

TEILZEITARBEIT:
Wie sag ich's
meinem
Chef?

Männer unter sich

Freunde, Brüder, Kumpel und Kollegen
Wie man einander aushält
Und wie das Leben schöner wird

Impressum

www.maennerzeitung.ch, ISSN 1661-7231,
Mühlegasse 14, 3400 Burgdorf

Redaktion

Ivo Knill (Leitung), 034 422 50 08,
redaktion@maennerzeitung.ch

René Setz, Adrian M. Moser, Hannes Hochuli,
Martin Schoch, Peter Anliker (Lektorat),
Ruggero Ponzio (Schlusslektorat),
Joëlle Valterio (Medienspiegel)

Teilzeitbeilage Adrian M. Moser, Adrian Soller,
Anna Miller

Erscheint 4-mal jährlich

(März, Juni, September, Dezember)

Auflage 8000 Exemplare

Abonnemente +41 (0)61 711 81 90,
abo@maennerzeitung.ch

Abonnementspreis 45 Franken pro Jahr,
4 Ausgaben

Postkonto 30-381685-6, 3400 Burgdorf

Inserate Yves Schätzle, 061 711 81 90,
inserat@maennerzeitung.ch

Inserateschluss sechs Wochen vor Erscheinen
(15.1., 15.4., 15.7., 15.10.)

Gründer Markus Theunert

Herausgeber Verein Männerzeitung, Burgdorf

Druck Cavelti Druck und Media, 9201 Gossau,
www.cavelti.ch

Layout Thomas Hirter, www.thomashirter.ch

Webdesign Simon Rothfahl,
webmaster@maennerzeitung.ch

Titelbild Janosch Hugli

Fotos Seite 3: Andreas von Gunten

Illustrationen Ruben Nemo

3 **Editorial**

4 **Vermischtes**

Politik

6 **Gemeinsames Sorgerecht – und nun?**

Stimmungsbild aus dem Nationalrat. Benjamin Spycher

Männer unter sich

8 **Jolly and the Flytrap**

Vom Sound der guten Freundschaft. Martin Rutishauser

12 **Zwei Brüder auf einer Reise**

Peter Anliker schiebt seinen Bruder im Rollstuhl durch die Welt.

14 **Hinter Mauern**

Leben im Knast. Hannes Hochuli

18 **Über seinen besten Freund spricht man nicht**

Oder wie man einander als Freunde aushält. Martin Schoch

20 **Freunde, Väter, Söhne**

Unterschiede verbinden. Nils Pickert

22 **Klosterbrüder der Entschleunigung**

Als Zivi im Kloster. David Kieffer

24 **Sitzpinkler und Du-Sager**

Männliches Verhalten vor dem Urinal. Samuel Steiner

25 **Was Frauen verpassen, wenn Männer unter sich sind**

Blick in eine buhlfreie Zone. Laura Eigengang

Teilzeitmann

26 **Gesucht: Männer mit Mut zur Teilzeitkarriere**

Der Teilzeitmann will Männer zur Teilzeitarbeit ermutigen. Jürg Wiler

28 **Teile Zeit, mal vier!**

Vier Männer und ihre Gründe für Teilzeitarbeit. Adrian Soller, Adrian M. Moser

32 **Wie sag ich's meinem Chef?**

Der Teilzeitarbeiter. Adrian M. Moser

34 **Teilzeit bitte!**

In vielen Firmen ist Teilzeit bei Männern Mangelware. Anna Miller

Buben, Männer, Väter

36 **Vätertag: Wenn der Vater vorbeizieht** Mark Riklin

38 **Fuck-You-Zmorge** Michael Gohlke, Avanti Papi

39 **Der Schattenmann** Oliver Hunziker, GeCoBi

40 **Männergruppen im Aufwind** Bernhard Stricker

41 **Stimmen aus dem Palaver-Orbit** Martin Bachmann, Männerpalaver

Körper, Geist und Sinne

42 **Mäusli, Bötli und Iltis** Michael Sasdi

Angemerkt

52 **Agenda**

54 **Angelesen: Männerbiografien** Ivo Knill

56 **Aufgetankt: Der Kater auf dem heissen Blechdach** Siegfried Chambre

57 **Angeraten: Gut Essen und schön bewegen!** Ratgeber, René Setz

58 **Anghört: Manuel Stahlberger: Innerorts** Samuel Steiner

59 **Angerichtet: Von der Alp in den Ofen** Roland Breitler

Inserate

44 Beratung & Weiterbildung, **47** Ferien & Reisen, **48** Produkte,

50 Diverse, **51** Tantra

Goatschi III: «Gott zum Gruss Brüder!»

**Buddy: «Woher weiss der denn,
dass wir Brüder sind?»**

Terry: «Versteh ich auch nicht.»

Dialog aus dem Film «Die rechte und die linke Hand des Teufels»
von Bud Spencer und Terence Hill



3

Lieber Leser, liebe Leserin

Da haben wir sie, die zwei: Der eine hat es, der andere will es, zumindest anfassen will er es, das Schwyzerörgeli. Zwei Männer unter sich. Sie haben etwas miteinander zu schaffen, vielleicht ist es nicht einmal etwas sehr Ernstes – aber sie nehmen es ernst, unsere beiden Männer auf dem Titelbild. Der eine hat ein Buch geschrieben, der andere macht Musik dazu. So einfach ist das.

In diesem Heft erforschen wir Männerwelten. Es geht um Freunde, Brüder, Kumpel und Kollegen. Um Männer, die zur gleichen Zeit im Gefängnis sitzen. Oder im Kloster. Oder im Zug zum Krisenwochenende in Vals, weil die Band nicht mehr in die Gänge kommt. Weil alles zu strukturiert geworden ist und das Nichtstun abhanden kam.

Die Selbstverständlichkeit, die Männer untereinander teilen, hat damit zu tun, dass sie untereinander auf unnötiges Gepäck, unnötigen Anstand, unnö-

tige Floskeln verzichten. Man ist unterwegs, also beschwert man sich nicht mit Überflüssigem und man meckert nicht. Männer unter sich sind Könner darin, die Dinge möglichst nicht allzu sehr mit Bedeutung aufzuladen, zumindest die grossen Dinge; über die kleinen kann man sich ja endlos streiten. Wieso auch? Man ist ja unterwegs. Man will nichts festhalten. Es kann morgen schon alles anders sein. Man ist im Gefängnis. Ja, jetzt, aber einmal wird man wieder draussen sein. Man ist im Kloster. Na und? Bestehen vor Gott muss jeder selber, der Rest ist nicht so wichtig.

Kochen an einem Väterabend: Ich stehe am Rüsttisch und schneide das Fleisch für den Borschtsch. Einer um den anderen laufen die Mitköche ein, jeder beginnt an seinem Ende auszupacken, aufzustellen, vorzubereiten, man wechselt einige Sätze, aber im Ganzen läuft alles wie nebenher, unumständlich, unangestrengt, scheinbar unorganisiert. Das gefällt mir, man kann es gar nicht

genug loben. Aber man muss es auch aushalten: Die wortkargen Momente, das Schweigen unter Männern. Man hält einen Köder in den Fluss der Zeit und wartet und schweigt. So ist das.

Wir eröffnen mit dieser Nummer eine neue Serie: Teilzeitarbeit. Über vier Hefte hinweg beleuchten wir unter verschiedenen Blickwinkeln die Möglichkeiten, die Grenzen, die Freuden und die Knacknüsse der Teilzeitarbeit: Wie sag ich's meinem Chef? Das ist die Frage der aktuellen Nummer. Es folgen: Wie sag ich's meiner Frau? Wie sag ich's meinen Kollegen? Und: Wie sag ich's meinem Kinde.

Mitgedacht bei dieser Serie ist immer, dass es auch gute Gründe gibt, Vollzeit zu arbeiten. Aber eigentlich gibt es nur eine Vollzeit: Unser Leben. Und das kennt verschiedene Arbeiten; und ganz wird es erst, wenn wir auch das Nichtstun pflegen.

Ivo Knill

Auf dem Cover der Männerzeitung: Alls im Anke



«Man spürt zwar in den Texten von Roland Binz das Emmental, aber es ist nicht das Emmental aus der Werbung, hier hat die Neuzeit Einzug gehalten. Ja, diese Welt gibt es, und es ist schön, sie zum Klingen zu bringen.»

Roland Binz, Jahrgang 1950, lebt in Leimiswil, Oberaargau und im Diemtigtal. Nach einem schweren Unfall 2010 hat er mit dem Fabulieren der «leicht schrägen, aber auch halbwegs erlebten Geschichten» begonnen: «Mit diesen Geschichten trainierte ich nach dem schweren Schädelhirntrauma mein verletztes Hirn und verwöhnte meine Seele.»

Viele der neu entstandenen Texte hat er zusammen mit dem Langenthaler Schwyzerörgelspieler Thomas Aeschbacher vertont und zu einem gemeinsamen Bühnenprogramm verdichtet. Einen ersten Erfolg haben sie schon zu verbuchen: Die Männerzeitung hat die beiden Herren auf ihr Cover genommen.

www.alls-im-anke.ch

Leseraktion: Das Buch «Alls im Anke» inkl. CD kann zu Fr. 39.00 signiert unter 079 228 02 63 bestellt werden.

Männergruppe

Selbstgeleitete Männergruppe von aktuell sechs Männern in schönem Dachstockraum in Zürich, dienstags, zweiwöchentlich, sucht weitere interessierte Männer jeglichen Alters ab Beginn 2013. Bei uns steht der Austausch über aktuelle persönliche Fragen und Anliegen im Zentrum; wir sind auch offen für erlebnisorientierte Teile.

Interessenten melden sich bei Fredi Rudolf, 044 271 05 07, mediation.rudolf@bluewin.ch.

Auch Fusion mit anderer Männergruppe möglich.

Männergesundheit: Interviewpartner gesucht

Das Forschungsprojekt «Wie gehen Männer im Alltag mit Gesundheit um?» geht der Frage nach, welche Rolle Gesundheit im alltäglichen Leben von Männern spielt. Wie gehen Männer mit ihrem Körper und ihrer Gesundheit um? Inwiefern ist Gesundheit in ihrem Berufsalltag und in der Familie ein Thema?

Gesucht sind Männer zwischen 30 und 60 Jahren, die sich selbst als gesund bezeichnen, in den Kantonen Basel-Stadt oder Basel-Landschaft wohnen und ein Interview in deutscher Sprache führen können (Dauer ca. 90 Min.).

Kontakt: Projekt Männer und Gesundheit

Telefon Frank Luck: 076 327 78 88

E-Mail: maennergesundheit@unibas.ch

www.genderstudies.unibas.ch / Link «Forschung»

Alle Angaben werden vertraulich behandelt.

Es erfolgt keine Vergütung der Teilnahme.

«Dann gehen wir halt auf die Strasse!»

MännerZug stellt einen Streetworker an.

Seit 2010 betreibt MännerZug das MännerTelefon Zug. Unter der 041 761 90 90 und über die Mailadresse help@maennerzug.ch sind in den zwei Jahren 28 Kontakte zustande gekommen. Das MTZ versteht sich als Triagestelle mit offenem Ohr und kooperiert mit Fachstellen (eff-zett.ch, leb-zug.ch, agredis.ch), Vereinen (z.B. VeV.ch) und staatlichen Stellen (Beratungsdienste Gesundheitsamt). Unsere Aufgabe besteht darin, Männer zu sensibilisieren und zu erreichen, bevor der Crash passiert. Die Auswertung zeigt aber, dass Männer sich selten und oft zu spät melden. Bei 24 von 28 Fällen war die Scheidung schon am Laufen, die Kinder waren schon weg und die Gerichte schon am Arbeiten.

Nun begibt MännerZug neue Wege und stellt einen «Streetworker» für Männer an.

Was in der Sozial-, Jugend- und Familienarbeit bereits gang und gäbe ist, soll sich auch in der Arbeit mit Männern bewähren: Hingehen, Kontakte aufbauen, «gspröchle», informieren. Zielgruppe sind einzelne Männer, aber auch zum Beispiel Personalverantwortliche in Betrieben. Der Streetworker wird auch Veranstaltungen besuchen und so das Wissen um Anlaufstellen und Handlungsmöglichkeiten verbreiten.

Thomas Zehnder ist überzeugt: «So kommen wir an den Mann, an Kontakte. Wie sich diese gestalten, bleibt abzuwarten. Wir sind aber zuversichtlich, dass unser Knowhow, die Beharrlichkeit und unsere Kreativität das Projekt zum Gelingen bringt».

www.maennerzug.ch, Geschäftsführer
Thomas Zehnder, 079 634 93 10

Männer und die Zukunft: Sex, Echtheit und Macht

Internationales Symposium für Männer 2013

23. (18h) bis 26. (13h) Mai 2013 in der Nähe des Frankfurter Flughafens.

Profitieren von den Anregungen engagierter Experten und Pioniere der Männerarbeit verschiedenster Länder Europas? Deinen Teil einbringen für die Gestaltung unseres Männer-Beitrags für die Zukunft? Am Puls der Zeit sein und die neuesten Trends mitgestalten? Ein Teil sein des internationalen Netzwerks zukunftsorientierter Männer?

Für das alles ist das internationale Symposium für Männer. Kurzreferate, Workshops, ein Welt-Café und andere spannende Gefässe schaffen eine Atmosphäre von kreativer Auseinandersetzung, kontaktfördernder Offenheit und Tiefe für Männer, die sich sowohl für die Gestaltung des öffentlich-politischen Raums als auch des privaten Lebensraums interessieren: Zum Beispiel für Sex, Echtheit und Macht. Komm auch! Das Symposium ist eine Reise wert. Anmeldung und Information unter: www.men-maenner.net

Der 7. «Bund»-Essaypreis

Der Mutterer und die Vaterin: Emanzipiert sind wir doch alle!

Gleichberechtigt, aber nicht gleichgestellt – droht ein neuer Geschlechterkrieg oder sind Mann und Frau unterwegs zu einer friedlichen Koexistenz?

Die Zeitung «Der Bund» veranstaltet einen Essaypreis zum Stand, den Chancen und den Schwierigkeiten der Emanzipation von Mann und Frau.

Ausschreibung und Unterlagen:
www.essay.derbund.ch.

Game over und reset

Jungs zwischen Erfolgsdurst und Beziehungshunger –

Fachtagung Bubenarbeit Hasliberg
Immer Sieger sein, nie verlieren! Adrenalin, Ansehen – aber irgendwie allein. Hunderte von «Friends», aber Freunde? Ein Fehler und die Beziehung ist over.

Früh merken Jungs, dass Gewinnen zählt – im Sport, im Spiel, im Bett und im Leben sucht Mann das Erfolgshoch. Doch welcher Erfolg macht wirklich glücklich?

Die Fachtagung bietet den Teilnehmenden Raum, um mit unterschiedlichen Männern über die eigenen Bilder von Männlichkeit nachzudenken und sich für die geschlechtsspezifischen Bedürfnisse von Buben und jungen Männern zu sensibilisieren. Sie erprobt und vermittelt konkrete Ideen, wie geschlechtsbezogene Bubenarbeit in der Praxis durchgeführt werden kann. In Workshops, im Rahmenprogramm und durch Coaching erweitern die Teilnehmer ihre Handlungskompetenzen, um Junge zu vielfältigen, lebensfreudigen und lebensstüchtigen Vorstellungen anregen zu können.

Die 18. Fachtagung Bubenarbeit findet vom 18.-20. März 2013 auf dem Hasliberg BE statt. Mehr Infos unter www.fachtagungbubenarbeit.ch oder bei IG Bubenarbeit
Tel 044 721 10 50 und ron.halbright@ncbi.ch.

Sternschnuppen-Wünsche

Nach einer alten Volksweisheit können wir uns etwas wünschen, wenn wir eine Sternschnuppe am Himmel sehen. Ganz in diesem Sinne hat Matthias Frutig in seiner Sternschnuppen GmbH mit Sitz am Hallwilersee eine spannende Mischung von verschiedensten Angeboten, die Wünsche erfüllen können. Zu fast jedem Lebensthema findet sich ein professionell geführter Bereich: Ferien, Sport (neue Erfindung), Bücher sowie Stellensuche, Sozialwesen und Beratung im Bereich Besuchsrecht. Über vielseitige Angebote einer Firma gibt es unseres Wissens keine offizielle Statistik. Es könnte jedoch gut sein, dass die Sternschnuppen GmbH hier Rekordhalter ist.

www.sternschnuppen.ch

Männer, auf zum Tanz!

Der Verein 11.11.11 organisiert in Bern und Umgebung regelmässige Treffen, wo man in angenehmer Atmosphäre die gängigen Gesellschaftstänze pflegen kann. Die Teilnehmenden sind in jenen goldenen Lebensjahren, wo die grösste Unruhe vorbei ist und das Wissen um den Wert der Mussestunden das Leben gefällig macht. Das veranschaulicht das Silvestermenu, zu dem der Verein einlädt: Geräucherte Entenbrust – Minestrone alla Nonna – Grillierte Scampi und Jakobsmuscheln im Knusperteig auf einem Carnarolisafrafrisottobett – Zitronensorbet – Zartes Rindsfilet aus dem Ofen an Merlotbalsamicojus – Halbgefrorenes Kastanienparfait.

Alles paletti! Der Verein begrüsst ganz speziell auch die männlichen Geniesser!

Informationen: www.join-in.ch

Gemeinsames Sorgerecht – und nun?

Der Nationalrat hat über das gemeinsame Sorgerecht debattiert und entschieden. Die Vorlage wurde mit einem grossen Mehr angenommen und geht nun an den Ständerat weiter.

6

Bis zuletzt versuchte eine Minderheit von Parlamentariern – angeführt von Jean Christophe Schwaab (SP VD) – die Sorgerechtsvorlage mit der bevorstehenden Änderung des Unterhaltsrechts zu verknüpfen. Dieses Ansinnen wurde abgewiesen und schliesslich nahm der Nationalrat die Vorlage mit 151 zu 13 Stimmen an. Von den 13 Nein-Stimmen stammten zehn aus dem Lager der SP, zwei aus der Grünen Partei und eine aus der CVP. Nun wird sich der Ständerat als Zweitrat mit der Vorlage befassen, und auch dort werden wahrscheinlich noch Versuche unternommen, das Inkrafttreten des geänderten Sorgerechts mit der Änderung des Unterhaltsrechts zu verbinden. Das Abstimmungsresultat im Nationalrat lässt aber vermuten, dass der Weg zu einer Anpassung des Sorgerechts geebnet ist. Die Männerzeitung hat bei verschiedenen Parlamentarierinnen und Parlamentariern nachgefragt: Was kann von dieser Gesetzesänderung erwartet werden? Was ist bei der Umsetzung zu beachten? Was hat es mit dem Unterhaltsrecht auf sich?

Ähnliche Erwartungen an die Gesetzesrevision

Die Erwartungen der einzelnen Parlamentarierinnen und Parlamentarier an die Vorlage sind sehr ähnlich. Für Gabi Huber (FDP UR) gibt es neben der biologischen auch eine emotionale Elternschaft und damit ein Recht des Kindes auf Mutter und Vater. Diesem Verständnis werde mit dem neuen Gesetz nun Rechnung getragen. Oskar Freysinger (SVP VS) betont, dass mit dieser Revision das Ungleichgewicht zwischen Männern und Frauen korrigiert werde. Laut Lucrezia Meier-Schatz (CVP SG) führt das gemeinsame Sorgerecht zu einer Versachlichung des Trennungs-

verfahrens. Auch gemäss Lukas Reimann (SVP SG) lassen sich mit der neuen Regelung Konflikte zwischen Eltern reduzieren und gerichtliche Auseinandersetzungen vermeiden.

Hat man mit dem gemeinsamen Sorgerecht das Allheilmittel gefunden? Für Gabi Huber nicht: «Es gibt heute Probleme bei der Ausübung der elterlichen Sorge und es wird auch unter der Geltung des neuen Rechts Probleme geben.» Eine pragmatische Sichtweise: Alleine mit dem neuen Gesetz sind die Probleme noch nicht gelöst. Für Huber kann die Revision lediglich wie beim Eherecht einen Anstoss zu einem Sinneswandel in den Köpfen geben. Und dafür ist dieses Gesetz tatsächlich geeignet.

Unterschiedliche Ansprüche an die Umsetzung

Yvonne Feri (SP AG) sieht einen Knackpunkt der Umsetzung darin, dass ein Elternpaar, welches als Paar nicht mehr zusammen ist, sich trotzdem über wichtige Entscheidungen einig sein muss – oder endlich darf, wie hier angefügt werden könnte. Im letzteren Sinne sieht es auch Yvonne Gilli (GPS SG), die der Gleichstellung beider Elternteile eine hohe Bedeutung beimisst. Sie weist aber darauf hin, dass ein Richter das Sorgerecht bei nicht einvernehmlichen Lösungen einem Elternteil zusprechen sollte. «Dabei ist zu beachten, dass beide Elternteile gleichwertig behandelt werden.» Da muss der Richter die Quadratur des Kreises beherrschen, denn wenn das Sorgerecht einem Elternteil zugesprochen wird, kann nicht von Gleichwertigkeit die Rede sein. Das ist sich Gilli jedoch durchaus bewusst und sie hofft auf eine grosszügige Auslegung in denjenigen Fällen, in denen sich eine klare

«einseitige Aufgabenteilung» ergibt. Auch Reimann sieht ein, dass das Gesetz nicht für jeden möglichen Einzelfall eine Regelung treffen kann. Aus diesem Grund sei es wichtig, dass die Behörden den nötigen Spielraum hätten, um den unterschiedlichsten Einzelfällen gerecht zu werden und «für das Wohl aller zu sorgen».

