

# Engadiner Post

## POSTA LADINA

Amtliches Publikationsorgan der Region Maloja und der Gemeinden Sils, Silvaplana, St. Moritz, Celerina, Pontresina, Samedan, Bever, La Punt Chamues-ch, Madulain, Zuoz, S-chanf, Zernez und Scuol. Informationsmedium der Regionen Bergell, Oberengadin, Engiadina Bassa, Samnaun und Val Müstair.

**Clinica Holistica** Im Interview mit der EP/PL nimmt der Klinikdirektor Philippe Widmer Stellung zu Fragen rund um das Thema Burnout. Gewisse Früherkennungs-Zeichen sollen ernst genommen werden. **Seite 4**

**Scuol Classics** In gën vain preschantada la Nouvavla Sinfonia da Beethoven a Scuol. Per la prüma jada vain chantada l'Oda a l'algrezcha in rumantsch. La premiera ha lö quist'eivna in America. **Pagina 5**

**Bangkok** Eines wusste David Hartwig aus Bever immer: Er wollte längerfristig nicht in der Schweiz leben. Nach einer Kochlehre und verschiedenen beruflichen Stationen ist er heute in Bangkok als Chefkoch. **Seite 6**

## In der Langzeitpflege bricht ein neues Zeitalter an

**Ende Mai wird Promulins offiziell eröffnet. Im November folgt Du Lac. In den Alterszentren in Samedan und St. Moritz hat es Platz für maximal 120 Bewohner. Beide Zentren werden schrittweise in Betrieb genommen.**

RETO STIFEL

«Was lange währt, wird endlich gut.» So abgedroschen diese Redensart auch ist – im Falle der Langzeitpflege im Oberengadin passt sie sehr gut. Bereits 2007 hatte die damals zuständige Kommission des Kreises Oberengadin die Planung eines neuen Pflegeheims eingeleitet. Jetzt, 17 Jahre später, sind es sogar zwei Pflegeheime, die in Betrieb genommen werden. In Promulins in Samedan ist die offizielle Eröffnung Ende Mai, die Bewohnerinnen und Bewohner ziehen in der ersten Julihälfte um. Das Pflegezentrum Du Lac in St. Moritz folgt dann im November.

### Vierjährige Startphase

Je 60 Plätze können an den beiden Standorten angeboten werden, in St. Moritz zusätzlich 17 Alterswohnungen. Die 120 Pflegeplätze werden nicht alle auf einmal in Betrieb genommen. Gemäss dem bereits früher kommunizierten Businessplan geht man von einer vierjährigen Startphase aus. Spätestens dann sollten alle Betten belegt sein, damit die beiden Alterszentren kostendeckend betrieben werden können. Bis es so weit ist, müssen die Gemeinden die jährlichen Defizite ausfinanzieren, im Worst Case können das bis zu drei Millionen Franken jährlich sein, plus ein reduzierter Mietzins, welcher von den Gemeinden mit 770'000 Franken pro Jahr subventioniert wird. «Die 120 Betten sind keine Luxus-



Im kommenden November eröffnet das neue Alterszentrum Du Lac in St. Moritz seine Türen (oben). Bereits Ende dieses Monats gilt für das Alterszentrum Promulins in Samedan das Gleiche.

Fotos: Reto Stifel

berechnung. Das zeigt nur schon die demographische Entwicklung klar auf», sagt Susanne Stallkamp, CEO der Stiftung Gesundheitsversorgung Oberengadin (SGO). Sie geht davon aus, dass die Betten schneller belegt sind, als viele heute denken. Die SGO wird die beiden Alterszentren operativ führen. Baurträger sind die Gemeinden. Im Falle von Samedan ist es die Promulins AG mit den Gemeinden von Celerina und Pontresina talabwärts. Das Du Lac wird von St. Moritz, Silvaplana und Sils erstellt.

### Eine Frage, die die Region spaltete

Dass die 120 Plätze nicht zentral am bereits bestehenden Standort Promulins gebaut werden, ist auf das Volks-Nein zu einem Kredit von 64,5 Millionen Franken für ein neues, zentrales Pflegeheim beim Spital in Samedan zurückzuführen. Nach der deutlichen Ablehnung des Kredits 2014 drohte ein Stillstand – die Oberengadiner Gemeinden waren sich hinsichtlich der Zukunft der Langzeitpflege uneins. Eine zentrale oder dezentrale Lösung, private respektive teilprivate Trägerschaften oder doch die öffentliche Hand, diese Fragen spalteten die Region. Klar war einzig, dass dringender Handlungsbedarf besteht. Das 1979 gebaute und 1993 mit einem Pflegeheimtrakt erweiterte Alterszentrum Promulins genügt den Ansprüchen an ein zeitgemässes Pflegeheim bei weitem nicht mehr.

### In zwei Wochen offizielle Eröffnung

St. Moritz, Pontresina, Silvaplana und Sils beschlossen in der Folge, am Standort Du Lac in St. Moritz ein eigenes Alterszentrum zu bauen. Die Unterliegergemeinden einigten sich notgedrungen auf einen Neubau am Standort Promulins. Nachdem die Pontresiner Stimmbevölkerung den Projektierungskredit für das Areal Du Lac abgelehnt hatte, beteiligte sich die Gemeinde ebenfalls am Bau in Promulins. Dort also wird in zwei Wochen die Eröffnung gefeiert. Die EP/PL hat einen Augenschein genommen und mit Susanne Stallkamp und Gabriela Busslinger, Leiterin der beiden Alterszentren, über die aktuellen und anstehenden Herausforderungen gesprochen. **Seite 3**



9 771661 010004



Kanton Graubünden  
Chantun Grischun  
Cantone dei Grigioni

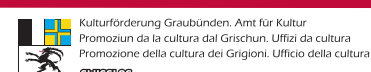
Alle aktuellen Projekte  
und Veranstaltungen unter



500.gr.ch

## GRAUBÜNDEN FEIERT!

Mit einer Vielzahl an Veranstaltungen und Projekten erinnern wir uns dieses Jahr an den Zusammenschluss der Drei Bünde von 1524 zum Freistaat der Drei Bünde – dem Vorläufer des heutigen Kantons. Feiern Sie mit!



FREISTAAT DER DREI BÜNDE  
STADI LIBER DA LAS TRAIS LIAS  
LIBERO STATO DELLE TRE LEGHE



St. Moritz

## Volksabstimmung vom 9. Juni 2024

Eidgenössische Vorlagen

1. Prämien-Entlastungs-Initiative
2. Kostenbremse-Initiative
3. Volksinitiative "Für Freiheit und körperliche Unversehrtheit"
4. Bundesgesetz über die sichere Stromversorgung mit erneuerbaren Energien

Gemeinde St. Moritz  
13. Mai 2024

## Veranstaltung

### Neue Sportarten kennenlernen

**Samedan** Am 25. Mai findet der Tag des Bündner Sports in der Promulins Arena von 10.00 bis 16.00 Uhr statt. Der Tag des Bündner Sports würdigt die wichtige Arbeit der Sportvereine und gibt allen Teilnehmenden die Möglichkeit, neue Sportarten und viele spannende Aktivitäten auszuprobieren. Der vierte Tag des Bündner Sports findet an sieben verschiedenen Austragungs-orten im Kanton Graubünden statt und Samedan ist einer davon. Es sind alle in der Promulins Arena willkommen, gerne mit Sportsachen (am besten Hallenturnschuhe). Von 13.00 bis 14.30 Uhr gibt es zusätzlich ein spezielles Programm für Menschen mit Beeinträchtigung, welche sich im Tennis ausprobieren möchten. Es wird gebeten, die öffentlichen Verkehrsmittel zu nutzen, da nur begrenzte Parkplätze zur Verfügung stehen. (Einges.)

Weitere Infos: 081 851 07 47 oder auf [www.promulins-arena.ch](http://www.promulins-arena.ch).

## Engadiner Post

POSTA LADINA

Generalanzeiger für das Engadin  
Erscheint: Dienstag, Donnerstag und Samstag  
Auflage: 6985 Ex. (Print/Digital), Grossauflage 18 083 Ex. (WEMF 2023)  
Im Internet: [www.engadinerpost.ch](http://www.engadinerpost.ch)

**Redaktion St. Moritz:**  
Tel. 081 837 90 81, [redaktion@engadinerpost.ch](mailto:redaktion@engadinerpost.ch)  
Via Surpunt 54, 7500 St. Moritz

**Redaktion Scuol:**  
Tel. 081 861 60 60, [postaladina@engadinerpost.ch](mailto:postaladina@engadinerpost.ch)  
Bagnera 198, 7550 Scuol

**Inserate:**  
Tel. 081 837 90 00, [werbemarkt@gammetermedia.ch](mailto:werbemarkt@gammetermedia.ch)

**Abo-Service:**  
Tel. 081 837 90 00, [abo@engadinerpost.ch](mailto:abo@engadinerpost.ch)

**Verlag:**  
Gammeter Media AG  
Tel. 081 837 90 00, [verlag@gammetermedia.ch](mailto:verlag@gammetermedia.ch)

Verlegerin: Martina Flurina Gammeter  
Chefredaktor: Reto Stifel  
Verlagsleiterin: Myrta Fasser

Redaktion Engadiner Post: Jon Duschetta (jd), Andrea Gutsell (ag), Fadina Hofmann (fh), Jan Schlatter (js)  
Redaktion Posta Ladina: Nicolo Bass (nba), Stv. Chefredaktor  
Technische Redaktion: Morgan Fouqueau  
Korrektur: Birgit Eisenhut (be)  
Online-Verantwortlicher: Jan Schlatter (js)  
Korrespondenten: Stephan Kiener (skr), Katharina von Salis (kvs), Urs Rauschenbach-Dallmaier (urd), Giancarlo Cattaneo (gcc), Mayk Wendt (mw), Fabiana Wieser (faw), Denise Muchenberger (dem), Birgit Eisenhut (be), Stefanie Wick Widmer (sww), Imke Marggraf (ima), Jürg Baeder (jüb), Elisabeth Bardill (eba), Not Janett (nja), Corina Kolbe (cko), Ester Mottini (emo), Urs Oskar Keller (uok), Sabrina von Elten (sve).

