeit der Uni Lausanne ist klar, dass sich die Schweizer Skigebiete neu orientieren müssen, wenn sie ihr Überleben langfristig sichern möchten. Etwa durch die Fokussierung auf kulturelle oder gastronomische Aspekte. Ein Beispiel sei der Monte Tamaro im Tessin, der sich vom Wintersport verabschiedet hat und auf einen Erlebnispark mit Rodelbahn und die Kirche von Mario Botta setzt. Diesen Winter waren viele Tourismusregionen gezwungen, kreativ zu werden und Alternativprogramme anzubieten. So waren zum Jahresanfang immer noch mehrere Sommerrodelbahnen, Klettersteige und Seilparks geöffnet, Wandern und Mountainbiken waren angesagt.

Im Dorf von Engelberg OW etwa lag zwar kaum Schnee, dennoch konnten Kinder auf der Klostermatte ihre ersten Skierfahrungen sammeln. Die Kinder- und Anfängeranlagen wurden in Betrieb gehalten, ebenso die Langlaufloipe.

«Es ist eine spezielle Situation», sagt Marco Zemp von Engelberg-Titlis Tourismus. «Auf der einen Talseite, beim Titlis, wird ohne grosse Einschränkungen Wintersport betrieben, auf der anderen, beim Brunni, herrscht Sommer- bzw. Herbstbetrieb.» Für Zemp ist das Ganze kein Grund, Trübsal zu blasen: «Viele Gäste schätzen die Situation und geniessen es, morgens Ski zu fahren und nachmittags zu wandern.»

«Bei uns läuft der Wintersport, die Gäste sind so weit zufrieden», sagt Monika König-Gottspöner, Leiterin Kommunikation der Aletsch-Arena mit den Ferienorten Riederalp, Bettmeralp und Fiesch-Eggishorn. Das Walliser Skigebiet profitiert von seiner Höhe zwischen 1845 und 2869 m ü. M. Doch auch hier gibt es Einschränkungen in Bezug auf Schlitteln und Skifahren. Dafür können die Gäste die Schlittelstrecke mit dem Fat Bike absolvieren oder sich die Technik der Bergbahnen und Beschneiungsanlagen erklären lassen. ●

Fotos: Yannick Andrea