Für Margret Kiener Nellen (SP BE) behandelt die Sorgerechts-Vorlage nur den «Oberbau» der Lösung: das Dekret der gemeinsamen Sorge als Regel. Für sie fehlt der gesamte «Mittelbau» mit innovativen Modellen der Betreuung und Obhut. Sie nennt hier einerseits das «Nestmodell», bei dem die Kinder einen festen Lebensort haben und von den getrennt lebenden Eltern dort abwechselnd umsorgt werden; andererseits das «Wechselmodell», bei dem beide Eltern dem Kind ein Zuhause bieten, in dem es sich abwechselnd aufhält. Ein Antrag dazu von Margret Kiener Nellen kam in der Rechtskommission des Nationalrats nicht durch.

Für Kiener Nellen fehlt auch der «Unterbau» im Sinne von Schutzmechanismen, die das Kind vor langwierigen Entscheidungskonflikten bewahren. Hier wäre ihrer Meinung nach die gesetzlich vorgeschriebene Mediation zu ergänzen, und zwar durch ein klares Verfahren, wenn in angemessener Frist keine Einigung zustande kommt.

Unterhaltsrecht bleibt zu klären

Die Debatte um das Unterhaltsrecht steht noch bevor. Yvonne Gilli geht davon aus, dass – analog zum Sorgerecht, in dem die Benachteiligung der Väter aufgehoben wird – im Unterhaltsrecht die Benachteiligung der Mütter korrigiert wird. Aus naheliegenden Gründen hat sie sich deshalb für ein

gemeinsames Inkrafttreten von Sorge- und Unterhaltsrecht ausgesprochen. Auch für Yvonne Feri ist das Sorgerecht nur ein Pfeiler der elterlichen Verantwortung, der andere ist das Unterhaltsrecht. «Das wäre gemeinsame elterliche Verantwortung!» Sie kritisiert, dass der Vernehmlassungsentwurf zum Unterhaltsrecht nichts am grössten Problem ändert: der Armutgefährdung alleinerziehender Mütter und Väter. Sie fordert einen Mindestunterhaltsbetrag für jedes Kind.

Lukas Reimann erklärt mit Verweis auf das Nationale Forschungsprogramm NFP52, dass nur schon die Änderung des Sorgerechts einen positiven Einfluss auf das Unterhaltsrecht hat: Dort, wo der Kontakt zwischen Kind und Vater erhalten blieb, fielen auch die finanziellen Regelungen besser aus. Reimann bemängelt jedoch, dass der Vorschlag des Bundesrates im Denkmodell des 20. Jahrhunderts verhaftet bleibt, wonach ein Elternteil obhutsberechtigt, der andere Elternteil unterhaltspflichtig sei: «Eine geschlechtergerechte Lösung bedingt, dass die beiden Elternteile im Fall von Trennung und Scheidung gleichermaßen in der Pflicht stehen, zur materiellen und fürsorglichen Sicherheit des Kindes beizutragen.»

Nun ist also der Ständerat beim Sorgerecht am Ball. Der Ständerat wird wahrscheinlich dem Nationalrat folgen und das Sorgerecht getrennt vom Unterhaltsrecht behandeln wollen. Die Vorlage enthält aber durchaus noch Diskussionspotential, zum Beispiel in der Frage des Wohnortes. Folgt man dem Nationalrat, darf jeder Elternteil nur noch mit der Zustimmung des anderen oder des Gerichts umziehen. Es gilt auch in diesem Bereich das richtige Augenmass zu finden.

Sorgerechtsrevision

Nach geltendem Recht wird die elterliche Sorge im Fall einer Scheidung entweder der Mutter oder dem Vater übertragen. Die gemeinsame Sorge kann nur erfolgen, wenn ein Antrag beider Elternteile vorliegt. Die Praxis sieht jedoch so aus, dass meist ein Elternteil seine Rolle als Erzieher verliert. In den meisten Fällen ist dies der Vater. Mit der Revision des Zivilgesetzbuches soll die gemeinsame elterliche Sorge zur Regel werden, sowohl für geschiedene wie auch für nicht miteinander verheiratete Paare. Der Nationalrat hat in der Herbstsession über diese Vorlage diskutiert und sie angenommen. Er geht mit seinem Entscheid sogar so weit, dass ein Elternteil nur in Absprache mit dem anderen Elternteil den Wohnort wechseln darf.

männer.ch hat sich als Dachverband der Schweizer Männer- und Väterorganisation seit Jahren zusammen mit Gecobi, VeV und Mannschaft und weiteren Organisationen für die gemeinsame elterliche Sorge eingesetzt und zeigt sich sehr zufrieden mit den Beschlüssen des Nationalrates.

Regelung Unterhaltsrecht

Die Revision des Unterhaltsrechts hat zum Ziel, die Position des Kindes zu stärken und die Benachteiligung von Kindern unverheirateter Eltern zu beseitigen. Dies soll dadurch geschehen, dass in Zukunft bei der Sozialhilfe die Dossiers des betreuenden Elternteils und des Kindes getrennt geführt werden. Damit werden die Unterhaltsberechtigten die Sozialhilfeleistungen für das Kind nicht mehr zurückerstatten müssen, wenn sich ihre finanzielle Situation verbessert. Zurückzuerstatten sind nur noch die eigenen Bezüge. Weiter muss in Zukunft auch der unterhaltspflichtige Elternteil nachzahlen, wenn sich seine finanzielle Situation verbessert. Und nicht zuletzt soll mit dieser Revision auch die Unterstützung bei der Eintreibung der Alimente in den Kantonen vereinheitlicht werden.

männer.ch hat im Rahmen des Vernehmlassungsverfahrens seine Position zum Revisionsvorschlag bezogen. Aus Sicht des Verbandes braucht es noch einen tiefgreifenden Wandel in der Auffassung des Unterhaltsrechtes, damit Väter auch nach einer Trennung ihre Beziehung zu den Kindern weiterführen können. Heute investieren Väter von Kindern unter 6 Jahren 30 Stunden pro Woche in das Zusammensein mit ihren Kindern und die Hausarbeit. Nach einer Trennung soll mindestens ein Teil dieses Kontakts weitergehen können. Dem steht die Reduktion der Väter auf den finanziellen Unterhalt im Weg, wie sie der heutigen Praxis entspricht.

JOLLY AND THE FLYTRAP

Vom Sound der guten Freundschaft.



Zuerst, ganz kurz, war es Regula. Aber Querflöte? Nein, die passte nicht in die Band. Dann Vreni, die den Gesang mitbeeinflussen sollte; doch da entdeckte Ritschi seine Stimme. Dann Nicole, voller Esprit; sie hielt es nicht lange mit uns aus. Inzwischen sind wir ganz zufrieden damit, einfach unter uns Männern zu sein. Wir haben uns nie gesagt: Lasst uns eine Männerband sein, aber es ist so: Sechs auf der Bühne, einer am Mischpult und einer, ich, für die meisten englischen Texte. Wir leben in festen Beziehungen, es gibt Kinder. Wollten wir die alle mit an die Konzerte nehmen, bräuchten wir einen zusätzlichen Band-Bus, vielleicht sogar zwei.

Die Essenz des Wartens ist, etwas zu machen. Wir warteten auf die Matura. Den Lehrabschluss. Eine Freundin. Wäh-

rend des Wartens kamen die Musik, das Proben und das Schreiben von Liebesliedern. Jetzt ist, 26 Jahre später, am Abend Plattentaufe, die Band am Aufstellen.

Achtung Klischee, aber meine Frau hat allen Grund für diese Frage: Mit wem ich eigentlich verheiratet sei? Es sind zwar nur wenige Wochenenden, die ich weg bin wegen der Band, aber die sind mir heilig. Ich verstehe sie: Die Wochenenden, die ich zu Hause fehle, sind halt nicht gut. Dennoch: Die Ehe muss mit mir und meiner Geschichte auskommen, auch mit ihr und ihrer Geschichte. Und die Arglosigkeit und Nutzlosigkeit dieser Männerfreundschaften existiert halt einfach.

Einmal haben wir versucht, alles gemeinsam zu tun, wie eine riesige Kommune. Familienbandferien, das war 2006



am Comersee. Die Kinder fanden das toll, doch die restlichen Beteiligten zogen ein anderes Fazit: Nie mehr! Zwar war alles bestens organisiert: Einkaufen, Putzen, Kinderbetreuung, Übungszeiten. Doch es gab die Männerstunden am Abend nicht mehr, die zwischen der letzten und der nächsten und der allerletzten Probe, wenn es eindunkelt, wenn gekocht wird, wenn Wein- und Bierflaschen geöffnet werden und dieses «Vielleicht» über uns schwebt. Kurz, es gab kein Zeitverplempern mehr. Kein zweckloses, jedoch sinnhaftes Herumsitzen. Kein Fläzen und Schweigen und Erzählen und Lachen und Schauen. Es war wie zu Hause: Nach der Arbeit geht man heim, funktioniert weiter, und Feierabendbiere auf dem Heimweg sind Angelegenheiten, die in einem Telefonat

zum Preis eines leicht schlechten Gewissens bewilligt werden, einem Telefonat, in dem allzu schnell Vorwürfe gehört werden, auch wenn da gar keine sind.

Ich begrüße Fabian, unseren Mischer, er ist schon am Soundcheck. Wenn ich ihn als «unseren Mischer» bezeichne, ist das grundfalsch, obwohl es ja stimmt. Das erklärt sich so: Damals, so 1993, 1994, ging es darum, dass an Konzerten der Sound immer total schlecht war. Jemand von uns musste also die Kontrolle über den Sound haben. Da dachten wir an Fabian. Der konnte zwar nicht mischen, ist aber ein toller Typ, und er fand: Ja, das Mischen könne er ja lernen. Tat er! Ich habe Fabian, wie auch die anderen, seit vier Monaten nicht gesehen, auch kaum Kontakt gehabt, und doch: In dem



Moment, in dem man ankommt, ist man schon angekommen. Kein Blabla, kein Aufwärmen.

Vielleicht denkt man, eine Ehe sei derart beschaffen. Aber es gibt einen Unterschied: Die Ehe hat irgendeinen Nutzen. Meine Beziehungen zu diesen Männern sind absolut nutzlos, und das, was wir zusammen tun, ist ja auch komplett nutzlos. Wir sind keine Seilschaft, die ein Unternehmen beherrschen will. Niemand wird jemals einen besseren Job haben, nur weil er Teil der Band ist. Die einzelnen Mitglieder sind ansonsten in sozial ganz anderen Kreisen. Und berühmt werden wir auch nicht, dazu gibt es keinen Grund: Wir alle haben unsere Jobs, unsere Familien, unsere Dinge, die wir tun, unsere Leben, die wir führen. Und doch ist jetzt Samstagnachmittag, 15. September 2012, und wir haben ein neues Album vorzustellen. Ich erfahre, dass gestern Nacht sogar noch geübt worden ist, und zwar das ganze Set zweimal.

Was Männergespräche sind, erkennt man vielleicht daran, wie acht Männer miteinander umgehen, wenn es harzig wird: Man geht essen, trinken, schwimmen. 2010 war das Jahr der Krise. Kinder, fast alle sehr klein, dazu Familie, Frauen, Jobs, niemand hatte Zeit für irgendetwas. Und dazu noch die Band. Einer brachte es auf den Punkt: Überall muss ich funktionieren. Und habe ich mal ein freies Wochenende, habe ich Band, und da muss ich auch funktionieren. Ein anderer aber: Es gibt nichts Schöneres, als auf der Bühne zu sein, das müssen wir so oft wie möglich machen. Nein, wir müssen reduzieren.

Herausfinden, was geht und was nicht. Wie machen wir das? Wir pflanzen ein Wochenende ohne Instrumente, nur essen und trinken und sein. Vals.

Wir trafen uns am ersten Dezemberwochenende 2010. Die SBB hat Verspätung in Thalwil, egal, es gibt am Bahnhof eine Raucherbar; unsere Nichtraucher haben nichts gegen Rauch. Wir nehmen einen der nächsten Züge. Der ist voll, also fahren wir stehend. Es reicht aufs Postauto und zu einem sehr späten und sehr langen Abendessen. Und da sind wir schon mitten in der Diskussion. Es geht allen ähnlich. «Das Schlimmste ist, dass ich nicht mehr Grümscheln kann», sagt einer. Wir wollen mehr Nicht-Funktionieren-Müssen. Mehr Spass. Also an die Bar. Und dann das Beste: Ausschlafen, keine Kinder, kein Müssen. Frühstück, beste Laune, alle schwimmen, bis auf mich; ich gehe nie schwimmen, ausser im Meer. Also tummeln sich sieben Jollys und ein Dutzend Liebespäpchen unter freiem Bündner Himmel. Ob die Liebespäpchen dann auch am Abend, als es aus den Sternen heraus leicht, fast tröstlich schneite, Freude an diesen sieben in Übermut alternden Herren hatten, die sich vor einem Vierteljahrhundert entschlossen, Teil einer Band zu werden, die nie berühmt wird, ist nicht anzunehmen. Die Buben sprangen trotzdem ins Bassin.

Vor der Bühne umarmt mich der Saxophonist, Dr. phil., Ägyptologe. Er hat gerade den Soundcheck hinter sich: Er war letzte Woche beim Slow-up. Ich frage, was das sei.

Das ist super, da sind die Strassen gesperrt, und du kannst mit deinen Kindern Velofahren gehen. Es gibt eine Runde, die ist zwanzig Kilometer lang, und ab und zu gibt es eine Bratwurst und jemand steckt dir einen Riegel zu. Er machte die zwanzig Kilometer mit seiner Familie. Am Abend ging er noch zwei Stunden rennen. Dann sei er doch müde gewesen und habe gut geschlafen. Pro Jahr braucht er zwei Paar Joggingschuhe. Ich brauche pro Tag zwei Packungen Zigaretten.

Ich gehe die Gästeliste für den Abend durch: Die kennen uns wohl, schau, da sind drei Seiten vorgedruckt, wir brauchen nur auszufüllen; kommt deine Frau? – Ja, mein Sohn auch. – Der ist doch gerade erst in die Schule gekommen? – Nein, er ist in der Dritten, acht ist er. – Acht? Wir spielen erst um halb elf. – Ich weiss. – Deine Frau weiss das auch?

«I wait for you, for another tuesday call». Die Songs, die ich teile, mache ich meist zu Liebesliedern. Als Mann geht das ja: die Ehefrau lieben und ein unbekanntes Wesen ansingen oder einfach in der Erinnerung kramen und die Vergangenheit idealisieren. In Vals haben wir ein ganzes Jahr Konzerte gestrichen, um wieder mehr Songs zu schreiben, und das hiess Wochenenden im Grünenwald, im Appenzell, am Bodensee. Gut, das eine oder andere Konzert gab es dann doch, aber dieser Rückzug war befruchtend, und jetzt, im Herbst 2012, stehen zehn Konzerte an, alle an wunderbaren Orten.

Gestern, sagt einer, haben wir alle Gebrechen durchdiskutiert, und es kann nichts mehr passieren. Und das Programm wurde zweimal gespielt, damit Hannes nicht nach 1:48 aufhört. Einen Song haben wir aus dem Programm genommen, damit wir dann, so schnell das in unserem Kürbiskernalter noch geht, brünzeln gehen können. Hoffentlich wird lange genug Zugabe geklatscht.

Essen? Um sieben, im «Centro Español». Also noch genug Zeit; ich gehe raus, in eine Art Gartenbeiz der Schüür. Dort sitzen Hannes und Märt, hübsch nebeneinander auf einem Bänkchen, spielen Gitarre und Akkordeon. Pasci kommt vorbei, sucht einen Ort, um Bundesliga auf einem Laptop zu schauen. Das ist der Reiz der Konzerte, der Tournee: Das Warten. Denn genau dann passiert es, wenn man wartet, und was passiert, ist in seiner Belanglosigkeit geradezu spektakulär: Man sitzt zusammen da. Tut nichts. Blättert in Zeitschriften. Hört zu, wie Gitarre und Akkordeon spielen. Schaut, mit welchem Stoizismus drei Streichhölzer gebraucht werden, bis die Zigarette brennt, und zwischen jedem dieser Streichhölzer wird weiter geredet, dann ein Akkord gedrückt, während noch der Rauch des erloschenen Streichholzes eine Spur der Vergänglichkeit in den Himmel zieht. Worauf wir heute noch warten? Mal sehen. Man ruft sich etwas zu und öffnet ein Bier.



«Jolly & the Flytrap» spielen ihren Global Rock'n'Roll mit electric Polka-Einschlag mittlerweile sehr gepflegt, und getanzt wird immer. Nicht Perfektion ist angesagt, sondern ein guter Abend. Trotzdem: Der einzige Radiohit «Arche Nova» ist so schön, dass niemand glaubt, dass er von den «Jollys» ist. Das neue Album «Linger On Mazurka» ist im Handel erhältlich. www.jollyandtheflytrap.ch

Martin Rutishauser, 43, hat Philosophie studiert und arbeitet seither als Texter/Konzepter, angestellt und freischaffend. Er ist verheiratet und hat zwei Töchter, 2 und 5 Jahre alt. www.martinrutishauser.ch

Fotos: Monique Wittwer, www.moniquewittwer.ch

ZWEI BRÜDER AUF EINER REISE

Beziehungen unter Geschwistern verändern sich im Verlauf der Jahre. Lebensläufe schlagen manchmal Haken, so dass sich Geschwister plötzlich an ganz unterschiedlichen Orten wiederfinden. Und einander auf neue Weise begegnen.



Mein Bruder ist drei Jahre älter als ich. Als Kinder und Jugendliche haben wir zwanzig Jahre lang miteinander im gleichen Elternhaus gelebt. Als wir danach in unseren eigenen Haushalten wohnten, war die Beziehung mal enger, mal weniger eng.

Vor mehr als zwanzig Jahren erlitt mein Bruder durch eine Erkrankung eine Mehrfachbehinderung: Von den Hüften abwärts ist er seither gelähmt, und er ist vollständig gehörlos. Für ihn, der zuvor als Wirt und Kellner gearbeitet hatte, ein Handicap, das ihn sozial schwer beeinträchtigt. Glücklicherweise kommt er – als «Fall» der Militärversicherung – finanziell über die Runden. Einige Jahre nach der Erkrankung erfolgte die Trennung von seinem langjährigen Freund. Seither bin ich nicht nur seine engste Bezugsperson, ich wurde von der Vormundschaftsbehörde auch zu seinem Beistand ernannt.

Das veränderte die Beziehung nachhaltig. Einerseits besuche ich meinen Bruder regelmässig, wenn irgendwie möglich mindestens einmal wöchentlich – es ist immer etwas zu erledigen, zu organisieren. Oder wir trinken einfach zusammen ein Bier oder einen Kaffee. Dazu ist der ganze Papierkram mit IV, Krankenkasse, Spitex etc. zu erledigen, die Rechnungen sind zu bezahlen. Der Gesundheitszustand verschlechterte sich in den letzten Jahren. Das eine Bein wurde oberhalb des Knies amputiert, immer wieder treten irgendwo Entzündungen auf.

Mein Bruder reist gern; trotz der Behinderungen war das immer möglich. Man muss das Reiseziel und das Transportmittel, vor allem aber die Unterkunft mit Bedacht wählen. Unter «rollstuhlgängig» kursieren merkwürdige Vorstellungen: eine Treppe zum Frühstücksraum, ein enges Zimmer, eine Badezimmertüre, die für den Rollstuhl zu schmal ist – alles schon vorgekommen. Schon lange träumte mein Bruder von einer Brasilienreise – «weil es dort so schöne Männer hat», wie er meinte. Mit Hilfe eines Reisebüros, das für die Rollstuhlgängigkeit garantieren musste, ging es an die Planung. Bei der Vormundschaftsbehörde musste ich die Bewilligung für die doch beträchtlichen Ausgaben einholen. Mit dem Spital waren die Impfungen zu organisieren. Dazu kam das Kaufen geeigneter Kleider. Mein Bruder war schwer zu überzeugen, dass eine Lederjacke am Karneval in Rio de Janeiro nicht unbedingt geeignet gewesen wäre. Ein Rucksack, den ich am Rücken hatte, und ein Rollkoffer, der neben dem Rollstuhl zu ziehen war, musste für das Gepäck genügen. Auch ein klappbarer Duschschemel fand darin Platz, dazu die Kleider zum Wechseln und Hekatomben von Medikamenten.