**Agenturen:**  
Schweizerische Depeschagentur (Keystone/SDA)  
Fundaziun Medias Rumantschas (FMR)

**Inserate:**  
Gammeter Media Werbemarkt, Via Surpunt 54, 7500 St. Moritz  
Telefon 081 837 90 00  
E-Mail: [werbemarkt@gammetermedia.ch](mailto:werbemarkt@gammetermedia.ch)

**Abonnementspreise Print+ (Digital und Print):**  
Inland: 1 Mt. Fr. 26.- 6 Mte. Fr. 143.- 12 Mte. Fr. 258.-  
Abonnementspreise Ausland:  
1 Mt. Fr. 41.- 6 Mte. Fr. 218.- 12 Mte. Fr. 438.-

**Abonnementspreise Digital**  
Inland: 1 Mt. Fr. 20.- 6 Mte. Fr. 118.- 12 Mte. Fr. 215.-  
Alle Preise inkl. MwSt.

Ferienumleitungen innerhalb der Schweiz sind gratis, ins Ausland mit Portoverrechnung.

Die in dieser Zeitung publizierten Inserate dürfen von Dritten weder ganz noch teilweise kopiert, bearbeitet oder sonstwie verwendet werden. Ausgeschlossen ist insbesondere auch eine Einspeisung auf Online-Dienste, unabhängig davon, ob die Inserate zu diesem Zweck bearbeitet werden oder nicht. Jeder Verstoß gegen dieses Verbot wird vom Verlag rechtlich verfolgt.

# Der Druck des Weissen Turmes ist (fast) vollendet

In seinen Einzelteilen gibt es ihn schon beinahe, den höchsten digital gedruckten Turm der Welt. Die Werkhalle der Uffer AG in Savognin beherbergt momentan die meisten Säulenelemente für Origen's Weissen Turm von Mulegns und bereitet diese für die nächsten Schritte vor. Die Eröffnung ist für Ende September geplant.

Das Projekt «Tor Alva» vereint nicht nur Hochschule und Kulturinstitution, sondern sorgt auch für einen wertvollen Wissens- und Erfahrungsaustausch zwischen der ETH Zürich und regionalen Industriepartnern im Feld der digitalen Baukultur. Die Realisierung der marktreifen Spitzenforschung leistet einen wesentlichen Beitrag zum globalen Durchbruch dieser neuartigen, digitalen und ressourcenschonenden Bauweise und Architektur. Das schreibt die Kulturorganisation Nova Fundaziun Origen in einer Mitteilung.

Seit dem Druckbeginn auf dem Höggerberg in Zürich hat sich viel getan: Die meisten Säulenelemente des Weissen Turmes sind bereits gedruckt und befinden sich im Val Surses in der Werkhalle der Uffer AG. Dort werden sie aktuell zu Säulenmodulen zusammengebaut. An einer kürzlich erfolgten Medienorientierung haben die Projektbeteiligten die Herausforderungen, die sich bei diesem Projektabschnitt ergeben erläutern und die konkreten Schritte im nächsten Monat skizziert.

### Eröffnung im September

Die Eröffnung des Weissen Turmes wird nicht wie ursprünglich angekündigt am 25. Juni stattfinden, sondern verschiebt sich auf Ende September. Die konsequente Verschlingung der Statik und die Reduktion des Materialverbrauchs haben neue Testreihen verlangt, die erfolgreich verlaufen sind und das Gewicht des Turmes weiter verringert haben. Die Verankerung des Turms im denkmalgeschützten Bestand und unerwartete natürliche Asbestvorkommen im Untergrund des



Die mittels 3D-Drucktechnologie erstellten Betonelemente zum Bau des Weissen Turms von Mulegns liegen in der Lagerhalle der Uffer AG in Savognin bereit.  
Foto: Mathias Kunfermann

Turmes haben zusätzlich die Fundamentierung verzögert.

Das Zusammenfügen, der Transport und die Montage der Säulen sind hochkomplexe Herausforderungen für die es keine Erfahrungswerte gibt. Aus diesen Gründen hat die Bauherrschaft beschlossen, die Eröffnung auf Ende September zu verschieben.

### Besuch der Baustelle möglich

Für Freunde der digitalen Fabrikation eröffnet Mulegns ab Juli dennoch spannende Besuchsmöglichkeiten. Der Garten des neu eröffneten Hotel Löwe erlaubt einen umfassenden und sicheren Blick auf den Bauplatz und die «fliegenden» Säulen, die mittels eines hohen Kranes auf die Baustelle gehievt werden. In der Kutschenremise werden digitale Filminstallationen

eingerrichtet, die den Bauprozess begleiten und die neuen Möglichkeiten digitaler Bildwelten demonstrieren. Origen's KI-generierter Zuckerbäckerfilm «Baron Ledoux» wird im Loop auf grosser Leinwand gezeigt. Die grossen Baumodelle des Weissen Turmes zeigen die Entwicklung des höchsten digital gedruckten Bauwerks der Welt.

Für den Besuch in Mulegns wird ein attraktives Kombiticket angeboten. Dieses umfasst die Reise mit öffentlichen Verkehrsmitteln ab allen Haltestellen in Graubünden nach Mulegns und zurück, den Besuch der Filmvorführungen und der digitalen Ausstellung sowie eine kleine Baustellenmahlzeit. Für Gäste aus dem Unterland gilt das ÖV-inklusive-Angebot ab und bis Landquart.

### Dorfbelebung, digitale Transformation

Die Zusammenarbeit von Origen mit der ETH Zürich und den Bündner Industriepartnern Zindel United, Invia AG, Uffer AG und dem Ingenieurbüro Konzett und Partner entfaltet breite volkswirtschaftliche, technologische und architektonische Wirkungen. Als weltweites Unikat trägt der Weisse Turm zur Belebung des von Abwanderung gefährdeten Bergdorfes Mulegns bei, fördert einen sanften und hochwertigen Tourismus in der Region, erhöht die Lebensqualität im Val Surses, schafft einen regionalen und internationalen Wissenstransfer und profiliert den Kanton Graubünden und die Schweiz architektonisch und kulturell.

Nova Fundaziun Origen

## Fliri auf dem Podest des Calvenschiessen

**Schiesssport** Am Samstag fand in Davos das traditionelle Calvenschiessen zum 60. Mal statt. Das Calvenschiessen wird seit dem Jahr 1927 in Erinnerung an die Schlacht an der Calven 1499 auf die Distanzen Gewehr 300 Meter und Pistole 50 Meter durchgeführt. Es ist das einzige historische Schiessen im Kanton Graubünden, findet alternierend in Davos und Müstair statt und geschossen wird nur mit Ordonanzwaffen. Das Calvenschiessen verbindet Tradition mit sportlichem Wettkampf und Gesellschaft.

Insgesamt 55 Gruppen aus der ganzen Schweiz mit jeweils sechs Schützinnen und Schützen waren in Davos angetreten. 330 Schützen versuchten an den beiden Standorten Islen und Landgut auf den Calvenscheiben ihr Glück. Die Calvenstandarte in Empfang nehmen durfte dabei in der Sparte Gewehr 300 Meter die Gruppe des Schützenvereins Rothenbrunnen mit 651 Punkten, vor dem Schützenverein Schiers mit 629 Punkten. Das Podest komplettierte die Gruppe SV Tomils mit ebenfalls 629 Punkten. In der Pistolenwertung 50 Meter gewann die Gruppe Schützengesellschaft Liestal mit 628 Punkten vor der Gruppe Stadtschützen Chur mit 610 Punkten und

dem Pistolenverein Zunzgen Tenniken mit 605 Punkten. Die Einzelwertung Pistole 50 Meter gewann Urs Solèr der Stadtschützen Chur mit 114 von 120 Punkten. Zweiter wurde Arnold Walter (Stadtschützen Luzern) mit 112 Punkten und Rang drei ging an Manfred Kocher (SV Zunzgen Tenniken) mit ebenfalls 112 Punkten.

Bei den Gewehrscützen holte Stefan Furrer (FSG Beinwil) den Tagessieg mit 113/120 Punkten vor den Bündnern Silvia Platz (SV Rothenbrunnen) mit ebenfalls 113 Punkten und Fadri Fliri (Müstair) auch mit 113 Punkten.

Die Schlacht an der Calven zwischen den Drei Bünden und dem Schwäbischen Bund fand am 22. Mai 1499 in der Val Müstair auf dem Gebiet der Gemeinden Taufers und Mals statt und war eine Auseinandersetzung während des Schwabenkrieges.

In dieser Schlacht fiel auch der bischöfliche Hauptmann Benedikt Fontana, dem im Churer Fontanapark ein Denkmal gesetzt wurde. Die Niederlage des habsburgischen Heers an der Calven war der entscheidende Sieg der Bündner im Schwabenkrieg. Er gilt zudem als eigentliche Geburtsstunde des Freistaats der Drei Bünde, der sich 1524 endgültig festigte. (Einges.)

Nächste Kultur- und Kirchenführung

### «Aus der Geschichte des Kirchengesangs im Oberengadin»

Frizzonis romanische Lieder des 'Cudesch' haben sich Generationen von Kirchenbesucher eingepreßt. Wir singen - begleitet von der Orgel - die schönsten Frizzoni Lieder und weitere Lieder aus dem Coral. Dazwischen erzählt Walter Isler aus der Geschichte des Kirchengesangs und stellt Originale von Liederbüchern aus dem 17./18. Jahrhundert vor.

**Treffpunkt ist am Sonntag, 26. Mai 2024 um 15.15 Uhr** in der Dorfkirche Samedan.

Dauer bis ca. 16.45 Uhr. Keine Gesangsvorkenntnisse nötig. Eintritt frei. Keine Anmeldung erforderlich.

[www.baselgias-engadinaisas.ch](http://www.baselgias-engadinaisas.ch)

Walter Isler (Führung) und Jürg Stocker (Orgel)



Für regionale Berichte ist die Redaktion dankbar.

[redaktion@engadinerpost.ch](mailto:redaktion@engadinerpost.ch)

# In zwei Monaten herrscht hier bereits reger Betrieb

**Das lange Warten hat ein Ende. Mitte Juli werden die Bewohner und Bewohnerinnen im neuen Alterszentrum in Promulins ihre Zimmer bezogen haben. Die EP/PL hat einen Augenschein genommen. Baulich wird auf die Eröffnung alles bereit sein. Herausfordernd ist und bleibt die Situation beim Pflegepersonal.**

RETO STIFEL

In das Zimmer könnte morgen schon jemand einziehen. Noch fehlt zwar das Mobiliar, doch die Lampen sind montiert, die Einbauschränke stehen, die Nasszelle ist picobello geputzt. Die Zimmer – je nach Wunsch mit Blick auf die Berge oder auf den Bahnhofsbetrieb – sind mit modernster Technologie ausgerüstet. Mittels Sensorüberwachung können beispielsweise ungewöhnliche Bewegungen einer Bewohnerin registriert werden. Auch wenn jemand ohne Hilfe aufsteht oder jemand stürzt, wird das in der Stationsleitung registriert. Technologie also, die der Sicherheit der Bewohnerinnen und Bewohner dient.

## «Promulins und Du Lac sind zwei grossartige Häuser»

Gabriela Busslinger

Die hellen Zimmer sind auf drei Geschossen angeordnet. Im Erdgeschoss befindet sich neben dem Sekretariat auch die Cafeteria. Im hinteren Teil des Gebäudes liegt die Abteilung für Personen mit einer Demenzerkrankung. Sie werden später einen direkten Zugang zu einem speziell auf ihre Bedürfnisse ausgerichteten Garten haben. In den beiden oberen Geschossen befinden sich entlang des grosszügigen Korridors die Zimmer. Allesamt Einzelzimmer mit Nasszelle, ein paar wenige Einheiten haben eine Verbindungstür zum Nachbarzimmer – diese können beispielsweise von Ehepaaren bewohnt werden. Am Ende des Gangs befindet sich ein heller Wintergarten, welcher als gemütlicher Aufenthaltsraum eingerichtet wird und zum zentralen Treffpunkt werden kann. Ein anderer, wichtiger Ort, um sich zu treffen, ist der Essraum, welcher in zwei Räume aufgeteilt werden kann, um den unterschiedlichen Ansprüchen der Bewohnenden gerecht zu werden. Pro Stock hat es je ein Stationszimmer und ein Büro für die Stationsleitung. Sämtliche öffentlichen zugänglichen Räume sind in unterschiedlichen Pastellfarben gehalten. Im Dachgeschoss sind die Personalgarderoben untergebracht und die ganze Technik.

«Wir dürfen stolz sein. Promulins und Du Lac sind zwei grossartige Häuser, in denen sich die Bewohnerinnen und Bewohner wohlfühlen – und sicher versorgt sein werden», freut sich Gabriela Busslinger.

Sie wird für die SGO die Gesamtleitung der beiden Alterszentren in St. Moritz und Samedan übernehmen. Die Inbetriebnahme der beiden Häuser sei für die jetzigen und künftigen Be-

## «Personell und baulich sind wir auf die Eröffnung bereit»

Gabriela Busslinger

wohner, aber auch für die Angehörigen eine grosse Entlastung. Bis es so weit ist, ist noch die eine oder andere Herausfor-

derung zu bewältigen: Beispielsweise beim Einrichtungsmobiliar, welches zwar rechtzeitig bestellt wurde, aber nun mit Lieferverzögerungen zu rechnen ist. Oder der bevorstehende Umzug der Bewohnerinnen und Bewohner, welcher in den beiden ersten Juliwochen erfolgen soll. Und schliesslich hält auch der allgemein bekannte Mangel an Pflegefachpersonal die Verantwortlichen auf Trab. «Personell und baulich werden wir für die Eröffnung bereit sein», sagt Busslinger. Der Grossteil der Bewohnerinnen und Bewohner wird vom alten Promulins ins neue Gebäude ziehen. «Sie fühlen sich hier in Samedan wohl und möchten an ihrem vertrauten Standort bleiben.» 17 Personen, die das explizit gewünscht haben, bleiben noch bis November in ihren Zimmern im Altbau, bevor sie im November ins Alterszentrum Du Lac wechseln, wo in einer ersten Phase eine Station mit 24 Bewohnenden eröffnet wird.

Im Bereich der Pflege müssen die meisten Stellenprozente aufgebaut werden. «Fachpersonal in der Pflege ist sehr gesucht, hier liegt auch die grösste Herausforderung», sagt Susanne Stallkamp, CEO der Stiftung Gesundheitsversorgung Oberengadin. Das bereits rekrutierte Personal komme aus der ganzen Schweiz und dem angrenzenden Ausland. Allerdings gibt Stallkamp zu bedenken, dass der Anteil an Mitarbeitenden aus dem grenznahen Ita-

lien in der SGO im Vergleich zu den anderen Gesundheitszentren in der Region tiefer liege. «Wir sind immer erst das zweite Spital oder Alterszentrum nach der Grenze. Die Betriebe im Unterengadin, im Puschlav und Bergell liegen für Grenzgänger näher.»

## «Fachpersonal in der Pflege ist sehr gesucht»

Susanne Stallkamp

Dass sich der Mangel an Fachkräften auch auf die Löhne auswirkt, will Stallkamp nicht abstreiten. «Bei der Rekrutierung ist spürbar, dass sich die Bewerberinnen und Bewerber der Situation der Arbeitgeber bewusst sind», sagt sie. Weniger Probleme, genügend Personal zu finden, gebe es im Supportbereich, der Hotellerie beispielsweise oder im technischen Dienst.

Gabriela Busslinger erwähnt im Gespräch auch die Vorgaben in Bezug auf das Pflege-Fachpersonal, welche in Graubünden deutlich strenger seien als in anderen Regionen der Schweiz. Im Kanton Zürich beispielsweise sei der Anteil an Pflege-Fachpersonal deutlich reduziert worden, was eigentlich viel eher der Realität entspreche. «In der Alterspflege benötigt es vor allem viel Be-

treuung. Und die kann auch von Personen geleistet werden, welche nicht für die akute, hochkomplexe Pflege ausgebildet sind.» Als ein mögliches Beispiel nennt sie die Unterstützung beim Essen. Aber auch bei der Bereitstellung der Medikamente könnten Pflegefachpersonen entlastet werden. So arbeitet das Alterszentrum Promulins seit einiger Zeit mit der lokalen Apotheke zusammen, welche die Medikamente pro Bewohner und Tag fixfertig verpackt liefert. «Die Anpassung solcher Prozesse bedeutet nicht, dass die Pflege schlechter wird», sondern dass diese von Arbeiten entlastet wird, welche durch anderes Personal übernommen werden kann», betont Busslinger.