Brasilien ist wirklich sehr schön, nicht nur die brasilianischen Männer. Ein Drink an der Copacabana, ein Ausflug auf den Zuckerhut. In den Hotels hatte es meistens einen Pool, der aber nicht immer mit dem Rollstuhl zugänglich war. Das waren meine «Freistunden». Sonst war ich immer mit meinem Bruder zusammen: Wir machten Stadtrundfahrten und gingen auf Spaziergänge, sahen den Karneval. Ich wusch die Kleider, duschte meinen Bruder, wenn wieder mal was daneben gegangen war. Ich versuchte mit dem Eigensinn und den Vorstellungen meines Bruders klarzukommen. Ich wusste schon vor der Reise, dass ich vor allem als Behindertenbetreuer gefragt sein würde – eher als «Personal» denn als Bruder oder «Gesellschafter». Trotzdem war der 24-Stunden-Job eine happige Erfahrung, die mich gelegentlich an meine Grenzen brachte. Oft genug hatte mein Bruder auch zu reklamieren: der Weg war zu uneben und schüttelte ihn durch. «Fahr sanfter!», fuhr er mich an, der ich den Rollstuhl schob.



Und immer musste ein Platz gefunden werden, an dem man rauchen durfte.

Die Reise war gut organisiert, an den Flugplätzen wurden wir abgeholt und von «deutschsprachigen» ReiseführerInnen herumgeführt. Einigermassen funktionierte die Verständigung: in Rio de Janeiro, Foz do Iguaçu, Ouro Preto, Salvador da Bahia. Eigentlich wäre noch ein Abstecher nach Manaus, an den Amazonas geplant gewesen, aber es sollte anders kommen: Als wir in Foz do Iguaçu um sechs Uhr morgens schon im Flugzeug sassen, fühlte sich mein Bruder schlecht, musste erbrechen, und wir wurden wieder vom Flugzeug rausgeworfen. Zuerst ging's in die Notfallstation des Flughafens, dann mit dem Krankenwagen ins Spital. Das Gesundheitswesen in Brasilien ist hervorragend. Brasilien ist wunderbar, ich kann es allen empfehlen. Der Karneval, die Fälle von Iguaçu, die Mineralien in Ouro Preto, die Kirchen in Salvador ... In meinem Fall war es auch die Begegnung mit neuen Seiten meines Bruders und mit schon lange nicht mehr gekannten Gefühlen in mir. Schon René Gardi wies darauf hin, dass man auf (schwierigen) Reisen einen Menschen kennenlernt wie kaum sonst wo. Ich habe in Brasilien meinen Bruder und mich recht gut kennengelernt.

Peter Anliker ist Mitglied des Redaktionsteams von männer.ch. Er lebt und arbeitet als Journalist in Bern.

HINTER MAUERN

Männer hinter Mauern, Männer hinter Gittern, Männer im Knast.
Wie leben sie, wie fühlen sie, was geht in ihnen vor?



Thorberg

Im September ist der Film «Thorberg» in den Schweizer Kinos angelaufen. Welche Erfahrungen machte Regisseur Dieter Fahrer während den Dreh-Monaten hautnah bei den Häftlingen? Im Rahmen meiner Recherchen für diesen Artikel mache ich mich auf den Weg ins Kino. Das Wetter ist trüb und kalt, es regnet in Strömen. Stimmungen, die gut zum Kinofilm passen: «Thorberg» – so heisst die Berner Strafanstalt mit ihren über 180 Gefangenen aus 40 Nationen. Sie sind dort wegen schweren Verbrechen, Rückfälligkeit, Gemeingefährlichkeit oder Fluchtgefahr inhaftiert. Der Dokumentarfilm von Dieter Fahrer rückt sieben Männer aus sieben Nati-

onen ins Zentrum der 105 Minuten. Im Prospekt zum Film steht: «Schwere Jungs, so sagt man. Wie schwer wiegt das Schwere? Wieso tut Mann Böses? Wird Mann so besser?» Der Film berührt, nimmt mich gefangen.

Dieter Fahrer hält rückblickend auf seine Arbeit fest: «Ich denke an all die Männer, die da oft lange Jahre ihre Freiheitsstrafen absitzen, nur wenig Sinnvolles tun können, ausser ihre Zeit totzuschlagen. Es gibt viel zu wenig Bildungsangebote, keine Berufslehre mit Abschluss und die Bewegungsmöglichkeiten sind extrem beschränkt. Denn auf dem Thorberg gibt es weder Turnhalle noch Fussballfeld, nur einen asphaltierten Spazierhof, nicht mal einen Baum.»

Nach vielen hundert Stunden der Begegnung und Filmarbeit mit den Männern ist für den Regisseur klar: «Freiheitsentzug an sich ist ein so massiver Eingriff in die Menschenwürde, dass es keiner zusätzlichen Strafe bedarf. Die Häftlinge sollten eine Perspektive erhalten. Nur so kann ihre Befreiung gelingen. Doch ich fühle mich oft macht- und sprachlos angesichts der herrschenden Zustände und der Rufe nach Rache, die in der Öffentlichkeit immer lauter werden.»

MZ Bitzi

Eine Woche später besuche ich das Massnahmenzentrum Bitzi im toggenburgischen Mosnang. Die ehemalige Strafanstalt ist seit 2006 eine Einrichtung des ostschweizerischen Strafvollzugskonkordats. Aufnahme finden männliche, erwachsene Straftäter, die bereit sind, sich mit ihrem Delikt auseinanderzusetzen und ein neues Verhalten einzuüben. Die Vollzugseinrichtung bietet 36 offene und 16 geschlossene Plätze an. Risiko- und Rückfallverhinderung und die damit verbundene Wiedereingliederung in die Gesellschaft sind ihr primäres Ziel.

Dr. Claudio Vannini, Direktor, vollzieht mit seinem Team richterliche Urteile. Das Massnahmenzentrum will die Insassen für das Leben «draussen» fit machen. Vannini: «Ich sehe meine Arbeit auch als Dienst für die Gesellschaft, damit die Sicherheit «gewährleistet» ist und Individuen, die aus den geregelten Bahnen hinausgeworfen wurden, wieder Fuss fassen können.»

Manuel

Einer, der aus der Bahn geworfen wurde, ist der 27-jährige Manuel. Mit elf Jahren begann er Alkohol zu trinken, zu kiffen. Bis 23 konsumierte er ausser Heroin ziemlich alles, was der Markt hergab: Zwei Flaschen Whisky und 20 bis 30 Joints pro Tag, LSD, Koks, Zauberpilze in allen Formen. Im Vollstuf erstach er einen Menschen, kam darum ein halbes Jahr



Marjan, Kosovo

in Untersuchungshaft. In den ersten sechs Wochen darbt er während 23 Stunden in seiner Zelle eingesperrt. «Brutal», erinnert er sich. Mit Hilfe seines Anwalts erwirkte er die Verlegung in eine Zweierzelle. Über die Strafanstalt Lenzburg kam er in den Massnahmenvollzug ins MZ Bitzi. Seither hat sich viel verändert: «Ich spüre mich das erste Mal im Leben. Ich lerne kommunizieren, finde eigene Ansichten und bilde



Mark, Schweiz

mir Meinungen.» Manuel wurde suchtfrei, er beschäftigt sich seit einiger Zeit mit Männer- und spirituellen Themen. Früher hatte er mit seinem Vater und seiner Schwester dauernd Streit, heute würde er die Beziehung zu ihnen nicht mehr hergeben. Freiheit? Jeder Insasse möchte irgendwann wieder frei sein. Manuel: «Ich nutze die Zeit hier, so gut es geht. Vielleicht kann ich bald eine Lehre beginnen. Landschaftsgärtner oder Baumaschinenführer wäre passend. Vielleicht kann ich später das Gartenbaugeschäft meines Vaters übernehmen.» Entscheiden über das weitere Leben wird eine Fachkommission, die den Verlauf seines Lebens aufgrund seines Dossiers neu beurteilen und dem zuständigen Richter eine Empfehlung geben wird.

Wieso Männer?

Regisseur Fahrer verbrachte während dem Filmdreh Tage, Wochen und Monate bei den Häftlingen auf dem Thorberg. Was ist ihm dabei aufgefallen? Dieter Fahrer: «Viele der Männer sind in einem Umfeld aufgewachsen, wo Gewalt etwas Alltägliches ist, wo Mann sich behaupten muss, auch mit den Fäusten oder mit Waffen. Oft sind sie ohne ihre Väter aufgewachsen, mussten sich früh selber durchschlagen, haben kaum je Anerkennung erhalten, auch nicht als Kriminelle im Knast.» Viele der Delikte seien gekoppelt an wahnhaftige Ehrvorstellungen. Werden diese gekränkt, so sei fast alles möglich. Oft ist auch Alkohol mit dabei, als Turbolader für das geballte Muskelspiel. «Männer wollen herrschen und beherrschen und es fällt ihnen schwer, den Zorn zu durchdringen, sich der Trauer zu öffnen, die darunter verborgen liegt. Doch das betrifft nicht nur die Männer hinter Gittern, sondern uns alle», unterstreicht Fahrer mit Vehemenz.

Roger

Roger lebt im geschlossenen Bereich des Massnahmenzentrums. «Zu Beginn war es eine Faust ins Gesicht. Es ist nicht nur die Freiheit, die mir entzogen wurde, es sind 1000 Freiheiten, die ich verloren habe. Manchmal komme ich mir wie ein kleines Kind vor, weil ich für vieles fragen muss.» Er hat gelernt, sich damit abzufinden, sonst würde er daran kaputt gehen. Er fand im geschlossenen Bereich zum Zeichnen, macht Pilatesübungen und Krafttraining, studiert NLP und meditiert. Die wöchentlichen Besuche, die vielen Briefkontakte nach aussen und die Telefonate sind für ihn die übrig gebliebene Normalität. «Alles andere um mich herum ist eine andere Welt: Mir werden alle Entscheidungen abgenommen, ich muss kaum Verantwortung tragen.» Roger war jahrelang schwer drogenabhängig, drei verschiedene

Entzugsformen liegen hinter ihm. Er bewegte sich in Hooligan- und rechtsradikalen Kreisen. Angefangen hatte alles mit einer schweren Kindheit, mit seinen schwer alkoholkranken Eltern. Roger wusste nicht, wohin er gehörte. Er baute rund um sich Mauern auf, um keine Gefühle an sich heranzulassen. Der Moment seiner Tat ist für ihn ein Wendepunkt: «Ich wäre heute nicht dieser Mensch, ich wäre mit meinem Leben nie klar gekommen. Heute habe ich einen freien Kopf, ich durfte meine Gefühle entdecken, ich weiss besser, wer ich bin. Ich weiss, wie emotional ich auf verschiedene Situationen reagiere, ich kann mir klare Ziele setzen und Freude erleben. Und ich komme mir vor wie ein Teenager, der mit 32 Jahren gerade das Leben entdeckt.» Roger hat gelernt, seine Geschichte anzunehmen, und er versucht, im Jetzt und fürs Morgen zu leben.

Zusammenleben

Die Insassen auf dem Thorberg sind sehr verschieden. Sie kommen aus den unterschiedlichsten Kulturen. Männer aus Westafrika bleiben zum Beispiel gerne zusammen auf einer Dreierzelle. Sie sind sich diese Nähe gewöhnt. Es gibt Cliques und Hierarchien, doch es ist nicht wie in den amerikanischen Knastfilmen, wo Leute brutal misshandelt werden, gar um ihr Leben fürchten müssen. Fahrer: «Ich habe immer gestaunt, wie wenig Konflikte entflammen. Ich kann mir dies nur damit erklären, weil im strengen Rahmen des Strafvollzugs massive Sanktionen gegen Fehlverhalten verhängt werden. Jemand riskiert gar seine vorzeitige Drittelsentlassung. Und ein Drittel von 12 Jahren sind ganze vier Jahre. Das weiss jeder.» Alles sei ein Maskenspiel und es gäbe unter den Insassen auch viel verdeckten Rassismus gegen Schwarze, gegen Homosexu-

zusammen. Draussen würde er von diesen Menschen nichts wollen. Wohl wohnt und arbeitet er hier mit ihnen zusammen, weicht ihnen aber darüber hinaus konsequent aus. Wie ist es, immer unter Männern zu sein? Roger: «Es ist schon immer wieder eine grosse Herausforderung, vor allem an Wochenenden. Ich sehne mich danach, wieder einmal mit einer Frau in Freiheit an einem Tisch zu sitzen und gute Gespräche zu führen. Und natürlich auch danach, eine Frau körperlich zu spüren. Dann seufze ich tief, und wenn ich Glück habe und das Telefon frei ist, rufe ich meine Freundin an.» Doch trotz der harten Zeit im Gefängnis sieht Roger immer wieder auch das Positive, das sich daraus entwickelt hat.

Freundschaft hinter Mauern?

Ähnlich bei Manuel: «Im Gefängnis treffen krass verschiedene Persönlichkeiten aufeinander. Das Zusammenleben ist nicht immer wirklich leicht. Man muss lernen, bestimmten Menschen aus dem Weg zu gehen. Mit zwei Insassen pflege ich aktuell Freundschaften, anderen weiche ich aus. In der Strafanstalt Lenzburg, mit dem enormen Nationenmix, war das Zusammenleben viel schlimmer und anspruchsvoller. Dort gab es sicher einmal pro Woche eine Eskalation.» Manuel hat kein Problem, in der männerdominierten Welt zu leben. Trotzdem sehnt er sich nach der Wärme und Nähe einer Frau. Und er freut sich auf den Tag der Freiheit, ab dem er wieder leben kann, wie er will.

Fahrers Erlebnisse auf dem Thorberg sind ähnlich: «Im Knast hat man Kumpel, nur selten Freunde. Es ist schwer, sich wirklich zu öffnen, weil unweigerlich von Trauer, Angst und Einsamkeit die Rede sein müsste, von Schuldgefühlen auch und von Verzweiflung. Doch da könnte ja jeder kommen! Jemand mit einer langen Haftstrafe wird im Idealfall etwas Mönchisches entwickeln, sich zu erforschen beginnen. Wir sehen die Männer und ihre Gesichter, doch wir vergessen, dass sie im Gefängnis nur etwas wirklich gemeinsam haben: das Leid. Deswegen sind sie so einsam.»

Walter

Vor mir sitzt ein guterhaltener, älterer, weisshaariger Mann im Trainingsanzug. Walter ist 61 Jahre alt. Er zählt eine lange Liste von Gefängnissen auf, die er von innen kennt. «Nichts Verrücktes: immer wieder Autodiebstahl, Kleinkriminalität, ein Sexualdelikt. Verurteilt wurde ich aktuell zu zweieinhalb Jahren Strafe, jetzt hänge ich schon seit 12 Jahren im Massnahmenvollzug fest.» Walter fühlt sich innerhalb der Mauern und Gitterzäune nicht nur unwohl. Als Einzelgänger und eher scheuer Mensch gelingt es ihm viel schneller, im Gefängnis Freundschaften zu finden. Aufgewachsen zwischen sechs und sechzehn Jahren im Kinderheim, gehören für ihn Männerbeziehungen zur Normalität. Wohl war er auch zehn Jahre lang verheiratet. «Der Wunsch nach Frau und Familie war immer da, aber das Schicksal wollte es anders», sinniert er. Das gleiche Geschlecht ist das, was ihn schon ein Leben lang begleitet hat. Es kam zu Begegnungen mit minderjährigen Buben. Für ihn war das nichts Schlimmes, das Gleiche hatte er ja auch erlebt. Walter ging erst in der Bitzi-Therapie das Licht auf, warum das ein Verbrechen ist und nicht sein darf. Walter: «Das hat mich stark verändert. Ich lebe heute viel bewusster, ich würde zum Beispiel nie mehr ein Auto stehlen. Ich war mir nie wirklich bewusst, was ich mit meinen Taten anrichte.» Walter hat im Gefängnis auch Feinde, je länger je mehr. Viele Mitgefangene sind nicht auf seiner Wel-



Kevin, Nigeria

le, gegen Sexualstraftäter – doch letztlich sitzt Mann im gleichen Boot. Ganz anders im Massnahmenzentrum bei Roger. Er erlebt seine Gruppe für Gefängnisverhältnisse als aussergewöhnlich harmonisch. Dies widerspiegelt nicht die Norm, das weiss er von anderen Knasten. Roger: «Natürlich wird es bei uns auch mal laut. Nach einer gewissen Zeit hat man die anderen Männer gesehen, hat sie satt, man hat sich alles erzählt. Dann ist es wichtig, den richtigen Abstand zu finden.» Mit zwei Mitgefangenen pflegt Roger intensive Gespräche, öffnet sich auch für persönliche Geschichten. Die anderen kann er sich nicht aussuchen, lebt mit ihnen zwangsweise



Yvan, Schweiz

lenlänge, deren psychische Behinderungen lassen seinen Geduldsfaden ab und zu reissen. Daraus entsteht Distanz. «Vielleicht hat das mit dem Älterwerden zu tun, vielleicht bin ich sensibler. Vielleicht auch darum, weil ich auf das neuste Gutachten warte und langsam ungeduldig werde.» Von was träumt Walter? «Schon noch von Freiheit – obwohl ich so lange drin war. Die Hoffnung ist immer noch da. Aber ich habe Angst, ich könnte sie verlieren.»

Ein Durcheinander

«Besserungsanstalten» hiessen die Gefängnisse früher. Das Ziel des Strafvollzugs ist gemäss dem Schweizer Strafgesetzbuch «das soziale Verhalten der Gefangenen zu fördern, insbesondere die Fähigkeit, straffrei zu leben». Dieter Fahrers Film zeigt ein anderes Bild: Die Fähigkeit, nach dem Gefängnisaufenthalt straffrei zu leben, wird an einem Ort wie dem Thorberg alles andere als gefördert. Zu gross ist die Perspektivlosigkeit, in der sich die Insassen befinden, zu heftig sind die Aggressionen und die Wut, die in den engen, geschlossenen Räumen aufkeimen. «Das ist kein Land hier», sagt Andrij, ein Häftling aus der Ukraine, «das ist ein Durcheinander, eine andere Welt.» Wie sollen diese Männer nach Jahren auf dem Thorberg wieder in der Gesellschaft funktionieren? Diese und viele andere Fragen wirft der Film auf: Ist diese Art, Verbrecher wegzusperren, wirklich sinnvoll? Was genau sollen Gefängnisse den Gefangenen und was der Gesellschaft bringen? Und gäbe es Alternativen? Fahrer: «Eingesperrt zu sein, und das über lange Jahre, das lastet schwer. Schon nach vier, fünf Jahren sind massive psychische und physische Schäden unvermeidlich – das gilt heute auch als wissenschaftlich erwiesen. Viele Insassen haben Rückenschmerzen, nehmen Beruhigungs- und Schlafmittel. Auf dem Thorberg ist es kalt; viele verfallen in Depression.»

Die Unterschiede zwischen der ehemaligen Berner Burg «Thorberg» und dem Massnahmenzentrum Bitzi sind gross: Thorberg eine klassische Strafanstalt mit Vollzugsabteilung,

das MZ Bitzi ein reines Massnahmenzentrum. Da wirken die Mosnanger Neubauten mit den gut eingerichteten Werkstätten im Kontrast zum historisch wirkenden Thorberg schon eher wie ein modernes Militärcamp: Von Drahtzäunen umgeben, zweckmässig modern und mit sinnvollen Betätigungs- und – im Unterschied zum Thorberg – mit diversen Ausbildungsmöglichkeiten. In beiden Organisationen arbeiten Psychologen, Sozial- und Arbeitspädagogen, Justizvollzugsbeamte, Männer und Frauen. Und beide Institutionen verfolgen dasselbe Ziel: Im besten Fall Reintegration der Häftlinge in der Gesellschaft.

Ein Männerthema

Männer hinter Gittern: Das ist uns aus Filmen geläufig und als Schlagzeilen über Mord, Verbrechen, Sexualstraftaten selbstverständlich. Einer, der hinter Gittern sitzt, hat eine Grenze überschritten, die unser Gesetz zieht. Als Individuum. Und als Individuum wird er bestraft. Wie das geschieht, sagt viel über unseren Umgang mit Männern aus: Das Verstehen all dessen, was einen Mann zu seiner Tat geführt hat, bleibt oft im Hintergrund. Ist Verstehen ein Luxus? Nein. Wegsperrern ist vielleicht in einigen Fällen die letzte Möglichkeit, die Gesellschaft zu schützen. Bei allen Betroffenen würde man besser daran tun, nach Ursachen zu fragen und zu lernen – wie es einzelne Gefangene tun.

Aus Datenschutzgründen wurden alle Namen der Häftlinge geändert.
www.thorberg.ch: Der Film ist in ausgewählten Schweizer Kinos zu sehen.
www.bitzi.sg.ch: Massnahmenzentrum Bitzi, Mosnang SG

Die Fotos in diesem Artikel stammen aus dem Dokumentarfilm «Thorberg» von Dieter Fahrer.

Hannes Hochuli ist Hotelier über dem Walensee und Mitglied im Redaktionsteam der Männerzeitung.

ÜBER SEINEN BESTEN FREUND SPRICHT MAN NICHT

Martin Schoch hat zwei beste Freunde auszufragen versucht. Nicht ganz vergebens. «Vier Fäuste für ein Halleluja», der Rest ist Schweigen.

18

Das Geräusch, oder sagen wir besser: der Lärm, der das kleine Wäldchen durchdrang, tönte nicht vielversprechend. Genau genommen klang es ziemlich grauenhaft. Wie eine blecherne Lawine und wie eine Lawine von Problemen, die unerbittlich auf ihn zukam. Das war Pascal gleich klar.