Schon bald heisst es für die Bewohnenden umzuziehen. Sie dürften sich wünschen, in welchem Zimmer sie in Zukunft wohnen möchten. Lieber mit Blick ins Grüne und in die Berge oder doch lieber über das Bahnhofssareal, wo tagsüber viel Betrieb herrscht. Auch die Wünsche der Mitarbeitenden sind gemäss Busslinger so weit wie möglich berücksichtigt worden. Seit gut einem Monat ist bekannt, wer in welchem Team unter welcher Führung arbeiten wird. «Die Resonanz war sehr positiv», freut sie sich. Von Anfang an sei aber auch kommuniziert worden, dass es während des gesamten Transformationsprozesses, und da spreche man von

mindestens noch einmal eineinhalb Jahren, auch viel Flexibilität gefordert sei. Auch das sei gut akzeptiert wor-

## «Versuchen wo immer möglich Synergien zu nutzen»

Susanne Stallkamp

den. Dass die beiden Alterszentren an zwei Standorten geführt werden, ist für die SGO als Betreiberin eine weitere Herausforderung. Dass es Synergieeffekte gibt, steht für Stallkamp ausser Zweifel. Gerade bei den leitenden Funktionen, die für beide Zentren die gleichen seien. Logistische Tätigkeiten wie beispielsweise die ganze Hauswirtschaft oder der technische Dienst müssten aber an beiden Standorten präsent sein. Die Essensauslieferung vom Spital aus an beide Standorte sei ebenfalls mit einem höheren Aufwand verbunden. «Wir versuchen wo immer möglich Synergien zu nutzen. Gewisse Ressourcen können bei zwei Standorten aber nicht geteilt werden. Das erfordert einen logistischen und personellen Mehraufwand.»

Das Alterszentrum Promulins wird am Freitagabend, 31. Mai, offiziell eröffnet. Am Samstag, 1. Juni, gibt es einen Tag der offenen Tür für das Personal und die Öffentlichkeit.



SGO-CEO Susanne Stallkamp, die Gesamtleiterin der Alterszentren, Gabriela Busslinger und Gianna Raselli, SGO-Kommunikation (von links) auf einem der Stockwerke mit den Zimmern. Ein Zimmer mit Blick auf den Bahnhof (oben links) und ein Teil des Aufenthaltsraum.

Fotos: Reto Stifel



# Der Mensch ist gleich geblieben, die Arbeitswelt hat sich verändert

**Philippe Widmer ist seit dem 1. Dezember 2023 Klinikdirektor der Clinica Holistica in Susch. Im Interview erklärt er, wie man vielleicht einem Burnout vorbeugen kann oder weshalb ihm das Engadin so gefällt.**

**Herr Widmer, wie beugen Sie einem Burnout vor?**

Philippe Widmer: Vielleicht, indem ich nicht ganz so gewissenhaft bin. Vielleicht bin ich auch ein bisschen weniger perfektionistisch und kompetitiv und lege zudem die Latte für meine persönlichen Leistungen nicht so hoch. Spass beiseite – solche Persönlichkeitsmerkmale können zwar zur Entwicklung eines Burnouts beitragen, müssen aber bei weitem nicht immer dazu führen.

**Sie denken, dass Perfektionismus und ein zu hohes Pflichtbewusstsein zu einem Burnout beitragen können?**

Ja, das denke ich durchaus. Diese Charaktereigenschaften können einen günstigen Nährboden darstellen, aber die Gründe, die zu einem Burnout führen, sind oft vielfältig. Was mir auch hilft, ist die Tatsache, dass ich auf eine tolle Familie mit vier Kindern zählen kann, einen erfüllenden Job habe und ein gutes und stabiles soziales Netzwerk, also physisch, nicht elektronisch. Das alles hilft, ist aber trotzdem kein absoluter Schutz gegen ein Burnout. Ich schätze mich glücklich, dass ich zu den Menschen gehöre, die etwas besser mit Stress oder anderen Belastungen umgehen können.

**Weshalb gibt es denn so viele Leute mit Burnout?**

Da spielen sicher externe Faktoren eine grosse Rolle. Der Mensch ist eigentlich immer noch gleich wie vor 50 oder 60 Jahren. Die Arbeitswelt und das Privatleben haben sich aber in dieser Zeit komplett geändert. Der Druck auf die Produktivität ist stark angestiegen, sicher auch wegen der Globalisierung. Die meisten Unternehmen bewegen sich heutzutage in einem deutlich kompetitiveren Umfeld als noch in den Siebzigerjahren. Damals wurde beispielsweise ein Perfektionist für seine Arbeit gelobt. Heute jedoch fehlt ihm die Zeit, seine Arbeit in seinem Sinne beenden zu können, dies führt zu Frustration.

**Kommt denn ein Burnout tatsächlich nur vom Arbeiten oder steckt da noch mehr dahinter?**

In den meisten Fällen ist ein Burnout mit der Arbeit verbunden, es gibt aber auch andere Konstellationen, die zu da-



«An die primäre Prophylaxe glaube ich nicht», sagt Philippe Widmer.

Foto: z. Vfg

zu führen können. Man spricht zum Beispiel auch vom elterlichen Burnout. Stress kann auch von anderen Dingen herkommen, zum Beispiel bei Leuten, die überengagiert sind.

**Wie können wir alle einem Burnout vorbeugen?**

Im Internet findet man eigentlich viele Ratschläge zur Burnout-Prophylaxe. Doch niemand steht auf und sagt, jetzt will ich einem Burnout vorbeugen. Was sicher vielversprechend ist, ist die Sensibilisierung und die Entstigmatisierung. Wenn gewisse Zeichen früher identifiziert werden, kann man entsprechend schneller reagieren und besser damit umgehen. An die primäre Prophylaxe glaube ich nicht.

**Wie bemerkt man ein Burnout?**

Die Frühsymptome können zum Beispiel Schlafstörungen, körperliche oder mentale Erschöpfung sein. Oft findet auch eine Distanzierung zu seinem Beruf statt, vielleicht sogar ein gewisser Zynismus der Arbeit gegenüber.

Es kann auch zu einem Gefühl des Kontrollverlustes führen, aber grundsätzlich unterscheiden sich die Symptome von Mensch zu Mensch.

Wichtig wäre eine Früherkennung, so dass sich ein Burnout in vielen Fällen ambulant behandeln lässt. Ein stationärer Aufenthalt wird erst in Betracht gezogen, wenn die ambulante Therapie an ihre Grenzen kommt. Die meisten Patientinnen und Patienten, die wir in Empfang nehmen, sind seit Monaten nicht mehr im Arbeitsmarkt integriert. Die Therapie in einer Klinik ist offensichtlich mit höheren Kosten verbunden, was sich aber lohnt, wenn die Patientinnen und Patienten nach dem Aufenthalt eine schnellere Wiedereingliederung in den Arbeitsmarkt erleben. Der Standardaufenthalt in unserer Klinik dauert sechs Wochen. Unsere Erfahrung zeigt, dass das der beste Kompromiss ist zwischen den Vorteilen einer stationären Behandlung und dem Risiko, zu lange von der Realität entfernt zu bleiben.

**Und wie lässt es sich am besten therapieren?**

Wir legen hier grosses Gewicht auf Psychotherapie, dabei wird das Leben der Leute aufgerollt. Wir bieten Hilfe zur Selbsthilfe. Das heisst, die Person kann reflektieren und sich über ihre Ziele und Werte im Leben Gedanken machen. Es geht auch darum, die Warnzei-

chen früher zu erkennen. Das Therapieprogramm beinhaltet auch andere Angebote wie Kunsttherapie, Sporttherapie, Akupunktur, Tanz, Bewegung oder auch eine Kletterwand. Dort lernen die Leute, spätestens wenn sie oben sind, sich loszulassen und sicher abseilen zu lassen. Im Vordergrund bei all den Aktivitäten steht, dass sich die Leute keine ambitionierten Ziele setzen. Denn es ist unglaublich, welche hochgesteckte Ziele Menschen selbst bei ihren Hobbys verfolgen. Wichtig ist auch die Zusammenarbeit mit dem Sozialdienst, denn die Leute sind zum Teil sechs bis zwölf Monate ohne Arbeit, wenn sie bei uns ankommen. Da kommen dann oft auch noch soziale Probleme dazu.

**Geht es dabei auch darum, sein Leben umzustellen?**

Grundsätzlich sollten die Patientinnen und Patienten «Muskeln» für bestimmte Situationen trainieren, damit sie wissen, wie sie das nächste Mal mit einer ähnlichen Situation umgehen können. Ein Stück weit kann es auch eine Umstellung im Leben sein, zum Beispiel, in dem man sich überlegt, welche Arbeiten oder Ämter man besser abgeben sollte.

**Und was kann man tun, damit man nicht wieder ins gleiche Fahrwasser kommt?**

Eigentlich ist es das Ziel der Therapie, dass die Leute wieder ins «alte Fahrwasser», sprich in ihren angestammten Beruf zurückkehren können. Eine Langzeitstudie bei unserer Klinik hat gezeigt, dass es gelingt, den grössten Teil wieder in die Arbeitswelt zu integrieren. Wie bereits erwähnt, sind sie auch deshalb nicht länger als sechs Wochen hier, weil sie sonst zu lange ausserhalb der Realität sind.