Er rannte auf der kleinen Strasse um die Kurve, hinter der er richtigerweise die Ursache des Lärms geortet hatte. Ebenfalls richtig hatte er erahnt, wer der Verursacher des Lärms war: Severin. Und was Pascal nun sah, nahm der Sache den Schrecken nicht. Severin lag mit blutenden Schrammen am Kopf über der Bordsteinkante und hielt sich sein Knie mit beiden Händen, unter denen ebenfalls Blut hervorquoll.

Wie es dazu gekommen war? Die beiden Jungs, damals so um die 18, hatten sich den 125cc-Roller einer Freundin ausgeliehen und damit ihre ersten Fahrversuche gemacht, sinnigerweise ohne Führerausweis, samstags, nachts um 00:30 und wohl nicht, ohne sich vorher etwas Mut angetrunken zu haben. Severin, das stand fest, schaffte es nicht mehr auf die Beine. Keine Frage, die Ambulanz musste her.

Zoff macht klug

Fahren eines Rollers in angetrunkenem Zustand ohne Führerausweis und mit Unfallfolge. Wie sollte man da ohne Zoff rauskommen? Ein echtes Problem! Denkste. Nicht für Pascal und Severin. Sie sind ein eingeschworenes Team, das schon manchen Sturm ausgelöst und überstanden hat.

Pascal handelte schnell. Den Motorroller liess er hinter dem Holzstapel im Wald verschwinden. Severin hob er hoch, schleifte ihn um die Kurve und platzierte ihn unten an der langen Steintreppe zur Aussichtsplattform. Dann rief er das Spital an. Bis die Ambulanz kam, konnte er sich etwas ausdenken.

Was passiert sei, fragten die Sanitäter bei ihrem Eintreffen. Naja, sie hätten halt etwas gefeiert oben auf der Aussichtsplattform und beim Heruntersteigen sei der Severin so unglücklich gestürzt, dass er die ganze Steintreppe hinuntergeköllert sei. «Wohl Alkohol im Spiel», mutmasste der eine Sanitäter und Pascal quittierte mit einem scheuen Grinsen. Aber die Sanitäter nahmen ihm die Geschichte mit dem Treppensturz ab, und je öfter er die Geschichte erzählte, desto glaubwürdiger wurde sie. Zuerst beim Notfallarzt im Spital, dann am Sonntagmorgen der Mutter von Severin am Telefon, dann bei den argwöhnischen Kollegen und am Montagmorgen auch noch dem Chef von Severin. Einzig bei der Freundin, die das Motorrad ausgeliehen hatte, brauchte es noch ein Bündel Geldscheine für die Reparatur des Rollers, etwas Charme wegen der Kratzer und einen Kollegen, der das Ding flickte und freundschaftshalber keine dummen Fragen stellte.

Freunde lügen nie

Nun sitzen sie vor mir, der Severin und der Pascal. Einige Jahre sind inzwischen vergangen, die Berufslehre ist abgeschlossen, die Rekrutenschule absolviert und die Zahl der Ex-Freundinnen auf ein anständiges Mass angewachsen. Das einzige, was gleich geblieben ist, ist ihre Freundschaft. Man kann ihnen anhaben, was man will: Nach bald einem Dutzend Jahre bringt sie niemand auseinander. Ob ich sie wenigstens zum Sprechen bringe?

Von den beiden will ich wissen, was eine echte Männerfreundschaft ausmacht.

«Zusammen einen Sonntag Kopfweh auszuhalten, ohne sich dabei auf den Nerv zu gehen», meint Severin, und Pascal deutsch aus: «Sich gegenseitig einfach annehmen wie man ist, egal wie man gerade drauf ist, und dem andern nie am Zeugs rumflicken.»

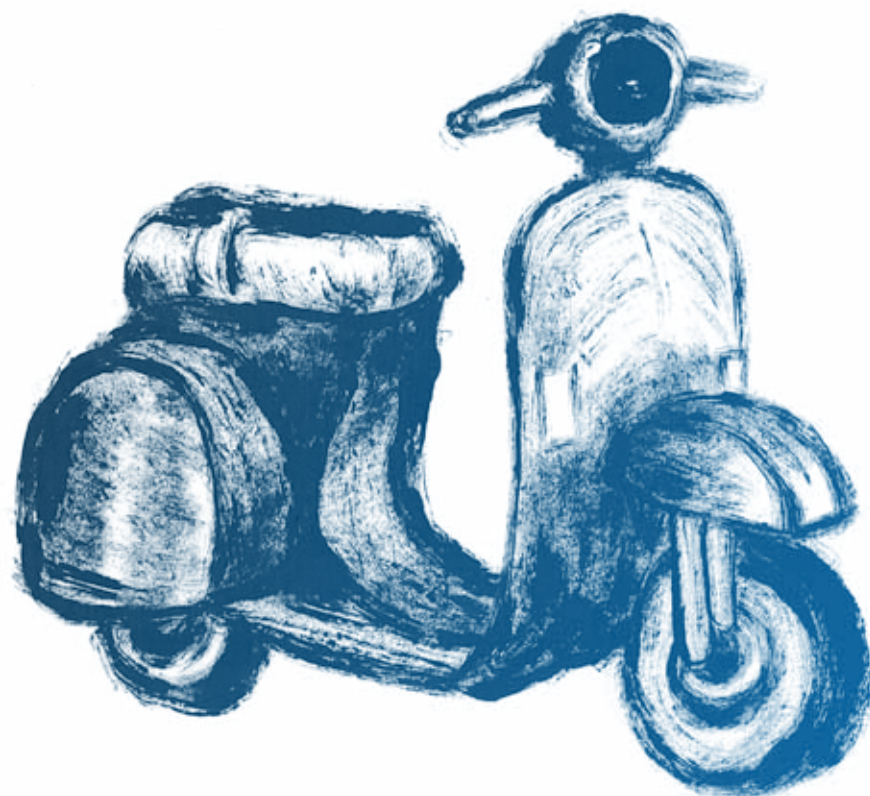
«Und was noch?», frage ich. «Was noch? Nichts! Ist doch genug.»

Ich ahne es, die Frage war schon wieder ein Rohrkrepiere. Und dabei hab ich die beiden zum Essen eingeladen, mich am Sonntag früh in die Küche begeben, meine heiss begehrten Fleischvögel in Steinpilzsauce brutzeln lassen und ein Gemüsebouquet à la provençale dazu serviert. Und jetzt haben sie nichts mehr zu sagen. Dabei waren die beiden meine letzte Hoffnung. Sie waren meine letzte Hoffnung, mit zwei Männern über ihre Männerfreundschaft zu sprechen.

Und ewig grüsst Winnetou

Männerfreundschaften, die gibt es zweifellos, auch wenn mir bei den Recherchen zu diesem Artikel bewusst wurde, dass viele Männer darüber nur in der Vergangenheit zu berichten wissen. Von einem besten Freund, den sie hatten, meist in jungen Jahren. Glaubt man dem Männermagazin «Men's Health», sind es gerade mal 7% der Männer, die einen besten Freund haben. Bei den Beispielen von echten Männerfreundschaften schwangen – ich dachte, mich laust der Affe – Winnetou & Old Shatterhand obenaus – und das im Jahre 2012. Auf Platz zwei schafften es Asterix & Obelix und auf Platz drei Bud Spencer & Terence Hill. Ja, «Vier Fäuste für ein Halleluja». Ganz nach meinem Gusto. Den Film hab ich einen Monat vor meinem sechzehnten Geburtstag gesehen. Mein damals bester Freund hatte zuvor meinen Schülerschein so abgeändert, dass ich in wundersamer Weise schlagartig 30 Tage älter wurde und legal ins Kino durfte.

Bei einem Phänomen, das zumindest bei 7% der Männer auftritt, sollte es möglich sein, einen zu finden, der darüber spricht. Dachte ich. Meine Erfahrung zeigt nun etwas anderes. Über seinen besten Freund tauscht man sich nicht aus. Vielmehr sprechen Männer nicht von, höchstens über Männerfreundschaft und das mit einem ziemlich verklärten Bild.



Ich zog auch in Erwägung, über meinen besten Freund zu schreiben, aber der meint, dass das eher eine Don-Quijote-und-Sancho-Panza-Geschichte gäbe, und da ich der weniger Übergewichtige von beiden sei, wären die Rollen ja schon verteilt. Er selber reite aber nicht gerne ein Maultier.

Also nehm ich nochmals einen Anlauf und quetsche die beiden Jungs bei mir auf dem Sofa weiter aus. Ich frage sie, wieso nicht auch eine Frau diese Rolle einnehmen könne, so eine echt verschworene Gemeinschaft mit einer Freundin, die mit einem durch dick und dünn geht.

Schwul?

Severin setzt an: «Ok, ich erklär dir das. Nehmen wir mal an, wir beide sind wie zwei Löwen und da ... » – «... ja, und die könnten doch beide ein Vertrauensverhältnis mit einem Löwenweibchen haben, mit Verständnis und sich annehmen, wie man ist», fahre ich dazwischen. «Mann, was bist du von Beruf? Soziologe? Da musst du aber nochmals hinter die Bücher. Du musst dir eine Freundin nicht wie ein Löwenweibchen vorstellen, sondern eher wie eine Gazelle. Klar? Und nun nimmst du die beiden Löwen und steckst sie mit ein paar dieser Gazellen in ein Gehege. Du wirst sehen, bei den Gazellen ist schnell ein ehm, na sagen wir mal: natürlicher Schwund zu verzeichnen. Am Schluss bleiben nur die beiden Löwen übrig. Deshalb vertraut man besser dem anderen Löwen; der verschwindet nicht und den frisst man auch nicht auf.»

Pascal fährt fort: «Wir hatten noch nie Zoff miteinander wegen einer Freundin. Wenn einer von uns eine hat, dann akzeptieren wir sie, egal wie sie ist. Umgekehrt hatte aber jeder von uns mit jeder Freundin regelmässige Zoff wegen

unserer Freundschaft. Ständig Gemecker. Was musst du nun schon wieder zum Severin? Bedeutet der dir eigentlich mehr als ich? Manchmal denk ich, du bist schwul.»

Aha, jetzt hab ich die beiden. «Stimmt denn etwas daran, seid ihr schwul oder irgendwie bi oder etwas wie verliebt wenigstens? Sind da nicht mehr Gefühle im Spiel, als man gemeinhin annehmen könnte?» So ganz wohl ist mir bei der Frage nicht, denn solche Fragen kommen bei Männern selten gut an.

Viel Gefühl

«Schwul oder bi? Vergiss es. Never. Vielleicht ist es genau das, was unsere Freundschaft ausmacht. Es ist eben keine Beziehungskiste, es hat nichts mit Besitz zu tun, mit dem Versprechen der ewigen Liebe. Wir sind einfach da. Kein Festhalten, eher Loslassen. Manchmal sehen wir uns zwei Wochen nicht, und wenn wir uns wieder treffen, macht es keinen Unterschied, ob es eine so lange Zeit war oder ob einer nur schnell pinkeln war. Den ändern nie in Besitz nehmen, aber ihn akzeptieren, genau so wie er ist – und das ist manchmal einfach nur da zu sein, wenn am Sonntag der Schädel vom Vorabend brummt, ohne gleich zu nerven, das reicht.»

Glaubt man Siegfried Kracauer (1889–1966, Soziologe und Philosoph), so ist der Freund da, dass man sich an ihm aufrichten kann und muss. Sich an seinem Freund wieder aufrichten nimmt der letzten Bitterkeit, die zur völligen Abstumpfung führt, die Macht.

FREUNDE, VÄTER, SÖHNE

Nils Pickert hat einen Freund, von dem er sich in fast allem unterscheidet, einen Vater, dem er nicht zu ähnlich werden möchte, und einen Sohn, den er als gleich an Rang und Würde betrachtet.

20

Gleich unter Freunden

Wir wohnen in verschiedenen Städten, haben verschiedene Berufe und verschiedene Familiensituationen. Er ist Polizist und ich schreibe. Er packt Dinge an und ich drehe Worte um. Wir leben unterschiedliche Leben, aber wir haben eine gemeinsame Vergangenheit, die sich nur schwer aus der Welt schaffen lässt: Wir waren gemeinsam bei der Armee. 9 Monate gemeinsam gegen Langeweile, Stumpsinn und Absurdität vorgehen. 9 Monate lang jeden Witz raus kramen, den man irgendwann einmal gehört hat, um die aberwitzige Situation noch ein bisschen lustiger zu machen. 9 Monate lang gemeinsam nicht verrückt werden: Wenn man beispielsweise saubere Waffen zu reinigen hat, weil es keinen speziellen Verwendungszweck für die Einheit gibt, wenn man Gras mit Nagelscheren stutzen muss oder nur eine Toilettentür bekommt, wenn man dafür unterschreibt und sie mitnimmt.

Was dagegen hilft? Beim Wachdienst im Koran zu lesen, damit sich der Vorgesetzte in die Hosen macht. Insiderwitze entwickeln, die so verstiegen sind, dass selbst der härteste Ausbilder nichts dagegen machen kann, wenn man ihn auf den Arm nimmt, weil man wörtlich nichts Verwerfliches gesagt hat. Und Schach spielen, immer wieder Schach spielen.

Mein bester Freund muss mich da in Frage stellen dürfen, wo ich von anderen erwarte, dass sie mich unkritisch lieben. Mein bester Freund hat das Recht, mein Verhalten da Scheisse zu finden, wo mir die Meinung von anderen komplett egal ist. Dafür ist er einer der wenigen, die mich ungefiltert aushalten. Wenn wir uns sehen, ziehe ich an, wonach mir gerade ist, trage genau die Laune nach aussen, die ich tatsächlich gerade habe und mache, worauf ich Lust habe. Schach spielen zum Beispiel. Oder essen gehen, fluchen, lachen, auf Menschen schimpfen oder feiern. Und wenn mein Leben völlig auseinander fliegt, wüsste ich, dass er das ist. Dass er mir sagt, was ich verbockt habe, und mir hilft, wieder auf die Beine zu kommen. Umgekehrt gilt das gleiche.

Menschen sind die Hölle. Dantes Hölle, um genau zu sein. Sie umgeben die verschiedenen Aspekte ihrer Persönlichkeit mit nahezu unüberwindbaren Barrieren und weisen allen Personen in ihrem Leben ihren Platz darin zu. Und es gibt nur ganz wenige, die wir in den tiefsten Kreis der Hölle eindringen lassen und die furchtlos genug sind, sich dort aufzuhalten. Dort ist es eiskalt und spiegelglatt, und eine infernalische Kreatur zermalmt die Träume, die wir am konsequentesten ignoriert und verraten haben. Sicher kein Ort für eine Touristenführung. Aber vielleicht für einen Freund.

Die Vatermorgana

Ich liebe es, wenn mein Vater am Samstagmorgen zum Frühstück herüber kommt und wir gemeinsam alles vorbereiten. Sein Rührei ist immer noch besser als meins, und meine Frau

kann ausschlafen, weil er es irgendwie schafft, zwischen Quirlen, Schnippeln und Tischdecken seinen Enkelkindern eine Geschichte zu erzählen. Nebenbei kocht er Kaffee und wir reden ein bisschen. Über die Vergangenheit, über Kindererziehung, über alte und neue Projekte und darüber, was uns wichtig ist. Es geht drunter und drüber, während wir umeinander herum werkeln. Irgendwie gelingt es uns dabei, uns gegenseitig nicht aus den Augen zu verlieren. Es ist das perfekte Chaos, weil wir es gemeinsam angerichtet haben und gemeinsam wieder abräumen werden.

Aber so ist es nicht. Diesen Samstagmorgen gibt es nur in meinem Kopf. Mein Vater hat keine Augen mehr für mich. Ich bin Anfang Dreissig, er ist Mitte Fünfzig – zusammen sind wir beinahe neunzig Jahre alt, also entweder zu alt, um uns noch zu ändern oder zu alt, um uns noch zu erinnern. Ich für meinen Teil erinnere mich und kann es nicht ändern. Wie es für ihn ist, vermag ich nicht zu sagen.

Ich erinnere mich also: Ich greife eine grosse Hand. Ich lerne Fahrradfahren. Ich stehe auf breiten Schultern. Ich erfahre Zuneigung, Gewalt und Missachtung. Ich lerne daraus.

Ich kann es nicht ändern: Irgendwo auf dem Weg zum Erwachsenwerden habe ich ihn verloren wie eine Münze, die ganz blank geworden ist, weil man sie so oft in den Fingern gehabt hat, und die man einmal zu oft aus der Tasche gezogen hat. Er hat sich verloren an eine saftige Midlifecrisis inklusive Scheidung und an die Scham, die Mann allzu oft daran knüpft, dass das eigene Scheitern immer möglich, aber nahezu unerträglich ist. Von meiner Midlifecrisis trennen mich aller Wahrscheinlichkeit noch ein paar Jahre. Das andere könnte mir jederzeit auch passieren.

Was mir von meinem Vater bleibt, ist eine Vatermorgana. Ich kann sie nicht anfassen, ich weiss nicht einmal, wo sie sich konkret aufhält. Sie ist nur eine Luftspiegelung. Vielleicht gibt es sie gar nicht mehr. Was kann ich damit schon anfangen? Vielleicht nehme ich mir am Samstagmorgen beim Frühstückmachen einfach die Zeit, diese Vatermorgana genau zu betrachten und bei mir nachzufühlen, ob ich auch schon dabei bin, mich in Luft aufzulösen.

«Tärängtängtäng, ich bin jetzt da!»

Eine meiner besten Freundschaften ist ein bisschen merkwürdig. Da ist zum Beispiel der Altersunterschied – uns trennen etwas mehr als 25 Jahre, also ein Vierteljahrhundert. Wir thematisieren diese Differenz nicht sehr oft, spüren aber beide, dass unsere Beziehung davon geprägt ist. Hinzu kommt, dass er in seinen Gefühlen oft sehr überschwänglich ist, ganz im Gegensatz zu mir. Ich bin also entweder der Allerbeste oder der Allergemeinste. Dazwischen liegen oft nur wenige Minuten. Aber auch sonst haben wir in mancherlei Hinsicht nicht viel gemeinsam. Wenn ich morgens wach werde, schlüpfte



ich so leise wie möglich aus dem Bett und mache mir einen Kaffee. Wenn er morgens wach wird, schwenkt er eine selbstgemachte Glocke und ruft: «Tärängtängtäng, ich bin jetzt da!»

Auf der anderen Seite sind wir Vater und Sohn und uns verbindet allerhand. Wir essen beide gerne und gut, wir lieben Geschichten und Unfug und wir sind beide schnell (manchmal zu schnell) bereit, jenen zu helfen, die wir lieben.

Mit seinen 5 Jahren ist mein kleiner Kerl mir ein wirklich guter Freund. Ist das überhaupt eine gute Idee? Andere Väter, mit denen ich befreundet bin, sagen, es müsse zu jedem Zeitpunkt klar sein, wer erzieht und wer erzogen wird. Wo dieser Abstand fehlt, fehle auch die Autorität, um wichtige, nichtoptionale erzieherische Massnahmen durchzusetzen. Wieso sollte ein Kind auf seinen Freund hören, wenn es darum geht, sich an Regeln und Verbote zu halten?

So sehr ich diese Art der Argumentation nachvollziehen kann, so wenig bin ich jedoch bereit, mich und meinen Sohn um den Mehrwert unserer Freundschaft zu bringen. Ja, meine Art der Erziehung ist die anstrengendere. Ich muss mir den Mund noch fusseliger reden als andere Eltern und bin darauf angewiesen, dass mein Sohn versteht, wann es ernst gemeint ist und wann nicht. Aber ich bin ein Befürworter der Gleichrangigkeit. Genau wie ich hat er ein Recht auf körperliche Unversehrtheit und darauf, sich seine Freunde selbst auszusuchen. Er hat das Recht, auszuwählen, wen er mit Zuneigung bedenkt und von wem er mit Zuneigung bedacht werden will. Er hat das Recht auf eine eigene Meinung, eigene Vorlieben und eigene Macken. Ich frage mich, wie unsere Kinder lernen sollen, dass ihre Rechte vor Fremden unveräusserlich und nicht nachverhandelbar sind, wenn es selbst uns als Eltern schwer fällt, ihnen einen Persönlichkeitsraum zuzugestehen, der nur ihnen gehört?

Darüber hinaus habe ich in unserer Freundschaft einfach viel zu viel Spaß mit ihm, wahrscheinlich weil nicht nur ich ihn erziehe, sondern er mich. Er bringt mir das Spielen bei. Er ist schlagfertiger als ich. Er überlegt mit mir gemeinsam, in wie vielen Geschichten, die er kennt, Riesen vorkommen und ob die vielleicht alle untereinander befreundet sind und irgendwo zusammen wohnen. Er klingt so vergnügt, wenn er sich morgens mit: «Tärängtängtäng, ich bin jetzt da!» ankündigt, dass ich überlege, auch so aufzustehen.

Sicherlich muss ich gelegentlich ein Machtwort sprechen, und dann ist ihm nicht immer gleich klar, woher diese Macht plötzlich kommt. Dann versucht er sich dagegen zur Wehr zu setzen. Aber so ist es mir lieber. «Tärängtängtäng, ich bin jetzt weg!»

Nils Pickert ist gebürtiger (Ost-)Berliner, lebt und arbeitet als freier Autor und Texter in Süddeutschland. Er ist passionierter Koch und Vater zweier Kinder.

KLOSTERBRÜDER DER ENTSCHEIDUNG

Oder wie ein junger Mann als Zivi im Kloster unter Männer geriet.

22

Beim Gedanken an reine Männergruppen beschleichen mich im ersten Moment eher zwiespältige Gefühle. Dies scheint mir eigentlich unangebracht zu sein, denn ich durfte mit den Jahren erfahren, dass sich nicht jede Männerrunde hinter veralteten Rollenbildern verstecken muss; heute pflege ich Freundschaften zu Männern, mit denen ich mich offen über mein Inneres austauschen kann, was ich sehr schätze. Andererseits bin ich durch meinen Wechsel zum Zivildienst der Hochburg der stereotypen Männlichkeit entronnen. Mit den seltsamen Folgen, die das Überstreifen einer Uniform bei vielen Männern zeitigt, bin ich höchstens noch ab und zu beim Zufahren konfrontiert. Offenbar ist mein Bild vom eigenen Geschlecht trotzdem eher von zweifelhaften Erlebnissen geprägt. Entsprechend erfreulich ist es, dass ich kürzlich just durch den Zivildienst um eine positive Erfahrung mit Männergruppen reicher wurde.

Während vier Wochen half ich diesen Sommer im Rahmen eines Zivi-Einsatzes in der Bibliothek des Benediktinerklosters Disentis aus. Dort katalogisierte ich hunderte Bücher und Tonträger, die seit geraumer Zeit ihrer Erfassung harrten. So bekam ich die seltene Gelegenheit, einen Blick hinter Klostermauern zu werfen und einen Eindruck vom Leben unter Brüdern zu gewinnen. Meine Kammer bezog ich im nahegelegenen Angestelltenhaus. Gleichwohl ergaben sich zahlreiche spannende Begegnungen und Gespräche mit verschiedenen Mönchen, und ich erhielt mehrfach die Möglichkeit, an Gebeten und Mahlzeiten der Klostergemeinschaft teilzunehmen.

Brüder vor Gott

Die klösterliche Lebensweise, aber auch die Weltoffenheit der Brüder und die positive Stimmung in der Klostergemeinschaft, haben mich tief beeindruckt. Der Entscheid, ins Kloster zu gehen, stand für mich immer ein wenig im Verdacht, eine Reaktion auf widrige Lebensumstände zu sein. Nun traf ich auf Menschen, bei denen mir dieser Weg sehr plausibel und authentisch erschien und mich nicht an eine Flucht vor dem Leben denken liess. Vielmehr präsentierte sich mir der Gang ins Kloster als ein Weg, der Spiritualität im eigenen Leben einen prioritären Platz einzuräumen.

Das Leben im Kloster ist geprägt durch die Gemeinschaft der Mönche. Das Selbstverständnis als «Brüder» drückt die Verbundenheit untereinander aus – man lebt zusammen und pflegt dieselben Werte und Ideale. Der Stellenwert der Gemeinschaft zeigt sich auch darin, dass alle wichtigen Entscheide demokratisch gefällt werden. Bei den Benediktinern ist man überdies – im Gegensatz zu anderen Mönchsorden – nicht an den Orden, sondern an eine bestimmte Klostergemeinschaft gebunden; normalerweise bleibt man ein Leben lang im selben Kloster.

Die Gemeinschaft sollte aber nicht mit Freundschaft verwechselt werden. Freundschaften unter Brüdern werden eher kritisch gesehen – sie bergen das Potenzial für Parteilichkeit und können Unruhe in den Konvent bringen. Darin zeigt sich schlussendlich, dass die Klostergemeinschaft kein Selbstzweck ist. Sie bildet vielmehr den Rahmen für den spirituellen Weg und die Askese des Einzelnen. Auch wenn die Gemeinschaft der Brüder prägend ist – im Zentrum steht die Gemeinschaft mit Gott.

Ob es auf diese besondere Ausrichtung zurückzuführen ist, dass ich mich entgegen meiner Vorurteile in dieser Männergemeinschaft wohl fühlte? Oder einfach darauf, dass es sich um eine spezielle Art von Männern handelt, die diesen Weg wählt? Vielleicht hat es auch damit zu tun, dass man sich als Mönch dafür entscheidet, sich vom Dualismus Mann-Frau zu verabschieden und sich entsprechend nicht über seine Männlichkeit definieren muss? Woran auch immer es lag, das Leben unter Brüdern sprach mich sehr an.

Der Klostertag

Zu den spannendsten Erfahrungen meines Aufenthalts gehörte mein «Klostertag», an dem ich die verschiedenen Stationen des klösterlichen Tagesablaufs miterlebte. Der Tag der Mönche beginnt jeweils um 5.30 Uhr mit dem ersten der fünf Stundengebete, die täglich gemeinsam gefeiert werden. Dass mein Wecker bereits um 5 Uhr in der Früh den neuen Morgen ankündigt, geschieht nicht alle Tage – aber ich habe es nicht bereut! Die Stundengebete im Kloster Disentis sind geprägt von gesungenen Psalmen, die im Wechselspiel zwischen Vorsängern und Chor intoniert werden. Das Antiphonale, das liturgische Buch des monastischen Stundengebets, gibt vor, an welchem Tag welche Psalmen gesungen werden. So wird innerhalb einer Woche jeder der 150 Psalmen einmal gebetet. Die einfachen Melodien der mönchischen Gesänge strahlten eine besondere Feierlichkeit aus und die ritualisierten Abläufe riefen wohliger-vertraute Erinnerungen an eine Zeit hervor, als ich mit meiner Familie noch regelmässig in die Kirche ging.

Eindrücklich waren für mich auch die beiden Mahlzeiten mit der Mönchsgemeinschaft. Nach einem stehend gesprochenen Gebet, nahm jeder der Reihe nach seinen Platz an einem der hufeisenförmig aufgestellten Tische ein. Ein Mönch verrichtete den Tischdienst und reichte die Speisen, die sodann wortlos in der Reihe durchgegeben wurden. Das gesamte Essen wurde schweigend eingenommen, während einer der Brüder Textstellen aus der Bibel, der Benediktinsregel, aber auch aus weltlicher Literatur (bei meinem Besuch: Die Biographie von Migros-Gründer Duttweiler) vorlas. Es herrschte eine besondere Stimmung und es war aufregend ungewohnt, schweigend in der Gruppe zu essen. Gleichzei-



tig erschien mir diese Tradition auch sehr fremd: In meinem Leben sind Essen und Geselligkeit sonst eng miteinander verbunden; ich tausche mich mit meinen Tischgenossen über die Erlebnisse des Tages aus, sinniere über Politik und Leben, bespreche Dinge, die mich beschäftigen. Im Kloster hingegen ist auch die Essenszeit eine Zeit des Besinnens und des Nachdenkens – so sieht es die Benediktsregel aus dem 6. Jahrhundert vor.

Innehalten!

Der Klostertag hinterliess einen bleibenden Eindruck. Obwohl ich mich nicht als religiösen Menschen bezeichnen würde, entschloss ich mich, für den Rest meines Einsatzes täglich das Gebet vor dem Mittagessen zu besuchen. Dieses dauerte zwar jeweils nur eine Viertelstunde, war aber eine willkommene Zäsur im arbeitsreichen Tagesablauf. Ich genoss es sehr, für einen kurzen Moment der Produktivität zu entsagen und bewusst innezuhalten, mich der Musik zu ergeben, in Stille zu versinken und beim Hinausgehen ein paar belastende Gedanken zurückzulassen.

Mittlerweile sind seit meinem Einsatz mehrere Wochen vergangen und ich merke, dass sich in meine Erinnerung an die Klostertage eine gewisse Sehnsucht mischt. Mein Zivi-Einsatz im Kloster hat mir wieder einmal aufgezeigt, wie rar in meinem Alltag nicht nur Momente der Entschleunigung, sondern auch Momente der Spiritualität sind – und wie gut mir diese eigentlich tun würden. Dass diese Erkenntnis just durch eine Männergruppe herbeigeführt wurde, lässt sie mir irgendwie umso wertvoller erscheinen. Für Männer bieten die Benediktiner in Disentis übrigens die Möglichkeit, sich für ein paar Tage ins Kloster zurückzuziehen. Im «Kloster auf Zeit» hat man die Möglichkeit, am Alltag der Gemeinschaft teilzunehmen und Momente der Besinnlichkeit zu finden. Mehr Informationen dazu gibt es unter www.kloster-disentis.ch.

David Kieffer ist von Hause aus Historiker und Germanist und arbeitet für einen grossen Schweizer Jugendverband. Nach der Rekrutenschule und zwei WKs entschied er sich, sein Gewissen staatlich prüfen zu lassen und fortan Zivildienst zu leisten.

SITZPINKLER UND DU-SAGER

Entwurf zu einer Theorie über männliches Verhalten vor dem Urinal.

24

Im Alltag einer geschlechtergemischten Gesellschaft ist das Pissoir der letzte männliche Rückzugsort. Ein Männer-Reservoir mit klaren Regeln. Das Pissoir ist aber auch ein Ort der Gleichheit, wo Standes- und Rangunterschiede fehlen und ein Ort der Entspannung und der glücklichen, erlösenden Momente. Dank dieser Eigenschaften zeigt der Mann auf dem Pissoir möglicherweise mehr von sich als ausserhalb dieser Sonderzone. Auf jeden Fall sind hier viele interessante Beobachtungen zu machen. Folgende alphabetisch geordnete Typologie soll einen groben Überblick über vorkommendes Urinierverhalten geben und steht möglicherweise am Anfang einer umfassenden Systematik des Mannes. Sie ist auf keinen Fall abschliessend und stellt einzig Idealtypen dar. In der Praxis existieren sehr wahrscheinlich noch viel mehr beobachtbare Typen, ausserdem handelt es sich bei den meisten Männern um Mischtypen.

Der Abstandhalter

Er stellt sich grundsätzlich an das Urinal, das so weit wie möglich von den bereits besetzten entfernt ist. Falls nur direkt benachbarte Schüsseln frei sind, wählt er diese neben einem Urinierer, der fast fertig zu sein scheint. Wenn er das Pissoir männerleer vorfindet, löst er sein Wasser mit dem grösstmöglichen Abstand zur Türe. Er meidet Blickkontakt, Gespräche und zufällige Berührungen.

Der Du-Sager

Er geniesst das Fehlen der Rangunterschiede, indem er alle herzlich duzend begrüsst und verabschiedet. Gerne pisst er neben seinen Vorgesetzten oder bekannten Persönlichkeiten. Er sucht nicht unbedingt das Gespräch, die persönlichen Grussfloskeln verschaffen ihm genügend Genugtuung. Mit wachsender Erfahrung stellt er sich auf den Rhythmus seines Chefs ein, um möglichst oft Duz-Gelegenheiten herbeizuführen.

Der Geniesser

Er wartet möglichst lange, bis er ordentlich Druck auf der Blase spürt. Er schliesst die Türe leise, zelebriert den Auspackvorgang und pisst langsam und bedächtig. Dabei lehnt er sich gerne zurück und gibt anerkennende Geräusche von sich. Das Abschütteln erledigt er besonders gründlich, für

das Einpacken lässt er sich viel Zeit. Er verlässt das Pissoir mit einem zufriedenen Lächeln und federndem Schritt. Häufig sind Geniesser Mischtypen mit Grunzer-Anteilen.

Der Gesprächige

Für ihn ist das Pissoir ein Ort der Begegnung und des anregenden Gesprächs unter Männern. Er grüsst bereits beim Eintreten freundlich, stellt sich immer neben ein bereits besetztes Urinal und beginnt sofort eine Unterhaltung. Mit Freude äussert er Bemerkungen zu Männerthemen, stellt herausfordernde Fragen und gibt flache frauenfeindliche Witze zum Besten. Beim Lavabo wartet er, bis ein Nachfolger mit Händewaschen fertig ist, um mit diesem plaudernd den Raum zu verlassen.

Der Grunzer

Er scheint sich der Anwesenheit anderer Männer auf dem Pissoir nicht bewusst. Mit Vorliebe gibt er archaische Geräusche von sich, grunzt animalisch und stöhnt erleichtert. Er grüsst nicht, redet nicht und nimmt andere Anwesende einzig als Einschränkung der Urinalauswahlmöglichkeiten wahr. Manchmal wirkt er schlafwandlerisch, der Pissgang scheint kein bewusster Prozess, sondern eine instinktive Handlung zu sein. Häufig sind Grunzer auch Geniesser.

Der Sitzpinkler

Er betritt den Raum nur, um sofort in einer Einzeltoilette zu verschwinden. Nie ist er am Urinal anzutreffen. Ruhe und Intimität schätzend, verlässt er gar unverrichteter Dinge den Raum, wenn momentan keine Kabine frei ist, um sein Glück später zu versuchen. Er sucht nicht den Rückzugsort für Männer, sondern seinen ganz persönlichen. Die Toilettenkabine bietet ihm Schutz und persönlichen Freiraum.

Der Spucker

Er pisst nicht nur ins Urinal, er spuckt auch rein. Ist es reines Macho-Gehabe? Macht der Gewohnheit? Genuss der ausbleibenden gesellschaftlichen Sanktion? Ausleben eines Männlichkeitsideales? Umfassender Flüssigkeitsabsonderungsdrang? Ungeschicktes Überspielen von Verlegenheit? Hier gibt es noch grosses Forschungspotential, und überraschende Erkenntnisse sind durchaus noch möglich.

WAS FRAUEN VERPASSEN, WENN MÄNNER UNTER SICH SIND.

Einmal pro Woche treffen sich Fabio und seine besten Freunde zu einem Männerabend. Ab und zu werde ich dazu als einziger weiblicher Gast ebenfalls eingeladen. «Du bist halt auch nicht so typisch weibisch», meint Fabio. Ich bedauere dann zusammen mit meinen Freunden den schlechten Start von Real Madrid in die Champions League, fachsimpler darüber, ob das Goldküstenbräu besser schmeckt als das Turbinenbräu, diskutiere über Frauen, Sex und die alltäglichen Beziehungsfallen, kurz: Ich mache, was man(n) halt an einem Männerabend so macht. Es gibt Freundinnen, die verstehen nicht, was ich an einem solchen Treffen finde. «Langweilst du dich dabei nicht? Dich interessiert doch Fussball gar nicht! Und dass sie dazu immer Bier trinken müssen, typisch Mann!» Ob da insgeheim die Eifersucht aus ihnen spricht, weil ich als einziger weiblicher Kumpel eingeladen wurde, kann ich nicht mit Bestimmtheit sagen. Tatsache ist: Ich fühle mich wohl alleine unter Männern, und dafür gibt es durchaus nachvollziehbare Gründe.

Sind Männer unter sich, müssen sie nicht um die Gunst anderer Frauen buhlen, sie verstellen sich also nicht. Da ich die Liebe zu Frauen mit ihnen teile, falle ich als potentielle Partnerin sowieso weg. Sie können es sich also sparen, sich wie Pfaue aufzuplustern oder sich besonders um mich zu kümmern. Sie sind albern, sprechen, wie ihnen der Schnabel gewachsen ist, durchaus auch unter der Gürtellinie, und niemand kritisiert das infantile Niveau unserer (nicht minder lustigen) Witze. Über jedes Paar Brüste, das über den Bildschirm flimmert, wird rege diskutiert (am beliebtesten ist definitiv die «gute Hand voll») und bei jeder hübschen Frau fragen sie mich frech: «Und, würdest du?». Ich würde meistens. Sie streiten sich darüber, ob das Goal nun offside war oder lästern über Cristiano Ronaldos verpasste Torchancen, und niemand dreht gelangweilt die Augen und kritisiert die Themenwahl. Sie kochen sich Fleisch und dazu Pasta und keiner der Gäste möchte «lieber nur einen Salat». Und sie sprechen miteinander über das andere Geschlecht, wie sie das in Anwesenheit anderer Frauen niemals könnten, ausser halt eben mit mir. Eine für mich erstaunlich beliebte und oft diskutierte Frage ist dabei die Rolle der Penislänge beim Sex oder gar die richtige Technik, um eine Frau zum Orgasmus zu bringen.

Natürlich geniessen sie es, eine weibliche Stimme in der Runde zu haben, die ungehemmt auf Fragen antwortet und dabei nicht verurteilt. Ich versuche eingesessene Klischees wie «nur die Länge zählt» zu durchbrechen und bin mir auch nie dafür zu schade, meine Freunde mit Komplimenten auf-

zubauen. Oder wie es Fabios Mitbewohner Marcel schon treffend formuliert hat: «Eine lesbische Freundin ist wirklich gut fürs Ego. Schliesslich bist du trotzdem eine attraktive Frau!» Die Authentizität, die bei unseren Gesprächen entsteht, macht für mich den besonderen Reiz dieser Treffen aus, obwohl mich die Champions League, unter uns gesagt, tatsächlich völlig kalt lässt.

Ich bin mir allerdings bewusst, wie wertvoll diese Begegnungen sind. Sie gewähren mir kleine Einblicke in die Seelengründe von Menschen, von Männern, die ihre Verletzlichkeit sonst immer hinter stabilen Schutzmauern verstecken und vorgeben, stark und kontrolliert zu sein. Ihr selbstsicheres Verhalten ist perfekt trainiert und erfüllt auch meist seinen Zweck: die Frauen sind beeindruckt. Diese Fassade interessiert mich nicht, ich möchte dahinter sehen, diejenigen Stellen erforschen, an denen meine Freunde ganz ehrlich mit sich sind. In einer entspannten und geschützten Atmosphäre, in der sie ganz Mann sein dürfen, bekomme ich die Gelegenheit dazu. Ich kann beobachten, dass es meinen Freunden sehr wichtig ist, Verständnis und Mitgefühl von anderen guten männlichen Freunden zu erfahren. «Erlebst du das auch so? Ist es dir ebenfalls schon ähnlich ergangen?» Das Wort unter Freunden scheint unersetzlich zu sein. Und das gängige Klischee, Männer können nicht zuhören, wird damit auch gleich widerlegt. Ich bin oft erstaunt, inspiriert, amüsiert und alles andere als gelangweilt.

Der nächste Männerabend, zu dem ich auch eingeladen bin, ist bereits in meiner Agenda eingetragen. «Kochst du für uns?», hat mich Fabio mit glänzenden Augen gefragt. Ich muss dann immer lachen und mir wird warm ums Herz, weil es so einfach scheint, meine männlichen Freunde glücklich zu machen. Obwohl ich in einigen Dingen anders ticke als sie (vielleicht trotzdem typisch weiblich?), versuche ich urteilsfrei und ehrlich neugierig auf ihre Sicht zu bleiben. Sehr wahrscheinlich ist das auch einer der Gründe, warum meine Anwesenheit nicht stört, sondern meine Sicht ein Gespräch sogar bereichert. Oftmals denke ich, dass bestimmt auch andere Frauen ab und zu von der Qualität solcher Treffen profitieren könnten, wären sie weniger verurteilend. Ich sage ihnen das aber nicht. Ich möchte meine Männer nämlich lieber nur für mich.

Laura Eigengang ist 23 Jahre alt, in der Freizeit Hobby-Anthropologin, interessiert sich sehr für andere Menschen und ihre Beziehungen zueinander.

GESUCHT: MÄNNER MIT MUT ZUR TEILZEITKARRIERE


Neun von zehn Männern wollen es, aber nur einer von zehn tut es: Teilzeit arbeiten.

Das Projekt «Der Teilzeitmann» will Männer mit Rat & Tat zur Teilzeitarbeit ermutigen und beschreitet damit Neuland in der Schweiz.

Träger des Projekts ist männer.ch, finanziert wird es vom Bund.



Teilzeitmann ist ein Projekt von männer.ch, finanziert durch das Eidgenössische Büro für die Gleichstellung von Frau und Mann

 Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Eidgenössisches Büro für die Gleichstellung von Frau und Mann EBG
Finanzhilfen nach dem Gleichstellungsgesetz

männer.ch

TeilzeitKarriere.com
SALONFÄHIGE TEILZEIT & JOBSHARING



Punkto Teilzeitarbeit stimmen bei Männern Wollen und Tun oft nicht überein. Die erste repräsentative Untersuchung in der Schweiz im vergangenen Jahr zeigt: 90 Prozent der befragten Männer möchten ihr Arbeitspensum reduzieren. Konkret arbeiten aber nur 13 Prozent aller Männer und 8 Prozent der Väter von kleinen Kindern Teilzeit.

Selbstbestimmung und Lebensqualität

Hier setzt das Projekt «Der Teilzeitmann» an. Das vierköpfige Team will dazu beitragen, dass bis ins Jahr 2020 der Anteil teilzeitarbeitender Männer auf 20 Prozent steigt. Träger des Vorhabens ist männer.ch, der Dachverband der Schweizer Männer- und Väterorganisationen. Finanziert wird das Projekt durch das Eidgenössische Büro für die Gleichstellung von Frau und Mann (EBG). Diese Unterstützung zeigt, dass das Thema in der Schweiz aktuell und von grosser Relevanz ist.

Das Leben eines Mannes besteht aus verschiedenen Phasen. Die Prioritäten können immer wieder neu gesetzt werden zwischen Berufsarbeit, Weiterbildung, Zeit für die eigenen Kinder oder Betreuung von pflegebedürftigen Angehörigen. Eine Teilzeitarbeit kann nach einer intensiven Phase des Berufseinstiegs und dem Erreichen erster Karriereziele interessant sein, um sich für eine gewisse Zeit familiär stärker zu engagieren. Fest steht: Wer den Schritt wagt, dem winken ein selbstbestimmtes Leben und eine höhere Lebensqualität. Und je mehr Männer – auch mit Führungsverantwortung – Teilzeit arbeiten, desto mehr werden auch viele gut ausgebildete Frauen dies tun können.