**Fliessen Erkenntnisse aus der Praxis der Therapien und Fälle in die Arbeitswelt ein?**

Grössere Firmen betreiben durchaus seit zehn bis 15 Jahren Projekte zur Work-Life-Balance, aber gleichzeitig sind sie häufig börsenkotiert und stehen unter dem Druck der Aktionärinnen und Aktionäre. Es ist schwierig, den Nutzen dieser Initiativen abzuschätzen.

**Was sind Ihre Beweggründe, sich mit dieser Thematik zu befassen?**

Ich erhielt die unerwartete Möglichkeit, innerhalb der Gruppe diese Aufgabe zu übernehmen. Das hat mich gefreut, deshalb bin ich jetzt hier. Als Manager hat mich primär die Herausforderung gereizt, die Leitung einer auf Burnout spezialisierten Klinik zu übernehmen. Ich habe aber grossen Respekt vor den Aufgaben, die mich in dieser Position erwarten.

**Wie erleben Sie das Engadin?**

Ich bin sehr, sehr glücklich hier. Ich gehe langlaufen oder auf Skitouren, im Sommer dann wandern und Velo fahren. Das Gefühl ist ähnlich positiv wie damals, als ich in Montreal begonnen habe zu arbeiten: Vieles ist neu und will entdeckt werden. Allerdings ist es hier noch spezieller, auch weil sich alle Leute zu kennen scheinen und die Wege kurz sind. So verkaufen sie hier im Laden den Wein des Schwiegersohns, während ihr Sohn jeweils als Elektriker bei uns arbeitet. Man nimmt sich auch die Zeit, um miteinander zu reden. Zudem war es für mich auch der richtige Zeitpunkt für diesen Wechsel, weil meine Ambitionen und Ziele nicht mehr die gleichen sind wie noch vor 15 Jahren. Dafür ist mir die Lebensqualität wichtiger und die ist hier unübertroffen. Interview: Jürg Wirth

Philippe Widmer ist im Kanton Freiburg aufgewachsen und hat ursprünglich Pharmazie studiert. Nach ersten Stationen als Spitalapotheker hat es ihn in die Industrie gezogen, wo er seine Karriere in der Pharmawelt startete. Zwischendurch führte ihn sein Engagement bis nach Montreal oder nach Osteuropa. Seit dem 1. Dezember 2023 ist er nun Klinikdirektor der Clinica Holistica in Susch.

Dieser Artikel ist erstmals im Unterengadiner Gästetmagazin «Allegra» erschienen.

## Marina Kälin: Swiss Ski-Rookie des Jahres

**Auszeichnung** Zum zweiten Mal fand am Freitagabend die Swiss-Ski-Night by Sunrise statt. An der Schneesport-Gala in Zürich standen die erfolgreichsten Athletinnen und Athleten der vergangenen Saison unter dem Motto «Spotlight On Shining Champions» ebenso im Fokus wie jene, die hinter den Kulissen dazu beigetragen haben, die Sportler im Scheinwerferlicht erstrahlen zu lassen.

Rund 600 Gäste und Medienschaffende waren in der Halle 622 in Zürich-Oerlikon zugegen, um die Saison 2023/24, die eine der erfolgreichsten überhaupt für Swiss-Ski war, Revue passieren zu lassen. Herzstück des Abends stellte derweil die Award-Show dar, in welcher acht Trophäen in fünf verschiedenen Kategorien vergeben wurden.

Die Siegerinnen und Sieger lauten wie folgt: Zur Athletin des Jahres wurde

Lara Gut-Behrami in der Disziplin Ski Alpin gewählt, zum Athleten des Jahres Marco Odermatt und zum Alpine Rookie des Jahres wurde Livio Hiltbrand ernannt. Nordic Rookie des Jahres wurde die St. Moritzer Langläuferin Marina Kälin, die erst Anfang Jahr im deutschen Oberhof im Langlauf-Weltcup debütierte und im Februar an den U23-Weltmeisterschaften im slowenischen Planica im Skating-Massenstartrennen über 20 Kilometer U23-Weltmeisterin wurde.

Zum Freestyle Rookie des Jahres wurde ferner Fadri Rhyner, in der Disziplin Freeski gewählt, den Hidden Hero Award gewann Christoph Morandi, Buchhalter, den Social Media Award ging an Nicolas Huber, Snowboard Freestyle und der Outstanding Achievement Award an Mathilde Gremaud, Freeskis. Mitteilung Swiss Ski



Die Langläuferin und U23-Weltmeisterin Marina Kälin mit der Auszeichnung als Nordic Rookie des Jahres. Foto: Swiss Ski

# Premiera rumantscha a San Francisco

**La mità da gün vain preschantada la Nouvavla Sinfonia da Beethoven cul Golden Gate Symphony Orchestra an Chorus e cun üna tschinquantina da chantaduras e chantadurs indigens a Scuol. Per la prüma jada vain chantada l'Oda a l'algrezcha in rumantsch. La premiera ha lö quist'eivna in America cun partecipaziun d'üna delegaziun engiadinaisa.**

NICOLO BASS

Dals 13 fin als 16 gün vain preschantada quatter jadas la Nouvavla Sinfonia da Ludwig van Beethoven illa halla Gurlaina a Scuol. Quists concerts vegnan realisats cul Golden Gate Symphony Orchestra and Chorus da San Francisco suot la direziun dal dirigent grischun Urs Leonhardt Steiner. El viva fingià var quatter decennis in America ed ha fundà l'orchester avant passa 30 ons. Da la partida sun eir las musicistas indigenas Cinzia Regensburger e Nina Mayer cun üna tschinquantina da chantaduras e chantadurs da tuot la regiun. Intuot staran var 180 persunas sül palc immez la halla da Gurlaina. Per la prüma jada insomma gnarà chantada la Nouvavla Sinfonia da Beethoven eir in rumantsch.

## Duos concerts a San Francisco

La premiera rumantscha nun ha però lö a Scuol, dimpersè a San Francisco. Fingià quista fin d'eivna han lö duos con-

certs dal Golden Gate Symphony Orchestra and Chorus aint il Clock Tower a Benicia in vicinanza da San Francisco ed aint il Herbst Theatre a San Francisco. Sper l'Oda a l'algrezcha gnaran chantadas ulteriurs trais chanzuns rumantschas dal cor american. Eir üna delegaziun da chantaduras e chantadurs da l'Engiadina Bassa es viagiada quist'eivna in America per as participar als duos concerts. «Eu na decis infra üna secunda. Per mai d'eira evidaint cha quista pussibiltà nu possa mancantar», quinta Matthias Merz da Scuol cuort avant co partir per l'aventüra musicala. «Quista pussibiltà es unica ed eu m'allegri sülla fusium cun l'orchester american», declera'l. Cha fin uossa hajan las provas dal cor ad hoc gnü lö separà aint il Scuol Palace e cha uossa gnian missas insembel tuot las parts dal proget unic. «Nus provaran da sustegner il chor american e da muosar la pronunzcha dals plets rumantschs», disch Matthias Merz e s'allegra sül prüm inscunter.

## Viagiar e chantar

Eir Lidia Domenig da Sent viagia in America per chantar. «Da pudair cumbinar il chantar cul viagiar es adüna stat ün sömme. Ma chi vess mai cret, ch'eu poss chantar üna jada cun ün orchester a San Francisco?» Lidia Domenig es viagiada fingià plüssas jadas in America. «Però quista jada es la brama fich gronda ed eu nu sa propcha che chi'm speta». Fingià cur cha la gruppa Svizra riva a San Francisco ha lö la prüma prova cun l'orchester e cul cor american. In seguit han las Engiadinaisas ed ils Engiadinais temp duos, trais dis per imprendere a cognuoscher la cità e la regiun e lura ha fingià lö la prova



Matthias Merz (a schnestra) e Peder Rauch sun viagiats in America per chantar per la prüma jada l'Oda a l'algrezcha in rumantsch. fotografia: Nicolo Bass

general pels duos concerts intuorn San Francisco. In tuot han fat set persunas da l'Engiadina il viadi in America.

## Culla «Rhapsody in Blue»

Da la partida sülla turnea in America es eir la musicista Cinzia Regensburger da Scuol. Ella es svolada fingià ün per dis avant sur il grond mar per nüziar il temp ed exercitar la «Rhapsody in Blue» da George Gershwin cul orchester ame-

rican. Quista rapsodia vaiva ella sunà cul piano insembel cul orchester fingià avant duos ons a San Francisco. Uossa vain quella preschantada amo üna jada sco preprogram per la Nouvavla da Beethoven. Eir a Scuol cumainza lura il program da la saira culla «Rhapsody in Blue» da Cinzia Regensburger, accompagnada dal Golden Gate Symphony Orchestra suot la direziun dad Urs Leonhardt Steiner. Uschè cha'ls duos concerts in America cun partecipaziun

svizra, sun lura sco las prouvas generalas pels evenimaints a Scuol.