Roadshow und Vorbildmänner

Welche Massnahmen beinhaltet das Projekt mit dem Slogan «Ganze Männer machen Teilzeitkarriere»? Ein Pfeiler bildet eine Wanderkampagne mit sechs männlichen Testimonials, die während des Jahres 2013 bei mittleren und grössten Unternehmen in der Deutschschweiz Halt macht. Auf lebensgrossen Faltschirmen präsentieren sich Teilzeitmänner. Sie geben Auskunft darüber, weshalb sie Teilzeit arbeiten, wie sie ein Teilzeitpensum erreicht haben und wie es ihnen damit geht.

«Adressaten der Kampagne sind die einzelnen Männer», sagt Andy Keel, Projektleiter im Jobsharing. «Es sollen Vorbilder geschaffen werden und Teilzeitmänner ein Gesicht erhalten. Unsere Botschaft an interessierte Männer ist: Habt Mut und beginnt, Teilzeit zu arbeiten!»

Widerstände und Heldengeschichten

Die Vorbildmänner treten mit Witz und Stil auf. Das «T» – es ist angelehnt an das Superman-S – steht als Symbol dafür, wie sie Widerstände auf dem Weg zu Teilzeit überwunden haben. So sagt einer der Männer: «Man findet nicht alles im Job. Die Erfahrungen, sich dem zu widmen, was man wirklich will, lohnen sich immer.» Oder ein anderer: «Meine Frau und ich wollten beide Kinder, und jetzt übernehmen wir auch gemeinsam die Verantwortung für sie.» Sie bereuen den Entscheid nicht.

Den Unternehmen wird zudem eine Mittags-Veranstaltung angeboten. Hier erfahren die Mitarbeitenden an einem Vortrag mehr zum Thema Teilzeitarbeit. Dieser lässt sich danach im Intranet des Unternehmens platzieren, zusammen mit dem Info-Paket des Projekts. Auch wird der Anlass für regionale und lokale Medien aufgearbeitet. Die Kampagne ist grundsätzlich kostenlos.

Internetplattform und Teilzeitstellen

Zweiter Pfeiler des Projekts ist die Website www.teilzeitmann.ch. Hier erfahren interessierte Männer einerseits mehr über die Gesprächsführung bei Fragen der Vereinbarkeit von Familie und Beruf, über Tipps und Tricks zum Thema Teilzeit und finden Checklisten für den Start ins Teilzeitleben. Andererseits listet die angegliederte Internetplattform www.teilzeitkarriere.ch täglich rund 8000 qualifizierte Teilzeitstellen in der Schweiz auf. Andy Keel, Projektleiter im Jobsharing, unterstreicht: «Diese Verbindung von Information, Motivation und Stellenbörse ist einzigartig.»

Der Teilzeitmann strebt mit einer intensiven Öffentlichkeitsarbeit eine breite mediale Präsenz an. So sollen Fachartikel und Kolumnen die Teilzeit thematisieren. Das Team nutzt zudem Social Media als Kommunikations- und Netzwerk-Kanal (www.facebook.com/teilzeitmann und www.twitter.com/teilzeitmann). Anliegen ist, dass möglichst viele Männer – und Frauen – die Botschaft «liken» und über Facebook und Twitter weiterverbreiten. Schön wäre, wenn möglichst viele einen Link auf die Teilzeitmann-Website und Facebook setzen könnten. Damit kann Teilzeitarbeit zur gesellschaftlichen Normalität und selbstverständlichen Karriere-Option werden. Und sich bei vielen Männern das Wollen dem Tun angleichen.

Verschaffen Sie dem Projektteam bitte Kontakte zu Ihrem Arbeitgeber (Personalabteilung) oder buchen Sie die Wanderkampagne für Ihr eigenes Unternehmen (info@teilzeitmann.ch). Merci.

Jürg Wiler ist Projektleiter im Jobsharing von Der Teilzeitmann.

www.teilzeitmann.ch, Facebook: /teilzeitmann, Twitter: @teilzeitmann

TEILE ZEIT, MAL VIER!

Will ein Mann Teilzeit arbeiten, muss er gegen Rollenbilder und Existenzängste ankämpfen. Dass sich dieser Kampf lohnen kann, zeigen die Geschichten von Curdin, Kevin, Simon und Fausto. Die vier Männer teilen ihre Lebenszeit, um sie zu multiplizieren.

28

CURDIN UND DER KINDERTAG



«Ich will nicht, dass die Kinder nur ein Projekt meiner Frau sind.»

Die Kinder sind soeben zur Schule losmarschiert. Curdin, der ihnen das Frühstück gemacht hatte, sitzt am Esstisch und schlürft Kaffee. Es ist kurz nach neun. Die Wanduhr tickt.

Auf dem Küchentisch liegen der Tages-Anzeiger und die NZZ. Der DRS-Korrespondent Curdin Vincenz macht Pause. Nicht allzu lange allerdings, in der Küche wartet schon der Abwasch. Auch für den Einkauf und das Kochen ist Curdin heute verantwortlich. Denn heute ist Mittwoch, Curdins Familientag.

Heute bleibt der Journalist zu Hause, kümmert sich um Haushalt und Kinder. Eine Tochter, Julia, acht Jahre, und einen Sohn, Florian, sechs Jahre, hat Curdin. Um die Kinderbetreuung nicht alleine seiner Frau Martina aufzubürden, arbeitet Curdin Teilzeit. Achtzig Stellenprozent sind es heute, sechzig waren es, als Julia und Florian noch nicht zur Schule gingen. «Ich will nicht», sagt Curdin, «dass die Kinder nur ein Projekt meiner Frau sind.»

Curdin weiss, was seine Kinder im Fernsehen und am Computer schauen; was für Zahnpasta sie benutzen und wo ihre Socken sind. «Würde ich Vollzeit arbeiten, hätte ich wahrscheinlich eine andere Beziehung zu meinen Kindern», sagt Curdin, während ihm Kater Pipo um die Beine streicht. Es war an einem seiner Familientage, erinnert sich Curdin, als Julia ihren ersten Milchzahn verloren hatte und sich Florian getraute, ohne Flügeli zu schwimmen.

«Braucht das Kind nicht einen Pullover?», fragen ältere Damen Curdin oft, wenn er mit Julia oder Florian spazieren geht. Er habe sich daran gewöhnt, dass Fremde ihn etwas genauer beäugen, sagt der Vater. «In Sachen Kindererziehung kann ich aber mit meiner Frau auf Augenhöhe sprechen!»

Curdins Frau ist Journalistin. Curdin ist Journalist. Über Journalismus sprechen die beiden miteinander trotzdem fast nie. Oft reden sie über ihre Kinder. «Das hat unsere Beziehung wohl positiv beeinflusst», sagt Curdin.

Curdin ist durch die Teilzeitarbeit ein kompletterer Mensch geworden. Kochen hat er gelernt, er weiss, wann Markt ist, und kennt sich aus in Sachen Kindererziehung. «Ich bewege mich nicht ausschliesslich in der Welt des Journalismus», sagt er. Die handfesten Arbeiten im Haushalt tun ihm gut, sagt er, trinkt seinen Kaffee aus und geht an den Wochenmarkt.

SIMON

UND DIE GESCHENKTE ZEIT



«Seit ich Teilzeit arbeite, bin ich ein zufriedenerer Mensch.»

An einem Montagmorgen vor zwei Jahren ging Simon los und kaufte sich Wochenenden. 47 zum Preis von rund 9000 Franken. Den genauen Betrag hat Simon vergessen. «Ein Schnäppchen», sagt er, «war es auf jeden Fall.»

Simon Wichtermann ist 34, Softwareentwickler und arbeitet seit acht Jahren bei der Finnova AG in Lenzburg, einem führenden Schweizer Anbieter für Bankensoftware. Sechs Jahre tat der diplomierte Informatik-Ingenieur dies vierzig Stunden die Woche, mindestens. Und dann kam jener Montagmorgen.

Simon ging zum Pult seines Chefs, fragte ihn, ob er auf achtzig Stellenprozent reduzieren könne. Simon konnte, bekam den Mittwoch jeweils frei. Auf rund 9000 Franken Lohn im Jahr musste er dafür verzichten. Doch von da an konnte Simon mittwochs aufstehen, wann er wollte – und nicht wann es sein Wecker von ihm verlangte.

Meistens steht Simon an seinen freien Tagen nach neun Uhr auf. Auszuschlafen tue ihm gut. So könne er sich erholen von der Arbeit, vom Stress, von der Türe neben seinem Pult. Die Türe, die alle fünf Minuten auf- und zugeht.

Früher war Simon oft krank. Heute fehlt er nie in der Arbeit. «Teilzeitarbeit ist gesund», sagt er und lacht. Für ihn sei es wichtig Zeit zu haben, für seine Freundin oder für «sein Zeugs». In seiner Freizeit entwickelt Simon gerne eigene kleine Informatik-Programme. Ohne Vorgaben zu programmieren sei entspannend für ihn. Auch Sport mache er gerne, Squash oder Tischtennis vor allem.

Dass Simon nicht mehr jeden Tag arbeiten wollte, verstanden nicht alle. Sein Vater, der sein Leben lang Vollzeit arbeitete, zeigte sich erst erstaunt. Simon aber, der von sich sagt, nicht Materialist zu sein, möchte seine Freiheit nie wieder hergeben. «Seit ich Teilzeit arbeite, bin ich ein zufriedenerer Mensch.»

An die Sprüche seiner Freunde, seiner Arbeitskollegen und Chefs hat er sich gewöhnt. Er konterte sie mit eigenen Sprüchen. Und so vergeht kaum ein Dienstagabend, an dem er seinen Arbeitsplatz nicht räumt mit «schönes Wochenende allerseits».

Noch ist Simon der einzige in seinem Team, der Teilzeit arbeitet. Doch Interesse, sagt er, haben nun auch andere angemeldet. Auch andere wollen jenes Mittwochnachmittag-Gefühl zurück, das sie aus ihrer Primarschulzeit kennen. Jenes Gefühl der Freiheit, das Simon nun schon Dienstagabend überkommt.

KEVIN UND DIE VIELEN UFER DER ZEIT



«Mein eigener Chef zu sein, gibt mir Freiheit»

Ruft man bei Kevin Rechsteiner an, ruft er zurück. Kevin ist vielbeschäftigt, denn Kevin ist – na, was eigentlich? Webdesigner ist er, aber auch Kinobetreiber, Schüler, Lehrer, Orchideenzüchter, Radiomoderator, Barista, Fotograf und Paarberater. Kevin ist vor allem aber Kevin. Ein harmonischer Gegensatz.

Arbeitet Kevin, erholt er sich. Ist es Kevin ernst, nimmt er es gelassen. Lässt sich Kevin treiben, gibt er sich eine Richtung. Schiebt Kevin Überstunden, tut er dies Teilzeit.

Zehn, vielleicht fünfzehn Stunden arbeitet Kevin wöchentlich für ein kleines Kino in Freienstein. Fünf Stunden ungefähr unterrichtet Kevin an einer Berufsschule. Doch mit dem Verb «arbeiten» ist das so eine Sache bei Kevin. Geht er über Mittag schnell ins Kino einen Film einlesen oder gibt er am Abend noch einen EDV-Kurs, dann ist es für ihn nicht Arbeitszeit, nicht nur. Es ist Lebenszeit. Kevin unterscheidet nicht zwischen Arbeitszeit und Freizeit. «Ich versuche», sagt er, «einfach ständig das zu machen, was mir gefällt.»

Will man bei Kevin die Grenze zwischen Arbeit und Freizeit anhand seiner Einkünfte ziehen, ist das auch nicht ganz einfach. Manchmal bekommt Kevin Foto-Aufträge, manchmal fotografiert er nur so. «Wegen des Geldes alleine mache ich gar nichts», sagt er.

Am meisten verdiene er mit seiner eigenen IT-Firma. Zusammen mit seinen zwei Geschäftspartnern und fünf Angestellten arbeitet Kevin dort rund 35 – 40 Stunden wöchentlich. «Mein eigener Chef zu sein, gibt mir Freiheit», sagt er.

Diese Freiheit nutzt er, um sich vom Leben treiben zu lassen, ein Stück weit wenigstens. Treibt eine Chance auf ihn zu, schwimmt er ihr im Fluss der Möglichkeiten entgegen. Als man ihm zum ersten Mal einen Auftrag als Fotograf anbot, nahm er an.

«Ich bin offen für Neues», sagt er. Weil die Schiedsrichter an der letzten EM gut gepfiffen haben, entschloss sich Kevin zu einer Schiedsrichterausbildung. Als sich ein befreundetes Paar nach zehn Jahren Ehe trennte, begann er eine Ausbildung als Paartherapeut. «Es gibt noch tausend Dinge, die ich mal ausprobieren möchte.»

Obwohl Kevin enorm viele Tätigkeiten in eine Stunde presst, hat er nie zu wenig Zeit. Dank seinen flexiblen Arbeitszeiten kann er seine Zeit effizienter nutzen als andere. Auch hat Kevin weder Game-Apps, noch einen Fernseher. Zeitfresser seien das.

Kevin nutzt seine Zeit bewusst. Er versucht alles immer so lange zu machen, wie er will. Kommt er beim Programmieren nicht weiter, geht er ins Kino einen Film auswählen. Schon als Kind konnte Kevin nie lange mit ein und demselben Playmobile spielen. Wechselhaft und sprunghaft sei er halt, sagt der Dreissigjährige, der schon seit elf Jahren mit der gleichen Frau zusammen ist.

Adrian Soller ist freischaffender Journalist aus Winterthur – und ebenfalls ein «Teilzeitmann».

FAUSTO UND DER VERBLÜFFEND EINFACHE SIEG



«Auch wenn dann auf der Arbeit irgend etwas Dringendes ist – ich habe keine Zeit.»

Fausto Guidetti ist ein gewissenhafter Mann, der weiss, was er will. «Ich will, dass meine Tochter einen Vater hat und keinen Wochenend-Papi», sagt er. Er selbst habe einen abwesenden Vater gehabt und der wiederum gar keinen, weil Guidettis Grossvater früh gestorben ist. «Diese Kette wollte ich durchbrechen.»

Im Jahr 2009, als seine Frau schwanger wurde, beschloss Guidetti, sein Arbeitspensum von hundert auf achtzig Prozent zu reduzieren. Der Chemielaborant ist beim Bundesamt für Bevölkerungsschutz angestellt und arbeitet im Labor Spiez. «Ich wusste nicht, wie mein Chef reagieren würde», sagt er.

Gewissenhaft, wie er ist, begann sich Guidetti vorzubereiten. Er durchforstete die Website des Bundes und sammelte alles, was irgendwie darauf hindeutete, dass sich der Bund als fortschrittlicher, familienfreundlicher Arbeitgeber sieht. Ein zweiseitiges Dokument kam damit zusammen. Zusätzlich notierte er sich alle Argumente, welche aus Sicht seines Arbeitgebers dafür sprachen, ihn sein Pensum reduzieren zu lassen. Zum Beispiel: Ich bin motivierter, wenn ich mehr Zeit mit meiner Familie verbringen kann. Oder: Wenn der Arbeitgeber mir entgegenkommt, bin ich ihm etwas schuldig.

«Ich war zuversichtlich», sagt Guidetti. «Aber ich war nicht sicher, dass es klappt.» Weil nur er und auf keinen Fall sein Chef über sein Familienglück entscheiden sollte, sah sein Schlachtplan so einfach wie konsequent aus: Sagt sein Chef nein, geht er zum Chef des Chefs. Sagt auch dieser nein, kündigt er.

Als Guidetti seinem Chef sein Anliegen vorbrachte, sagte dieser: «In Ordnung.» Zusammen gingen sie zum Chef des Chefs. Dieser sagte: «In Ordnung.» Die Schlacht war gewonnen, der Sieg war dank guter Vorbereitung ein leichter, sogar ein verblüffend leichter.

Seit Anfang 2010 arbeitet Guidetti nur noch achtzig Prozent. Jeden Montag verbringt er mit seiner Tochter. Er sagt: «Auch wenn dann auf der Arbeit irgend etwas Dringendes ist – ich habe keine Zeit.»

Im Labor Spiez arbeiten rund 100 Leute, darunter 70 Männer. Vor einem Jahr hat noch ein weiterer sein Pensum auf 80 Prozent reduziert – das war's aber auch schon. Immerhin haben sich die anderen unterdessen daran gewöhnt. «Anfangs gab es schon Gifteleien», sagt Guidetti. Wer nicht hundert Prozent arbeite, arbeite nicht richtig, habe einer gesagt. «Die Reaktionen lagen irgendwo zwischen Bewunderung und Neid», sagt er. «Es gibt noch andere, die gerne weniger arbeiten würden, aber sie trauen sich nicht.» Bevor er es selber versucht habe, sei er unsicher gewesen, aber jetzt wisse er: «Die Voraussetzungen stimmen – das Problem liegt in den Köpfen.»

Adrian M. Moser ist Journalist und Redaktionsmitglied der Männerzeitung.

WIE SAG ICH'S MEINEM CHEF?

Der Teilzeitarbeiter.



Ich will Teilzeit arbeiten – was muss ich tun?

Informiere dich darüber, wie es in deinem Betrieb in Bezug auf Teilzeitarbeit aussieht. Teilzeitarbeit ist eine Frage der Betriebskultur. Bin ich der Erste oder arbeiten hier schon andere Teilzeit? Was machen sie für Erfahrungen? Bin ich der Einzige, oder wollen noch andere ihr Pensum reduzieren? Wo stehen sie in ihren Überlegungen? Haben sie schon mit Vorgesetzten gesprochen? Gibt sich mein Arbeitgeber in seinem Leitbild fortschrittlich und sozial?

Kläre deine Ziele: Was ist dir Teilzeit wert? Wenn du Teilzeit arbeitest, gewinnst du viel, aber du zahlst auch einen Preis: Du erhältst weniger Lohn, es kann sein, dass deine Aufstiegschancen kleiner werden, es kann sein, dass dir deine Kollegen ein wenig Liebe entziehen. Dein Leben als Arbeitnehmer könnte etwas komplizierter werden. Also musst du sehr genau wissen, wofür du es machst!

Warum will ich Teilzeit arbeiten? Mit welchem Pensum und welchem Arbeitszeitmodell?

Was verliere ich? Was gewinne ich (beruflich, persönlich, familiär)? Zu welchen Kompromissen bin ich bereit? Zu welchen nicht? Was, wenn mein Gesuch abgelehnt wird?

Sprich mit dem Chef! Dein Chef ist dein Partner, wenn es darum geht, dein Arbeitspensum zu verändern. Sei bereit, ihn mit deinen guten Argumenten zu überzeugen, lass dich von einer ersten ablehnenden Reaktion nicht entmutigen. Gehe im Zweifelsfall schrittweise vor.

Trete selbstbewusst auf. Du stellst keine Bitte, du machst ein Angebot. Sage, was du brauchst und formuliere konkrete Vorschläge! Zeige Verständnis, wenn dein Chef Bedenken hat.

Hilf, Lösungen zu finden – wie wär's mit einer sechsmo-natigen Versuchsphase? Und schliesslich: Bleibe beharrlich und versuch es noch einmal!

Ich will Teilzeit arbeiten. Was habe ich für Optionen?

Es gibt verschiedene Formen der Teilzeitarbeit. Zum Beispiel: *Tagesteilzeitarbeit:* Du arbeitest an allen Werktagen, aber mit reduzierter Arbeitszeit.

Halbtagesarbeit: Du arbeitest jeden Vor- oder Nachmittag.

Wöchentliche Teilzeitarbeit: Du arbeitest ganztags, aber nicht an allen Werktagen

Rollierende Wochenarbeit: Du arbeitest, zum Beispiel, nur jede zweite Woche, drei von vier Wochen oder immer in der ersten Woche des Monats.

Jahresteilzeitarbeit: Du bist frei, wie du die Arbeitszeit übers Jahr gesehen einteilst. Das ermöglicht dir, mal mehr und mal weniger zu arbeiten.

Jobsharing: Du teilst mit einer zweiten Person eine Vollzeitstelle.

Wenn du dich mit deinem Arbeitgeber auf ein fixes Arbeitszeitmodell, zum Beispiel eine Tagesteilzeitarbeit, einigen kannst, lässt sich dein übriges Leben leicht planen. Auf der anderen Seite kannst du schlecht auf Schwankungen im Arbeitsanfall reagieren.

Mit einem flexiblen Modell, zum Beispiel Jahresteilzeitarbeit, hast du am meisten Freiheiten – sofern du deine Arbeitszeit auch wirklich bestimmen kannst. Allerdings kann die Flexibilität vom Arbeitgeber zum Nachteil des Arbeitnehmers ausgenutzt werden, zum Beispiel indem er ihn «auf Abruf» arbeiten lässt.

Ich will Teilzeit arbeiten. Was habe ich für Argumente, die meinen Chef überzeugen könnten?