## Trais giubileums in üna

Fingià l'eivna chi vain tuorna la delegaziun Svizra a chasa. L'orchester ed il cor american seguan lura al principi da gün. Dürant duos eivnas varan lö provas intensivias i'l Scuol Palace ed illa halla Gurlaina. Tanteraint viagian las musicantas ed ils musicants americans tras tuot ils cumüns da l'Engiadina Bassa a dar concertins in fuormaziuns plü pitschnas ed a far gust pels quatter evenimaints illa halla Gurlaina. Quists concerts stan lura suot l'insaina da trais giubileums. D'üna vart esa precis 200 ons cha la Nouvavla Sinfonia da Ludwig van Beethoven es gnüda preschantada la prüma jada a Vienna. Dal rest es quai statta eir si'ultima sinfonia cumpletta. E precis avant 100 ons es gnüda preschantada la prüma jada la «Rhapsody in Blue» da George Gershwin a New York. Il terz giubileum es lura quel chi pertocca il plü ferm eir l'Engiadina Bassa, nempe il giubileum da 500 ons Stadi liber da las Trais Lias. Quist giubileum gnarà festagià a la premiera in gövgia, ils 13 gün, in preschentscha dal president da la Regenza grischuna, Jon Domenic Parolini. Eir el toccherà pro'ls prüms chi dodaran l'Oda da l'algrezcha la prüma jada in lingua rumantscha - almain in Svizra.

Daplü informaziuns e vendita da tickets sün [www.scuol-classics.ch](http://www.scuol-classics.ch)



Eir Lidia Domenig da Sent (a schnestra) ha cumbinà quist'eivna seis hobli: viagiar e chantar – e quai fin a San Francisco.

fotografia: Nicolo Bass

## Intant trais candidats pella suprastanza cumünala

**Tschernas Scuol** Las votantas ed ils votants da Scuol han dad eleger als 9 gün duos commembras o commembers per la suprastanza cumünala, nempe üna rapreschantanta o ün rapreschantant per la fracziun da Sent ed üna rapreschantanta o ün rapreschantant per la fracziun da Tarasp. Quistas duos caricas sun gnüdas vacantas causa la desditta dal rapreschantant da la fracziun da Tarasp, Daniel Stecher, d'ürant la perioda d'uffizi our da motivs persunals e causa l'elecziun dal rapreschantant da la fracziun da Sent, Chasper Alexander

Felix sco nouv manader da las Gestions tecnicas dal cumün da Scuol. Sco manader tecnic e collavuratur cumünal nu po el naturalmaing plü esser eir commember da la suprastanza.

Il cumün da Scuol ha publichà l'elecziun substitutiva per la perioda d'uffizi 2023 fin 2026 sülla pagina d'internet. Tenor l'artichel 31 da la constituziun dal cumün da Scuol, vain publichada mincha candidatura inoltrada in scrit il plü tard il prosem di da lavur sülla pagina d'internet e sül sistem digital dal cumün. Fin a Tschinquaisma sun

uschè publichadas trais candidaturas per las duos caricas. Per la rapreschantanza da la fracziun da Sent candidescha Seraina Guler. Ella es intant amo sainza concorrenza. Üna tscherna daja invezza per la rapreschantanza da la fracziun da Tarasp: Quia candideschan duos persunas, nempe Iwan Alexander Damerow e Denny Griep. Candidaturas per l'elecziun substitutiva pon gnir inoltradas fin al di da l'elecziun. (nba)

La glista actuala da las candidatas e dals candidats es publichada sün [www.scuol.net](http://www.scuol.net)

## Arrandschamaint

### Predgia cun cantatas da Bach

**Baselgia Scuol** In dumengia, ils 26 mai, ha lö üna predgia ün pa plü speciala illa baselgia refuormada da Scuol. Da dudir es nempe Pasquale Bonfitto a l'orgel. Il concert e la predgia da la ravaren-

da Dagmar Bertram sun dedicats al tema «Bap Segner» cun üna tscherna da cantatas da Johann Sebastian Bach. La predgia cun concert cumainza a las 10.00. (protr.)

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

Cun scanner il code QR as vezza ün video d'üna prova da chant cul cor indigen pels concerts da Scuol Classic a Scuol.



## Von Bever nach Bangkok

**David Hartwig hat seine Kochlehre in der Chesa Salis in Bever absolviert. Für ihn war klar: Nach der Ausbildung möchte er in die weite Welt hinausziehen. Nach diversen Stationen in Deutschland und den USA hat es ihn 2019 nach Bangkok verschlagen. Ein Treffen mit ihm in der asiatischen Weltmetropole.**

The St. Regis Hotel, Lobby, 17 Uhr. Ein mehrköpfiges Floristen-Team richtet gerade ein imposantes, etwa fünf Meter hohes Blumengesteck an. Etliche fleissige Hände zupfen zurecht, beugen das Ergebnis von allen Seiten, optimieren und schnippeln, es herrscht ein emsiges, speditives und einvernehmliches Treiben. Die Gäste in der Lobby nehmen davon kaum Kenntnis, sitzen bei einem Glas Champagner, bei Kaffee und Patisserie, unterhalten sich ange- regt.

Das Luxushotel «The St. Regis» im Bangkokener Nobelviertel Siam ist seit gut vier Jahren der Arbeitsplatz von David Hartwig. Denn dort, im Erdgeschoss des Hotels, hat der Bündner Drei-Sterne-Koch Andreas Caminada 2020 sein erstes IGNIV-Restaurant ausserhalb der Schweiz eröffnet. David Hartwig leitet die Küche und hat sich gemeinsam mit seinem Team bereits einen Michelin-Stern erköcht. Von Bever nach Bangkok, von den luftigen Bergen in das heiss-feuchte Klima, von einem Dorf, wo sich alle kennen, in eine Megastadt mit mehreren Millionen Menschen – ein Weg, der sich für den 33-Jährigen früh abzeichnete. «Ich habe den Kochberuf gewählt, weil es mich schon immer in die Welt hinausgezogen hat. Ich wusste, dass ich längerfristig nicht in der Schweiz leben möchte», erklärt er. Nach der Lehre in der Chesa Salis in Bever hat er unter anderem in den USA, in Deutschland und im Domleschg auf Schloss Schauenstein gearbeitet. Dort hat er auch Andreas Caminada kennen- und als Chef schätzen gelernt. «Ich habe ihm gesagt, dass er jederzeit auf mich zukommen könnte, falls er im Ausland etwas auf-



David Hartwig hat als Koch in Bangkok das gefunden, wonach er immer gesucht hat: «Hier fühle ich mich zuhause.»

macht.» Nach gut einem Jahr verliess er das Domleschg und brach mit seiner damaligen Freundin in Richtung New York auf, um dort für ein neues Restaurantkonzept zu kochen. «Doch schon nach vier Monaten spürte ich, dass ich in dieser Stadt nicht glücklich werden würde. Das Tempo ist hoch, der Druck immens, man befindet sich schnell in einem Hamsterrad.»

### Alles über Bord werfen

Just als er diesen Entscheid für sich persönlich fällte, erhielt er eine E-Mail vom Schloss Schauenstein. «Wir eröffnen ein IGNIV in Bangkok, und du wärst unser Wunschkandidat», lautete der Inhalt. Hartwig überlegte nicht lange. Obwohl er noch nie in Bangkok war und auch Asien nicht auf seinem Radar hatte, wollte er die Chance nutzen. Via Schweiz reiste er im November 2019 nach Bangkok, um die Eröffnung für April 2020

vorzubereiten. Kaum in Bangkok gelandet, «habe ich mich zuhause gefühlt. Ein Gefühl, das ich so in der Schweiz nie hatte.» Die geplante Eröffnung im April 2020 musste wegen Corona verschoben werden, Hartwig nutzte die Zeit, um sich in der Stadt einzufinden, anzukommen, sich in seinem Apartment einzurichten. Und: Um sich auf die Menschen dort einzulassen. «Ich habe gemerkt, dass ich meine Kommunikation und meinen Führungsstil anpassen muss. Hier herrscht eine komplett andere Arbeitskultur, ein respektvolles und friedliches Miteinander, teilweise sind die Thai schon fast ehrfürchtig gegenüber ihren Vorgesetzten.» Er hat sich also auch die Zeit genommen, in sich zu kehren und sich und seine Persönlichkeit zu reflektieren, über Bord zu werfen, was ihn bis anhin richtig erschien. Und sich auf diese Kultur, die von Respekt, Offenheit und Toleranz



Fotos: z. Vfg

geprägt ist, einzulassen. «Genau deshalb fühle ich mich hier auch so wohl. Fehler werden verziehen, man ist nachsichtig und niemals nachtragend.»

### Ein Haus am Meer

Nach über vier Jahren in diesem Land kann David Hartwig sagen, dass er seine Zukunft in Thailand plant. «Am liebsten würde ich zwischen Bangkok und Krabi am Meer hin und herpendeln. In Krabi würde ich mir gerne ein Haus bauen und eine Familie gründen.» In die Schweiz fliegt er meistens noch einmal im Jahr, und wenn, dann immer im Sommer. «Das Skifahren und den Schnee vermisse ich hier nicht, nein», sagt er lachend. Dies, obwohl er in seiner Jugend Eishockey spielte, gerne auf der Skipiste war, im Sommer hat er Fussball beim FC Celerina gespielt.

Die Schulzeit in St. Moritz habe er ebenfalls genossen, er habe schöne Er-

innerungen an das Engadin. Aber irgendwann wurde ihm alles zu eng, er wollte die Welt sehen, sich von anderen Kulturen inspirieren lassen, neue Seiten und Leidenschaften an sich entdecken. «Früher habe ich viel und gerne Party gemacht. Irgendwann wollte ich diese Zeit hinter mir lassen. In Bangkok habe ich neue Lebensinhalte gefunden, lege einen grossen Fokus auf den Sport.» So rennt er jeden Morgen zehn Kilometer, achtet gut auf Körper und Geist, saugt auf, was ihm diese Stadt alles an Möglichkeiten bietet. Und was vermisst er aus der Schweiz, neben Familie und Freunden? «Nichts! Oder doch, etwas kommt mir in den Sinn: Das Grillieren mit Freunden und Familien im Garten, mit einer kühlen Engadiner Brise. Das habe ich in unserem Haus in Bever extrem genossen.»

Denise Muchenberger



David Hartwig und Andreas Caminada (von hinten) haben auch Bangkok's Strassenküchen getestet. Das Igniv Bangkok hält seit 2022 einen Michelin-Stern.



# Der Engadiner Frühling lockt mit wilder Pracht

**Frühling** Der meteorologische Frühling hat, fix vorgegeben, am 1. März begonnen und macht schon Ende Mai dem Sommer wieder Platz. 20 Tage nach dem Start des meteorologischen begann auf der Nordhalbkugel am 20. März der kalendarische oder auch astronomische Frühling. Heuer überquerte die Sonne exakt um 4.06 Uhr den Himmelsäquator von Süd nach Nord und wechselte somit auf die nördliche Hemisphäre.

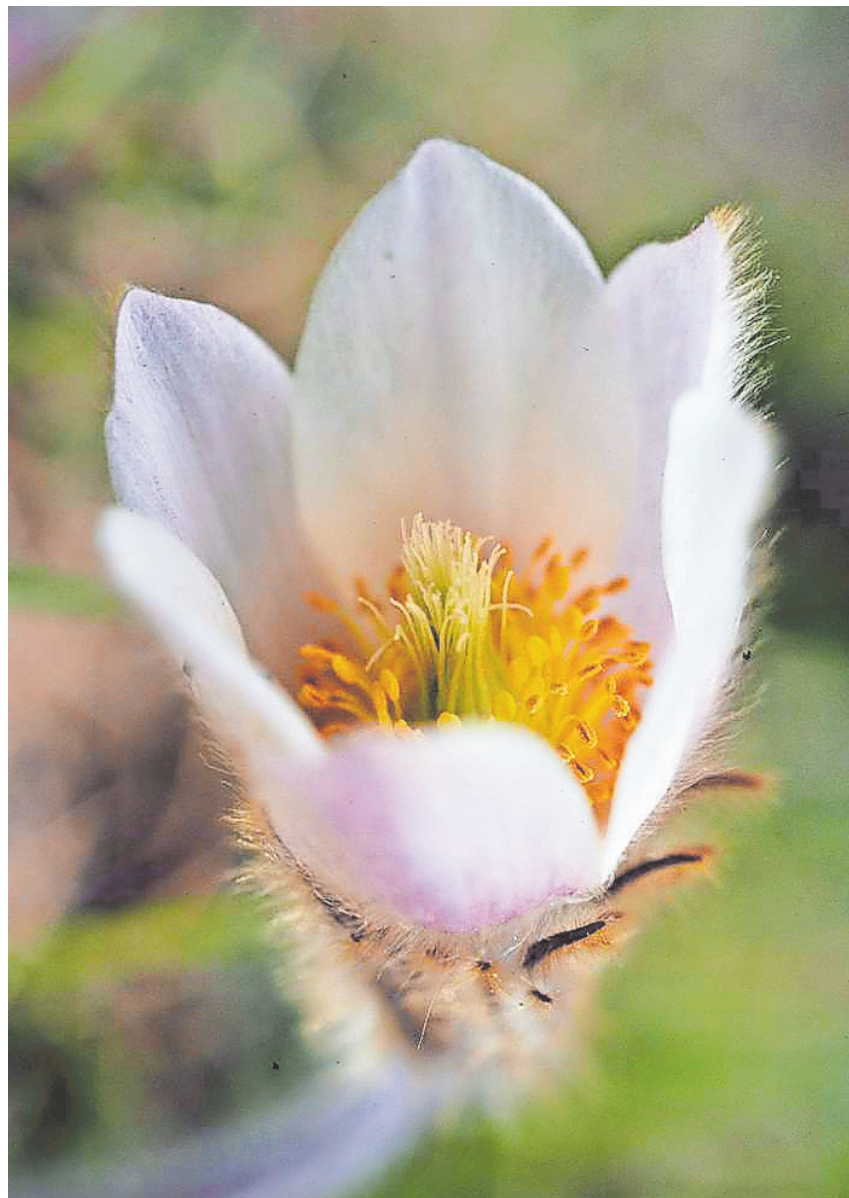
Die farbige Frühlingsblumenpracht verschiedener Wildblumen, kürzlich fotografiert von Jürg Baeder in der Val Müstair, täuscht allerdings etwas über das doch recht wechselhafte und manchmal gar überraschende Frühlingswetter hinweg, welches in den letzten bald drei Monaten in der Region den Ton angab.

Und wie immer zu dieser Jahreszeit, zeigt sich auch das Engadin, zwischen Maloja und Martina, in noch sehr unterschiedlichen Vegetationsstufen. Wo Wiesen und Wälder sich langsam grün färben, wo schon fleissig im Garten gearbeitet wird und wo schon längst Obstbäume und Blumen blühen. Dies kommt einer Einladung gleich, das Engadin in seiner ganzen Vielfalt zu erleben. (jd)



Es wird Frühling im Engadin und in den Südtälern. Die bekannten Blumen sind zurück oder werden, je nach Höhenlage, demnächst erscheinen. So zeigen sich schon vielerorts die wunderschönen Lärchenblüten.

Fotos: Jürg Baeder



Ebenso schön wie die Lärchenblüten zeigen sich am Boden die verschiedenen Frühlings-Wildblumen. Links, von oben: Mehlprimel, Wald-Sauerklee, Frühlingsenzian und Knospe der Schwefelanemone. Mitte von oben: Hufblättrich und Pelzanemone. Rechts von oben: der violette Krokus, Bergveilchen und Koch Enzian, auch blauer Enzian genannt.



## Der weisse Germer: Verwechslungsgefahr mit dem gelben Enzian

**Giftpflanze der Woche** Der weisse Germer (*Veratrum album* L.) ist in unseren Regionen weitverbreitet. Er liebt feuchte, schattige Wiesenränder. Wir finden ihn auch in schattigen Landzungen am Waldesrand, in kleinen Tobeln und auch in fetten Wiesenteilen. Bei uns ist der weisse Germer besonders im Jura beheimatet. Wir finden ihn in den Alpen und in ganz Eurasien, in den Pyrenäen, in Finnland und Skandinavien bis nach Sibirien und in Nordamerika und Alaska.

Er hat viele Volksnamen wie Breckwurz, Fieberstellwurz, Heimwurz, Schampanierwurzel, Sichterwurz, Sitterwurz, Wiswurz und andere mehr. Bei uns sind diese Volksnamen allerdings weniger bekannt.

Das Aussehen des Germers erinnert uns an den heimischen gelben Enzian, der im Jura und in unserem Kanton verbreitet ist. Germer kann bis zu über einen Meter hoch werden. Er hat einen zentralen, geraden, dicken, runden Stängel. An diesem finden wir die grossen, breiten, eiförmigen und ganzrandigen Blätter, die wechselständig direkt am Stängel wachsen. Im Gegensatz dazu sind beim gelben Enzian diese Blätter kreuzwechselständig angeordnet, was als Unterscheidungsmerkmal benutzt werden kann.

Die Blätter des Germers können bis zu 20 Zentimeter lang sein. Sie sind glänzend grün und haben eine gut erkennbare, starke Nervatur. Die Wurzel ist innen weiss und bildet einen Wurzelstock mit dünnen, bis zu 20 Zentimeter langen Würzelchen. Die Blüten sind weiss oder hellgrün und klein. Sie werden bis zu einem Zentimeter gross und bilden dichte, endständige, lange Rispen. Sie blühen von Juni bis August. Im Herbst bilden sie kleine braune Samenkapseln.

Das Pulver aus der Wurzel wird und wurde oft als «Schnupfpulver» ver-



Der weisse Germer ist sehr giftig, was auch zum Tod führen kann, und er birgt die Gefahr, mit dem gelben Enzian verwechselt zu werden.