Betriebe, in denen Teilzeit gearbeitet wird, stellen viele positive Effekte fest: Sie verzeichnen eine höhere Motivation der Mitarbeitenden, angenehmeres Betriebsklima und weniger Betriebsunfälle dank ausgeglicheneren Mitarbeitenden. Sie haben weniger krankheitsbedingte Ausfälle, geringere Fluktuationen und weisen eine höhere Attraktivität auf dem Arbeitsmarkt auf. Betriebe mit Teilzeiterwerbstätigen erreichen im Vergleich eine höhere Produktivität und sind effizienter durch flexible Formen der Arbeitsorganisation. Sie vergrössern ihr Know-how dank ausserberuflich erworbener Schlüsselkompetenzen ihrer Teilzeitmitarbeitenden.

Dazu kommen deine eigenen Argumente: Du möchtest deine Kräfte so einteilen, dass es für Beruf und Familie reicht. Vielleicht arbeitest du auch Teilzeit, um dich ehrenamtlich zu engagieren oder eine Weiterbildung zu machen – auch das kann für den Betrieb von Vorteil sein. Es kann sein, dass du dich mit der Arbeitszeitreduktion besser auf deine Kernaufgaben konzentrieren kannst.

Ich hab's geschafft! Ich arbeite Teilzeit – was muss ich beachten?

Bleibe Teil des Teams: Wer am Arbeitsplatz oft fehlt, hat es schwerer, sich in das Team zu integrieren. Pflege also ganz bewusst deine Kontakte am Arbeitsplatz und gegenüber deinen Vorgesetzten. Zeige während deiner Anwesenheit, dass dir deine Arbeit und die Zusammenarbeit im Team wichtig ist. Du arbeitest weniger Stunden – aber nicht weniger gut!

Bleibe auf dem Laufenden: Teilzeitangestellte laufen Gefahr, gewisse Informationen zu verpassen, weil sie nicht immer da sind. Achte also darauf, dass du deine Informationen weitergibst und die wichtigen Informationen bekommst. Mach das ruhig und gelassen, vermute keinen bösen Willen, wenn du etwas nicht erfährst, weil du nicht da warst: Die andern müssen dir nicht hinterherrennen.

Mach, was du kannst, aber nicht zu viel! Auch Teilzeitangestellte können verpflichtet werden, Überstunden zu leisten. Dies birgt das Risiko, dass der erst durch die Teilzeitarbeit geschaffene Freiraum gleich wieder verschluckt wird. Gleichzeitig besteht die Gefahr, bei den vollzeitangestellten Kollegen in Missgunst zu geraten, wenn man sich zu wenig grosszügig zeigt – auch sie müssen schliesslich Überstunden leisten.

Ich arbeite Teilzeit. Wie bin ich versichert?

Unfallversicherung: Alle Beschäftigten sind obligatorisch gegen Berufsunfälle, Berufskrankheiten und Unfälle auf dem Arbeitsweg versichert. Wer acht oder mehr Stunden pro Woche in einem Unternehmen arbeitet, ist auch gegen Nichtberufsunfälle versichert.

Koordinationsabzug bei der Pensionskasse: Hier bringt die Teilzeitarbeit die grössten Probleme mit sich. Zwei Zahlen sind wichtig: Nur Löhne von über 20 880 Franken pro Jahr sind obligatorisch versichert. Und: Versichert ist nur jener Teil des Lohnes, der nach dem sogenannten Koordinationsabzug von derzeit 24 360 Franken übrig bleibt, aber mindestens 3480 Franken. Das bedeutet: Wer in einem kleinen Pensum arbeitet, hat keine oder nur sehr geringe obligatorische Pensionskassenleistungen zugute.

Arbeite bei den Vertragsverhandlungen darauf hin, dass dein Lohn unabhängig einer Grenze versichert wird. Dasselbe Problem haben Arbeitnehmer, die zwar mehr als die geforderten 20 880 Franken pro Jahr verdienen, dies aber bei mehreren Arbeitgebern tun. Sie können sich bei der Aufgabeeinrichtung BVG oder bei der Versicherung eines ihrer Arbeitgeber freiwillig versichern lassen. Je geringer das Pensum, desto mehr fällt der Koordinationsabzug ins Gewicht. Verlange deshalb bei den Vertragsverhandlungen einen proportional auf dein Pensum abgestuften Koordinationsabzug.

www.teilzeitmann.ch



Ari Byland



Simon Schmid

TEILZEIT BITTE!

In vielen Firmen ist Teilzeit bei Männern Mangelware. Das kann sich ändern, wenn mehr Männer darauf beharren.

«Die ausserbetrieblichen Erfahrungen der Mitarbeiter/-innen, seien das Familienverpflichtungen oder Lehraufträge an Fachhochschulen, machen den administrativen Mehraufwand mehr als wett.» Konrad Burri

90 Prozent der St. Galler arbeiten zu viel. Das sagen sie zumindest von sich selbst, wenn man sie danach fragt. Und weil die Studie des Kantons St. Gallen von 2011 repräsentativ ist, darf hier geschrieben werden: Neun von zehn Männern in der Schweiz würden gerne Teilzeit arbeiten. Doch neun von zehn Männern tun faktisch genau das Gegenteil. Nicht einmal 14 Prozent von ihnen arbeiten laut dem Bundesamt für Statistik Teilzeit – dieser Wert hat sich seit über zehn Jahren nicht verändert. Während jede zweite Mutter Teilzeit arbeitet, arbeiten neun von zehn Vätern weiter Vollzeit. Was ist hier eigentlich los?

Sybille Sachs, Professorin an der Hochschule für Wirtschaft in Zürich, meint: Die Männer trauen sich nicht. Ein Mann ist nach wie vor der Alleinernährer – erst recht, wenn Kinder im Spiel sind. «Nicht voll zu arbeiten, verursacht immer noch Hemmungen», sagt Sachs. «Die Männer trauen sich nicht, das Thema bei einem Bewerbungsgespräch aufzugreifen, weil es nicht ihrem Rollenbild entspricht.»

Der Abschied von alten Rollen kann seinen Preis haben

Fragt man bei den Unternehmen nach, warum die Männerquote im Teilzeitmarkt massiv tiefer ist als jene der Frauen, kommt in der Tat das Argument der archaischen Rollenverteilung ins Spiel. Coop meint: «Das Ungleichgewicht kommt vom traditionellen Rollenverständnis in der Schweiz. Es sind nach wie vor vorwiegend Frauen, welche bei Familienpflichten eher Teilzeit arbeiten und dies nachfragen.» Bei Coop arbeiten 16 Prozent der Männer Teilzeit. Auf zehn Bewerber, Frauen mit eingerechnet, folgt nur einer, der sich aktiv nach

Teilzeitmöglichkeiten erkundigt. Beim Zürcher Gastronomie-Unternehmen Bindella arbeiten von 1000 Mitarbeitern gerade einmal zehn Männer Teilzeit – eine Quote von einem Prozent. «Bei uns arbeiten Menschen aus 62 Nationen. Bei den meisten Kulturen herrscht noch immer das Verständnis vor, dass der Mann das Geld nach Hause bringt», erklärt man sich bei Bindella die magere Quote.

Der Schweizerische Arbeitgeberverband bestätigt die Aussagen der Unternehmen. «Die niedrige Quote hat auch mit dem Rollenverständnis der Männer zu tun. Es ist nach wie vor ein Tabuthema», sagt Ruth Derrer Balladore vom SAV. Und fügt hinzu: «Man kann nicht vom Arbeitgeber verlangen, dass er etwas einführt, wonach schlicht nicht gefragt wird.» Die Verantwortung liege klar bei den Arbeitnehmern. Sie ist überzeugt: Wenn mehr Männer Teilzeitpensen fordern würden, wären die Unternehmen gezwungen, zu handeln. «Warum auch ausgleichen, was von niemandem gewünscht

wird?», lautet die knappe Antwort der Migros auf die Anfrage hin, was man in Zukunft gegen das Ungleichgewicht an Teilzeitarbeit tun wolle. Bei der Migros arbeiten knapp 18 Prozent der Männer Teilzeit.

«Es ist ja nicht so, dass es keine Angebote geben würde. Viele Firmen stellen Teilzeitstellen zur Verfügung. Es ist aber nicht die gelebte Norm», sagt Professorin Sybille Sachs. Teilzeitarbeit werde in der Regel nicht offensiv propagiert und bei den meisten Firmen auch nicht speziell gefördert. Daraus entsteht laut Sachs eine diffuse Situation: Es werde dem Individuum am Ende freigestellt, sich für eine Teilzeitstelle zu entscheiden.

Gleichzeitig werde aber indirekt angedeutet: Förderlich für eine Karriere ist diese Entscheidung nicht. Die Leistungsorientierung ist nach wie vor gern gesehen, und ein Chef, der nicht immer sichtbar ist, ist kein richtiger Chef. Studien belegen, dass Männer in qualifizierten Teilzeitstellen mit Führungsverantwortung sogar weniger verdienen als Frauen in der gleichen Position. Der Entscheid für Teilzeitarbeit hat also seinen Preis – oder seinen Wert.

Teilzeitarbeit lohnt sich

Die Schweiz hat im Vergleich zu anderen Ländern eine vergleichsweise hohe Teilzeitarbeitsquote. Gleichzeitig ist der Unterschied zwischen den Geschlechtern einer der höchsten weltweit. Insbesondere auf Kaderebene ist Teilzeitarbeit bei Männern kaum existent und gilt als verpönt. Eine 2005 durchgeführte Umfrage unter 26 SMI-Firmen hält fest: Die Hälfte der Firmen steht Teilzeitarbeit grundsätzlich positiv gegenüber, ein Drittel lehnt sie ganz ab. Die Firmen, die Teilzeit beschäftigen, geben an, mit dem Modell durchwegs positive Erfahrungen zu machen. Die ablehnenden Firmen verfügen über wenig bis keinerlei Erfahrung mit dem Modell und geben als Grund für die Nichteinführung das fehlende Bedürfnis der männlichen Kadermitarbeiter an.

«Je austauschbarer die Arbeit ist, desto eher kann sie Teilzeit erledigt werden», meint Derrer Balladore vom Schweizerischen Arbeitgeberverband. Das bringt die Problematik mit Teilzeit auf Kaderstufe auf den Punkt: Es ist ein schwieriges Unterfangen, Verantwortlichkeit, Reisetätigkeiten und Mandate unter mehreren Mitarbeitern aufzuteilen. Nicht in allen Firmen ist es überdies möglich, Teilzeitmodelle einzuführen – und nicht für alle Tätigkeiten macht eine Aufteilung der Arbeitsprozente Sinn.

Wo es aber sinnvoll und möglich ist, stellt Teilzeitarbeit ein Gewinn-Modell dar: Der grössere Kosten- und Koordinationsaufwand, den Unternehmen in Kauf nehmen müssen, wird durch eine höhere Produktivität seitens der Mitarbeiter kompensiert. Die Arbeitnehmer arbeiten länger an einem Ort, sind zufriedener, es entstehen weniger Einarbeitungs- und Suchkosten. «Studien belegen eine Unternehmensrendite von bis zu acht Prozent», meint Sachs. Natürlich seien solche Werte schwer zu messen. Klar sei aber: einen ökonomischen negativen Impact ziehe Teilzeitarbeit nicht nach sich.

Securitas und McDonald's an der Spitze

Einige Unternehmen haben die positiven Auswirkungen von Teilzeitarbeit erkannt und setzen sie für sich um – sei dies, weil Teilzeitpensen in Branchen wie Gastronomie

oder Sicherheitsdienst gefragte Modelle sind oder weil die Firmen von den positiven Auswirkungen der Teilzeitarbeit auf ihre Mitarbeiter profitieren. Die Securitas AG in Zürich beschäftigt zwei Drittel ihrer 900 Mitarbeiter in Teilzeitpensen – 75 Prozent der Mitarbeiter sind Männer. Bei der Securitas ist Teilzeitarbeit für einen Einstieg in die Firma Bedingung. «Das ist Pflicht. Nur so kann ich einen neuen Mitarbeiter auf seine Fähigkeiten prüfen. Und die Mitarbei-

ter können arbeiten wann und so viel sie wollen», sagt Roger Lamm von der Regionaldirektion Zürich. Zu wenig Arbeit gebe es ohnehin so gut wie nie. Es seien überwiegend junge Männer,

die Teilzeit arbeiten wollen. «Die Jungen haben noch keinerlei familiäre Verpflichtungen und schätzen es, wenn sie auch noch Zeit für anderes haben. Viele wollen gar keine Festanstellung», sagt Lamm.

Bei McDonald's Schweiz arbeiten 80 Prozent der Angestellten Teilzeit. Der Männeranteil liegt bei 40 Prozent, gemessen an der Gesamtanzahl Mitarbeiter. Bei der Post arbeiten knapp 50 Prozent der Beschäftigten Teilzeit, knapp die Hälfte von ihnen sind Männer. Auch bei den Berner Verkehrsbetrieben arbeitet rund die Hälfte der Männer Teilzeit – auch in Führungspositionen, versichert Konrad Burri von Bernmobil. «Das ist unsere Personalpolitik, wir stehen Teilzeitarbeit offen und positiv gegenüber», sagt er. Die ausserbetrieblichen Erfahrungen der Mitarbeiter, seien das Familienverpflichtungen oder Lehraufträge an Fachhochschulen, würden den administrativen Mehraufwand mehr als wettmachen. «Das kommt der Persönlichkeitsentwicklung zugute. Und das wiederum ist gut für uns.» Es sei bekannt, dass Bernmobil Teilzeitstellen anbiete. Auch deshalb kämen die Leute vermehrt auf das Unternehmen zu und fragten nach Teilzeitpensen.

Das Unternehmen Axa Winterthur wurde 2011 mit dem «Prix Balance» ausgezeichnet für seinen Einsatz zur Förderung der Gleichstellung von Mann und Frau. Während die Frauenquote auf der Führungsebene mit fast 30 Prozent ein Vorzeigeebene erreicht hat, arbeiten beim Unternehmen nach wie vor nur zwölf Prozent der Männer Teilzeit. Zwar entspricht dies einem Zuwachs von 30 Prozent innerhalb von nur drei Jahren. Jedoch zeigt sich an diesem Positiv-Beispiel umso mehr, wie sehr das Thema Männer-Teilzeitarbeit in der ganzen Gleich-

stellungsdiskussion bisher vernachlässigt wurde. Die Swisscom zählt insgesamt lediglich 13 Prozent Teilzeitarbeitende. Wie hoch die Männerquote ist, wird gar nicht erst erfasst. Bei der

Rückversicherungsgesellschaft SwissRe arbeiten knapp vier Prozent der männlichen Angestellten Teilzeit. Bei den Frauen ist es ein Drittel. «Die Angst der Männer, zurückgestuft zu werden, ist am Ende die Angst vor dem Urteil der eigenen Kollegen und des Vorgesetzten», meint Derrer Balladore vom SAV. Die einzige Möglichkeit, etwas an der aktuellen Lage zu ändern, sei, das Problem offen anzusprechen. «Wenn kein Mann fragt, dann wird auch kein Arbeitgeber ihm ein Teilzeitpensum anbieten. Die Männer müssen das einfordern. Genau das haben wir Frauen vor 20 Jahren auch getan.»

Während jede zweite Mutter Teilzeit arbeitet, arbeiten neun von zehn Vätern weiter Vollzeit.

«Wenn kein Mann fragt, dann wird auch kein Arbeitgeber ihm ein Teilzeitpensum anbieten.» Derrer Balladore, SAV

Wenn der Vater vorbeizieht

Zum diesjährigen Vätertag lancierte die Organisation Familien-Ost-Schweiz (FamOS) das Projekt «Vätergeschichten». Zum Abschluss des Pilotprojekts besuchte Initiant Mark Riklin das Pflegeheim der Region Rorschach.

36



Die Erinnerung an den Vater dauert drei Sekunden. Und es ist die einzige. «Am 1.-Mai-Umzug in Zürich stehe ich am Strassenrand und beobachte die Gewerkschafter, wie sie an mir vorbeiziehen. Plötzlich zeigt meine Mutter auf einen grossgewachsenen Arbeiter und sagt: «Dort hinten links, das ist dein Vater.» Ich sah ihn nur kurz vor mir», erzählt ein 68-jähriger ehemaliger Dachdecker. Es sollte die erste und einzige «Begegnung» mit seinem Vater bleiben. Als er Jahre später die Nachricht vom Tod seines Vaters erhält, erfährt er, dass der Vater ein Leben lang nur 400 Meter von ihm entfernt gewohnt hat.

In der Ostschweiz unterwegs

Der Erzähler sitzt auf der Terrasse des PeLago, Pflegeheim der Region Rorschach, und schildert seine Vatergeschichte. Mark Riklin hört ihm aufmerksam zu und notiert sich hin und wieder ein Stichwort. Er sammelt Geschichten über Väter und sucht dabei die spannendsten Szenen heraus.

Im Auftrag der Organisation Familien-Ost-Schweiz (FamOS) hat Mark Riklin das Projekt Vätergeschichten entwickelt. Seine Idee ist zum Motto für den sechsten Vätertag in der Schweiz geworden. Der Schwerpunkt der Aktion liegt in der Ostschweiz. Mark Riklin und Projektleiter Cornel Rimle

waren in St. Gallen, Romanshorn und Herisau unterwegs und luden Männer und Frauen auf öffentlichen Plätzen dazu ein, ihre persönlichen Erinnerungen zu schildern.

Ausstieg ist nicht einfach

Zum Abschluss des Pilotprojekts besuchte Mark Riklin das PeLago und führte sechs Gespräche. Mark Riklin stellt fest: «Je älter die Menschen werden, desto näher rückt ihre Vergangenheit.» Einer der Bewohner im PeLago ist am Anfang eher wortkarg. Am Schluss des Gesprächs aber sprudeln die Erinnerungen aus ihm heraus. «Der Ausstieg aus einer Geschichte ist nicht immer einfach», sagt Mark Riklin schmunzelnd. «Wer sich in den Erzählstuhl wagt, steht meist nicht mehr freiwillig auf.»

Riklin hat viele Geschichten gehört. Heitere, ernste und auch berührende. Wie etwa die Geschichte des 90-jährigen ehemaligen Maschinenschlossers: Sein Vater hatte ihm – als dieser bereits über 100 Jahre alt war – von seiner Geburt erzählt. Damals sei die Kindersterblichkeit noch so hoch gewesen, dass seine ersten drei Kinder bei der Geburt alle gestorben seien. «Als ich als erstes Kind überlebte, ist mein Vater vom Geburtszimmer die Treppe hinunter in die Stube gegangen und hat

geweint vor Freude», erzählt der 90-Jährige heute mit Tränen in den Augen.

Wandernde Geschichten

Iris Knecht vom PeLago zieht eine positive Bilanz. «Die Erzähler sind während des Gesprächs regelrecht aufgeblüht», sagt sie. Die Aktion «Vätergeschichten» habe im PeLago für Gesprächsstoff gesorgt. Einige Männer und Frauen hätten eigentlich nicht mitmachen wollen. Am Mittagstisch erzählten sie den anderen dann doch ihre persönlichen Vätergeschichten. «Dass die Geschichten weiterwandern, ist das Beste, was unserem Projekt passieren kann», sagt Mark Riklin.

Zusammen mit Projektleiter Cornel Rimle hat er an acht verschiedenen Stationen insgesamt 75 Geschichten gehört und Szenen daraus niedergeschrieben. Sie sollen nun in einem Geschichtenarchiv zugänglich gemacht werden. Mark Riklin hat verschiedene Ideen, wie sie weiterverwendet werden könnten. Er denkt dabei etwa an eine szenische Lesung in einer Geburtsabteilung. Oder ein Poetry-Slammer könnte im Geschichtenarchiv stöbern und die Szenen auf die Bühne bringen.

Lea Müller ist Journalistin des «St. Galler Tagblatts». Ihr Bericht ist am 2. Juni 2012 erschienen.

Der Indianer

An einem Familientreffen an einem Sonntag, alle haben das Essen beendet, frage ich (7) meinen Vater (55), ob er mir etwas zeichnen könne. Er greift nach dem Stift, den ich ihm hinhalte, und beginnt auf das Tischset zu zeichnen. Mit ein paar wenigen, aber bestimmten Strichen entsteht das Profil eines Indianerhäuptlings mit rauchender Friedenspfeife. Immer wenn ich meinen Vater um ein Bild bat, zeichnete er als erstes diesen Indianer mit Pfeife. Werde ich heute von einem Kind um ein Bild gebeten, steigt als Erstes die Erinnerung an diesen Indianer in mir auf.

Tochter: 1966, Projektleiterin Soziales / Vater: 1918, Coiffeur / Mitte 70er-Jahre

Jede Sekunde war kostbar

Am dritten Tag nach der Geburt unserer Tochter klingelte das Telefon: Der Kinderarzt im Romanshorer Krankenhaus hatte eine schwere Hirnhautentzündung festgestellt. Blitzartig «blochte» ich nach St.Gallen, die Krankenschwester mit dem «Buschi» im Arm auf dem Rücksitz. Im Kantonsspital St.Gallen wurden wir bereits erwartet: Zwei Ärzte standen vor dem offenen Lift, nahmen das Buschi entgegen. Sofort wurde der kleinen Fusssohle Blut entnommen. Jede Sekunde war kostbar, zwei Tage später wäre es zu spät gewesen. Zum Glück konnte unsere Tochter gerettet werden, sie ist unser Ein und Alles. Dieser Moment ist mir sehr nahe gegangen.