Foto: Jürg Baeder

wendet. Bekannt dafür war der Schneeberger Schnupftabak. Ebenfalls wurde aus den Blättern eine Art Tabak geraucht, welcher für psychoaktive Erlebnisse sorgte. Das Ausgraben der Wurzel und deren Verwendung als «Enzianschnaps» endete oft tödlich, denn man hatte die Germer-Wurzel verwendet anstatt der richtigen Enzianwurzel. Solche Verwechslungen sind auch heute noch aktuell, besonders im Jura, wo die Enzianwurzel gesucht wird und dann aus Versehen

eine Germer Wurzel ausgegraben und verwendet wird.

Die Germer-Wurzeln wurden in der Antike oft auch als Heilmittel eingesetzt, mit unterschiedlicher Wirkung. Die teils narkotische und toxische Wirkung verursacht Halluzinationen, eine starke Senkung des Blutdrucks und im schlimmsten Fall den Tod. Die Pflanze wird insbesondere im Schamanentum wegen ihrer Rauschwirkung hoch gepriesen, in der Homöopathie wird der weisse Germer an

einer Potenz D3 als Tinktur angeboten bei Depressionen, Migräne und Gemütsleiden.

Als Inhaltsstoffe finden wir Alkaloide wie Protoveratrin A & B sowie Germerin. Die Konzentration ist in höheren Lagen geringer. Ferner finden wir Veratramin, ein Glycosid sowie Chelidon und Veratrumssäure und Fette.

Der weisse Germer ist sehr giftig und Mengen von ein bis zwei Gramm der getrockneten Wurzel können tödlich wirken.

Es ist die Aufgabe der Eltern, die Kinder zu sensibilisieren und auf die Giftigkeit der Pflanze hinzuweisen. Bei Notfällen hilft das Tox-Info-Suisse mit der Notfallnummer 145. Jürg Baeder

Wichtiger Hinweis: Die in der Serie beschriebenen Heil- oder Giftpflanzen sind in verschiedenen Fachbüchern zu finden. Jürg Baeder ist eidg. dipl. Drogist. Der Autor weist explizit auf die Gefährlichkeit der beschriebenen Giftpflanzen und auch auf die Eigenverantwortung hin. Sämtliche Beiträge zur Serie «Engadiner Kräuterecke» sind auch auf [www.engadinerpost.ch](http://www.engadinerpost.ch) in den Dossiers «Heilpflanzen» oder «Giftpflanzen» zu finden.

### Veranstaltung

#### «Ernte teilen» – Ein Film für die Erde

**Lavin** Am Freitag, 24. Mai, lädt die Fundaziun Pro Terra Engiadina ins Kino Staziun Lavin zu einem Pop-up-Kinoabend. Um 17.15 wird der Film «Ernte teilen» von Regisseur Philipp Petrucci aus dem Jahr 2023 in Lavin gezeigt.

Landwirtinnen und Landwirte, welche aus der konventionellen Landwirtschaft ausbrechen und sich stattdessen der solidarischen Landwirtschaft verschrieben haben, möchten mithilfe von Gemeinschaften einen lokalen Versorgungskreislauf schaffen, der nach den Werten von Ökologie und Gemeinwohl funktioniert.

«Filme für die Erde» ist ein Umweltbildungsverein und gleichzeitig auch das Kompetenzzentrum für Umweltdokus in der Schweiz. Mit Filmvorführungen möchten die Verantwortlichen Wissen weitergeben, Wertschöpfung für die Natur, die Vielfalt fördern und zum Handeln inspirieren. Eintritt frei. (Einges.)

Weiterführende Informationen unter: [www.filmsfortheearth.org](http://www.filmsfortheearth.org)

#### WETTERLAGE

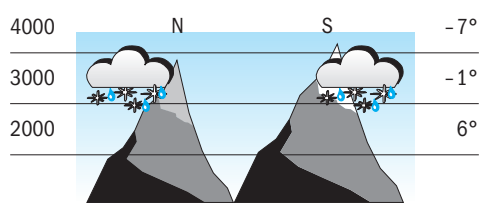
Die Schlechtwetterfront eines riesigen Tiefdruckkomplexes mit Zentren über Deutschland und Oberitalien erfasst am Dienstag unser Land. Auch an den folgenden Tagen stellt sich kein richtig stabiles Wetter ein und somit bleibt es weiterhin sehr unbeständig.

#### PROGNOSE ENGADIN UND SÜDTÄLER FÜR HEUTE DIENSTAG

**Zumeist dichte Wolken und häufig auch Regen!** Die Wolken sind praktisch den ganzen Tag über zumeist dicht und lediglich im Unterengadin sind vorerst letzte, föhnbedingte Auflockerungen möglich. Tagsüber ist überall mit Regen und Regenschauern zu rechnen, wobei es speziell in den Südtälern zeitweise auch kräftiger regnen dürfte. Sogar vereinzelte Gewitterbildungen sind durchaus möglich. Die Temperaturen steigen im Tagesverlauf zumeist nur auf eher bescheidene Werte zwischen etwa 10 Grad im Oberengadin und bis zu 15 Grad im Unterengadin.

#### BERGWETTER

Dichte Wolken, Nebelbänke und kaum Sonnenschein prägen das Wetter auf unseren Bergen. Ausserdem ist wiederholt mit Regen und Regenschauern zu rechnen. Die Temperaturen gehen nur wenig zurück und somit sinkt die Schneefallgrenze nur stellenweise bis knapp unter 2500 m Seehöhe.



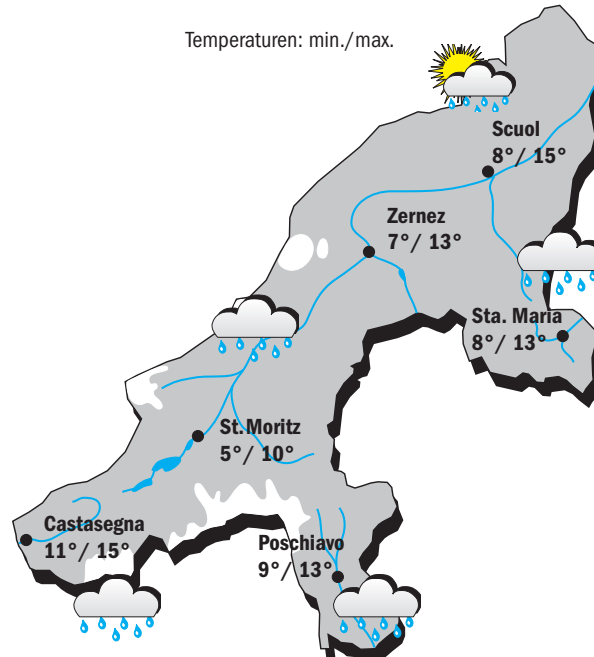
#### DIE TEMPERATUREN GESTERN UM 08.00 UHR

Sils-Maria (1803 m)	3°	Sta. Maria (1390 m)	8°
Corvatsch (3315 m)	-3°	Buffalora (1970 m)	0°
Samedan/Flugplatz (1705 m)	1°	Vicosoprano (1067 m)	9°
Scuol (1286 m)	8°	Poschiavo/Robbia (1078 m)	6°
Motta Naluns (2142 m)	3°		

#### AUSSICHTEN FÜR DIE KOMMENDEN TAGE (SCUOL)

Mittwoch	Donnerstag	Freitag
°C 7 / 16	°C 6 / 15	°C 5 / 17

Temperaturen: min./max.



#### AUSSICHTEN FÜR DIE KOMMENDEN TAGE (ST. MORITZ)

Mittwoch	Donnerstag	Freitag
°C 2 / 12	°C 2 / 11	°C 2 / 13

### Lawine am am Palü fordert Todesopfer

**Polizeimeldung** Am Sonntagmittag ist ein Skitourengehender am Piz Palü von einer Lawine mitgerissen worden. Der Mann kam dabei ums Leben.

Eine vierköpfige Skitourengruppe aus Italien bestieg am Sonntagmorgen den Piz Palü über die Normalroute von der Diavolezza aus. Auf dem Gipfel angekommen, trennte sich die Gruppe zum Abstieg. Dabei starteten zwei Berggänger den Abstieg über die Aufstiegsroute, die beiden anderen wählten die Nordflanke.

Beim Einstieg des vorausgehenden Alpinisten in die Nordflanke löste sich um ca. 12 Uhr eine Lawine. Der Mann wurde von der Lawine erfasst, mehrere hundert Meter in die Tiefe mitgerissen und verschüttet. Sein Tourenpartner blieb unversehrt. Die Rettungskräfte konnten den 38-jährigen Mann nur noch leblos aus der Lawine bergen. In einer koordinierten Rettungsaktion standen die Rega, ein Helikopter der Heli-Bernina AG, die Alpine Rettung Schweiz und die Kantonspolizei Graubünden im Einsatz. Der genaue Hergang des Lawinenunfalls wird durch die Staatsanwaltschaft und die Alpinpolizei der Kantonspolizei Graubünden abgeklärt. (kapo)