Vater: 1947, dipl. Automechaniker / Tochter: 1972 / 1972

Königin der Nacht

In einer Nebenbucht von Rio de Janeiro, eine heisse Nacht kurz vor Weihnachten. Um Mitternacht weckt mich (4) mein Vater (50) mit dem Satz: «Es blüht wieder eine!» Ich solle aufstehen und mit ihm kommen. An der Hauswand entdeckte ich eine Königin der Nacht, die eine grosse weisse Blüte geöffnet hat. Nur für diese eine Nacht. Diesen vergänglichlichen Moment der Schönheit werde ich nie vergessen.

Tochter: 1942, Energetische Therapeutin für Bioenergetik / Vater: 1896, Agronom / 1946

Drei Väter

Ich habe in meinem Leben drei Väter gehabt: einen leiblichen, einen Pflege- und einen Schwiegervater. Der beste war mein Pflegevater (Landwirt), der immer stolz darauf war, dass ich Grenzwächter geworden bin. Ganz besonders schätzte ich seine direkte und humorvolle Art, seine Bodenständigkeit. Und natürlich seine Sprüche: «Geniesse das Leben bündig, du bist länger tot als lebendig.» Nach meiner Rekrutenschule sassen wir regelmässig im Keller auf einem Balken neben dem Mostfässli und plauderten über das Leben. «Brösi» hat mich weitergebracht.

Sohn: 1947, Grenzwächter / Pflegevater: Landwirt / 1967

Werbepause

Mein Vater kommt aus Russland, sein Vater ist ein Schamane dort, ich kenne ihn gut. Vater hat eine Lehre als Polymechaniker gemacht, dann war er KV-Angestellter, jetzt ist er selbständig im Verkauf. Wenn ich Blödsinn mache, erzählt er mir, was er einmal für Mist gemacht hat. Zum Beispiel letztes Wochenende: Ich kam mit schlechten Noten von der Schule, da hat er mir von seinen schlechten Noten erzählt. Oder er hat mir erzählt, wie er an seiner Konfirmation das Kleid an einem Zaun aufgerissen hat. Es war voller Blut. Seine Mutter war sehr hässig darüber. Solche Dinge erzählt er mir vor dem Fernseher, in der Werbepause.

Sohn: 1996, Schüler / Vater: 1959, Polymechaniker, selbständig / 2012

Das Kopfkino in Gang setzen

Auszug aus dem Abschlussbericht des Pilotprojekts.

Alle sind sie begeistert von der Idee. Und trotzdem will nur eine Minderheit erzählen, sich mit einem eigenen Beitrag exponieren. Geschichten über Väterlichkeit und Vatersein haben etwas Privates, etwas Intimes. In wenigen Worten legen sie eine Vater-Kind-Beziehung offen, lassen tief blicken ins Innenleben von Vätern, Töchtern und Söhnen. Wer sich darauf einlässt, befindet sich in Kürze in der eigenen Kindheit. Verblüffend, wie schnell die meisten Erzählenden eine konkrete Szene vor sich haben, fast schon auf Knopfdruck eine Geschichte abrufen können! Szenen werden wachgerufen, Erinnerungen rekonstruiert, das Kopfkino in Gang gesetzt.

Zu jeder Szene gehören drei Ebenen (Wer-Was-Wo): Protagonisten, die im Mittelpunkt stehen (Vater-Sohn, Vater-Tochter); eine Handlung zwischen den Akteuren (beobachtend, teilnehmend); eine Bühne des Alltags (inkl. Ausstattung), auf der die Szene spielt. Der Zuhörende fragt so lange in die Tiefe, bis auf seiner inneren Leinwand ein klares Bild entsteht.

Allein die Schauplätze der Szenen ergeben ein vielfältiges Storyboard: Eisdiele, Werkstatt, Skipiste, Kuhstall, Führerkabine eines Lastwagens, Käsekeller, Schreibstube, Seelandschaft, Spital, Kirschbaum. Variationen eines Themas. In der Summe sind die gesammelten Väterszenen eine Art Episodenfilm, der auf bildhafte, sinnliche und überraschende Weise zeigt, wie vielfältig Väterlichkeit und Vatersein in unserer Gesellschaft gelebt wird. Werden die anonymisierten Geschichten übereinandergelegt, wie es im Storytelling üblich ist, werden Knotenpunkte und Stränge des Geschichtenteppichs sichtbar: Rollenbilder, Vätertypen, Werte, Schlüsselerlebnisse, Rituale, Nähe und Distanz, das Verhältnis zwischen Teilnehmen und Beobachten.

Mark Riklin ist Ideengeber und künstlerischer Leiter des Projekts «Vätergeschichten».

Das Projekt Vätergeschichten wird von männer.ch im nächsten Jahr weitergeführt. Wir suchen Männer und Frauen, die sich zu Geschichten-zuhörern ausbilden lassen.

Kontakt und Information: borter@maenner.ch

Fuck-You-Zmorge

Michael Gohlke verplempert den Auftrag, über Männerbegegnungen am VaKi-Zmorge zu schreiben.

38

«Nein, ich will nicht ans Fuck-You-Zmorge», meinte mein Sohn letztthin, als ich ihn darauf aufmerksam machte, dass er mich zusammen mit seinem älteren Bruder und seiner jüngeren Schwester zum VaKi-Zmorge (Vater-Kind-Frühstück) begleiten soll, auf dass Mami einen freien Morgen und Papi ein entspanntes Frühstück bekomme.

Handelte es sich bei seiner Ausdrucksweise um eine Verwechslung oder war sie gar absichtlich gewählt? Obwohl es so regelmässig, wie das VaKi-Zmorge (einmal im Monat) stattfindet, auch Proteste dagegen gibt, sind die Jungs, wenn sie denn erst mal dort sind, meist zufrieden. Ähnlich verhält es sich auch mit Vorschlägen wie: «Lasst uns in den Wald gehen» oder «Wie wäre es mit einem gemütlichen Spaziergang». Erst gibt es Proteste, dann gefällt es den Kindern doch.

So gesehen gehe ich zu seinen Gunsten mal davon aus, dass es sich bei der sprachlichen Entgleisung um einen Versprecher handelte, wobei sich dann natürlich die nächste Frage stellt: Woher kennt er eigentlich solche Ausdrücke? Und ist er sich bewusst, dass hier der Verbreitung von Anglizismen in der deutschen Sprache Tür und Tor geöffnet werden? Gut, Fick-Dich-Frühstück wäre nicht minder angebracht gewesen, und doch bleibt die Feststellung bestehen, dass englische Ausdrücke immer weiter Einzug in unsere Spra-

che halten, was ich ausserordentlich schade finde. Aber «who cares», denn eigentlich wollte ich darüber schreiben, dass solche Aktivitäten, wie zum Beispiel ein gemeinsames VaKi-Frühstück, sehr bereichernd sind und zu spannenden Begegnungen unter Männern führen. An dieser Stelle muss ich allerdings auch gestehen, dass ich tatsächlich mehr wegen der anderen Väter, als wegen der Kinder ans VaKi-Zmorge gehe, insofern verstehe ich den Unmut, beziehungsweise die Unlust meiner Kinder, mich zu begleiten, respektive begleiten zu müssen. Aber liesse ich sie frei entscheiden, sie würden lieber zu Hause bleiben und mir fehlte die Legitimation fürs VaKi, denn ohne Kinder kann ich dort nicht auftauchen, und mir würden die vielen wertvollen Begegnungen mit Männern fehlen, über die ich eigentlich schreiben wollte.

Aber wo kämen wir auch hin, wenn in der Familie jeder täte, was er wollte, oder wenn die Mehrheit demokratisch entscheiden könnte? Als Familie mit drei Kindern hätten wir bald diverse Haustiere, ja einen ganzen Zoo zu Hause. Jedes Wochenende verbrächten wir in einem Vergnügungspark und Brokkoli wäre ein unbekanntes Gemüse und würde vollumfänglich durch Nutella ersetzt. Gut, gegen Letzteres hätte ich an sich nichts einzuwenden, denn Nutella gibt es der gesunden Ernährung wegen bei uns zu Hause nur

selten. Am VaKi-Zmorgen hingegen schon, was wiederum für den Besuch desselben spricht, mal ganz abgesehen davon, dass man dort immer sehr interessante Begegnungen mit Männern hat, über welche zu berichten mir mein Chefredaktor aufgetragen hat. Nein, aufgetragen hat er es nicht direkt, denn soviel ich weiss, herrschen bei der Männerzeitung keine so hierarchischen Strukturen wie in unserer Familie.

Wobei hier natürlich nicht der Eindruck entstehen soll, dass wir eine Hierarchie im Sinne eines Patriarchates führen, nein, aber es ist nun mal so, dass wir als Eltern mehr Rechte (und auch mehr Pflichten) haben, als die Kinder. Gleichwertig, aber nicht gleichberechtigt, so liesse es sich am besten auf den Punkt bringen. Aber ich schweife schon wieder ab und ehrlicherweise muss ich auch zugeben, dass ich zwar sehr gerne ans VaKi-Zmorge gehe, aber nur ungern darüber schreibe, denn die Begegnungen, die dort stattfinden, die Gespräche, die geführt werden, die Stimmungen, die entstehen, und der unkomplizierte, solidarische Umgang unter den Teilnehmern sind eigentlich unbeschreiblich.

Anm. d. Red: Wir hoffen nur, dass die Herren Väter etwas gesittet miteinander sprechen und die Männerzeitung als Pflichtlektüre für jedes VaKi-Treffen vorausgesetzt wird.



Der Schattenmann

Es gibt dieses Klischee von den Vätern, die Vollzeit arbeiten und daher keine Zeit mit den Kindern verbringen. Es gibt die Statistik, dass Väter von Kindern unter sechs Jahren durchschnittlich 30 Stunden für Hausarbeit und die Zeit mit ihren Kindern aufwenden. Und es gibt Geschichten, in denen all das zusammenkommt, aber nicht zusammenpasst.

Heinz ist Informatiker, er hat einen guten Job. Als das erste und bald darauf das zweite Kind kommt, einigt er sich mit seiner Frau darauf, dass sie zuhause bleibt. Er ist sich der finanziellen Verantwortung bewusst, die auf ihn zukommt. Für ihn ist auch klar, dass er seiner Frau zur Hand geht im Haushalt und bei der Kinderbetreuung, wann immer er zuhause ist. Und Heinz ist regelmässig zuhause. Zwar ist er häufig 10 Stunden weg, die Arbeit und der Weg bringen das so mit sich. Dafür geht Heinz abends nie weg, ist in keinem Verein, trifft sich kaum mit Kollegen und ist auch am Wochenende immer bei seiner Familie. Auch wenn die Kinder nachts nicht schlafen können, ist Heinz stets zu Stelle. Seine Frau kann schon nach kurzer Zeit nicht mehr stillen und muss abpumpen, freie Bahn also auch für Heinz, aufzustehen und den Kindern den Schoppen zu geben, die Windeln zu wechseln und so weiter, auch wenn es mitten in der Nacht ist.

Helfen, stützen, hoffen

Ob man es ihm vorwerfen kann? Heinz ist immer zur Stelle, wenn es etwas zu tun gibt. Er übernimmt einen grossen Teil der Hausarbeit, welche seine Frau während des Tages nicht erledigen kann, da die beiden Kinder sie komplett auslasten. Heinz wundert sich, akzeptiert es aber. Gespräche darüber blockt sie ab, seine Vorschläge zu Veränderungen führen zu Streit. So kommt es, dass er meist nach dem Nachtessen die Küche erledigt, sich dann um den Haushalt kümmert und anschliessend die Kinder ins Bett bringt. Nachts steht er zwei- bis dreimal auf, um die beiden Kinder zu versorgen, und am Morgen geht er wieder zur Arbeit.

Die Wochenenden werden immer mehr zu Nachholtagen, an denen Heinz liegen gebliebene Hausarbeit bewältigt, wenn er nicht gerade etwas mit den Kindern unternimmt oder einkaufen

geht. Seine Frau ist müde, depressiv, antriebslos.

Die Kinder werden grösser, gehen in den Kindergarten und zur Schule. Weil Heinz merkt, dass seine Frau morgens immer mehr Mühe hat, aufzustehen, verschiebt er seinen Arbeitsbeginn auf 8:00 Uhr. Dies erlaubt ihm, die Kinder zu wecken, ihnen Frühstück zu machen und sie anschliessend für die Schule fertig zu machen. Erst danach geht auch Heinz zur Arbeit.

Seine Frau, so viel ist klar, hat Mühe, das Leben mit den Kindern zu bewältigen. Heinz hilft, kompensiert, übernimmt, stützt, schafft und hofft: Irgendwann werden die Kinder älter sein. Es wird sich alles einrenken. Seine Frau beginnt wieder zu arbeiten. Sie hat eine Teilzeitstelle, bei welcher sie relativ früh beginnen muss. Möglich ist das, weil Heinz ja ohnehin am Morgen für die Kinder sorgt. Wenn sie dann am Mittag heimkehrt, legt sie sich meistens gleich ins Bett und steht nicht mehr auf. So kommt es, dass Heinz am Abend nun auch noch kochen muss, und meist auch noch einkaufen. Nach einigen Monaten verliert seine Frau ihre Arbeit wieder, an ihrem Tagesrhythmus ändert sich aber nichts.

Der Ausweg, der keiner ist

Wer die Geschichte von aussen betrachtet, hätte schon lange «Halt!» rufen wollen: «Das kann nicht gut gehen, ihr braucht Hilfe!» Tatsächlich: Irgendwann kann Heinz die Dreifachbelastung nicht mehr stemmen. Sein Gefühle sind ihm abhanden gekommen, er funktioniert nur noch. An seine Frau kommt er nicht mehr heran, es bewegt sich nichts mehr in ihrer Beziehung. Er möchte nicht ohne sie weiter gehen, aber mit ihr schafft er es erst recht nicht. Er bekommt den Eindruck, dass er den Alltag der Familie besser bewältigen könnte, wenn seine Frau

nicht da wäre und reicht nach langem Überlegen die Trennung bei Gericht ein. Dort jedoch erlebt er eine böse Überraschung. Der Richter will von ihm vor allem wissen, ob er denn arbeite. Heinz beantwortet die Frage wahrheitsgemäss und gibt zu Protokoll, er arbeite 100 %. Darauf fragt der Richter die Frau von Heinz, welche die Frage mit «nein» beantwortet. Daraus schliesst der Richter ohne weitere Rückfragen, dass somit klar sei, dass die Kinder bei der Mutter bleiben sollen, und Heinz doch bitte einfach dafür sorgen solle, dass das Geld pünktlich eintreffe.

Heinz muss das Haus binnen weniger Tage verlassen, seine Kinder sieht er fortan nur noch am Wochenende. Ihre Kleider wäscht und flickt er noch immer – sonst würde es wohl niemand machen. Heinz ist oft sehr traurig. Traurig und wütend, weil er nicht begreifen kann, wie ein Aussenstehender einen solchen Entscheid fällen kann, und erst noch ohne sämtliche Fakten zu berücksichtigen. Er trauert um die Zeit mit seinen Kindern, die Zeit jeden Morgen und jeden Abend, die er ihnen nun nicht mehr widmen kann. Aus den Erzählungen der Kinder entnimmt Heinz, dass das Leben bei der Mutter weitergeht wie bisher, nur dass jetzt da kein Heinz mehr ist, der hinterher räumt. Aber der Richter bleibt dabei, für die Kinder ist es das Beste, bei der Mutter zu leben.

Diese Geschichte sagt nichts über Mütter und Väter im Allgemeinen – ausser, dass Paare und Familien ihre eigene Geschichte haben, die man nicht auflösen kann, ohne genau hinzuschauen.

Oliver Hunziker ist Präsident des Vereins VeV (verantwortlich erziehende Väter und Mütter) und der Schweizerischen Vereinigung für gemeinsame Elternschaft, gecobi.
www.gecobi.ch; www.vev.ch

Männergruppen im Aufwind

Das grosse Echo auf einen Artikel über eine Männergruppe in der Männerzeitung 1/2011 war Auslöser für ein Buch zu diesem Thema mit dem Titel «Mensch Mann», das soeben erschienen ist.

40

In den letzten Jahren hat die Zahl der Männergruppen in der Schweiz zugenommen, ohne dass die Öffentlichkeit davon Notiz genommen hätte. Das ist nicht weiter erstaunlich, denn diese Männergruppen haben die Öffentlichkeit auch nie gesucht.

Ich selbst bin seit 12 Jahren Teil einer Männergruppe und habe meine positiven Erfahrungen in der Männerzeitung vom Januar 2011 beschrieben, worauf ich unerwartet viele und positive Reaktionen erhielt. Im Wesentlichen wurden zwei Fragen gestellt: Wo kann ich mich einer Männergruppe anschliessen? Und: Wie gründe ich eine Männergruppe?

Nach einigen Recherchen und Besuchen bei anderen Männergruppen habe ich festgestellt, dass es ein paar Gemeinsamkeiten gibt: Die meisten Männergruppen haben weder eine Strategie, ein Programm, noch sind sie irgendwie koordiniert oder untereinander vernetzt. Sie blühen in der Stille ihrer Autonomie auf. Sie sind entweder aus einem spontanen Treffen hervorgegangen oder im Rahmen eines thematischen Kontextes (Kursangebote) entstanden. Sie haben ausser ihren

regelmässigen Treffen weder eine (Infra) Struktur noch eine Organisation, die meisten nicht mal einen Namen oder eine Adresse.

Ähnliche Erfahrungen mit Männergruppen hat auch Bernhard von Bresinski, Initiant und Koordinator des Netzwerkes www.maenner-gruppen.ch, gemacht. Er schreibt in einem eigenen Beitrag im neuen Buch «Mensch Mann» dazu:

«Männergruppen sind ein zentraler Teil der Männerbewegung. Im Gegensatz zum Feminismus, wo sich Frauen schnell mit politischen Forderungen öffentlich eingebracht haben, ist die Männerbewegung auch stark eine «stille» Bewegung, die in Gruppen und an Seminaren stattfindet. Angesichts der grossen Bedeutung von Männergruppen ist es erstaunlich, dass es bisher keine entschlossenen Versuche gegeben hat, sie systematisch und breit zu fördern und zu vernetzen (...).»

Der Anfang einer Bewegung?

Das «Phänomen Männergruppe» wurde bisher weder wissenschaftlich untersucht noch von den Medien politisch oder gesellschaftlich gedeutet oder

interpretiert. Es gibt dazu weder Literatur noch Analysen. Gleichwohl wird im neuen Buch – mit Hilfe einiger Porträts – der Versuch gewagt, den Männergruppen Konturen und ein Gesicht zu geben.

Fazit: Es ist eine stille Revolution in Gang gekommen von Männern, die gar keine Revolutionäre sein wollen. Eine wild und unkoordiniert wachsende «Bewegung», die keine Bewegung sein will, hat gleichwohl etwas verändert: Das Innenleben vieler Männer. Nicht die Welt haben sie verändert, aber ihre Sicht auf die Welt.

Die Basis dazu war bei allen Männern die gleiche emotionale Erfahrung: Der Austausch zwischen Männern tut gut, wirkt befreiend und macht Lust auf mehr. Mehr Gespräche, mehr Austausch, mehr Eigenwelt, mehr Klärung und mehr Selbsterkenntnis. Keiner möchte diese Erfahrung mehr missen, keiner steht mehr dort, wo er am Anfang stand.

Das Sichtbarmachen dieser Gruppen könnte am Anfang einer neuen Bewegung stehen.

Bernhard Stricker



«Mensch Mann – Männergruppen im Aufwind»

Verlag Text-Art, 3011 Bern, 2012
CHF 24.50, 192 S.

Bestellung unter www.text-art.ch oder
via Bestellkarte, die dieser Ausgabe der
Männerzeitung beigelegt ist

Stimmen aus dem Palaver-Orbit

Kaspar Zürcher, Thomas Zehnder, Frieder Herren, Christoph Walser, Martin Bachmann treiben als Organisatoren, Teilnehmer und Koordinatoren die Entwicklung des Männerpalavers in der Schweiz tat- und wortkräftig voran. Hier einige Schnipsel aus ihrem Mail-Palaver über das Palavern. – Gedacht als Einladung, Inspiration und Anregung.

«Palavern ist mehr als bloss herumreden. Im Kreis von Männern aller Alter zusammensitzen, hören was andere übers Mannsein denken und wie sie sich fühlen in ihrer Männerhaut, die Vielfalt der Ideen konzentrieren, die Macht der Phantasien ausschöpfen, gemeinsam Fragen stellen und nach Antworten suchen.»

«Tami! Warum nicht mehr schreien, anfeuern, ausflippen? Warum nicht kraftvolle Ausdrücke gebrauchen, Geltung verschaffen, markieren, stoppen, beeinflussen, prägen und dominieren? In der Ruhe liegt die Kraft ... allerdings ist die heutige Ruhe der Männer eher mehrheitlich beängstigend. Kann man ruhig sein und werden, ohne auch seine andere Seite zu leben, oder zumindest kennengelernt haben? Oh Mann, viele Männer möchte ich anschreien, «aufwachen!» – bevor sie in die Ruhe gehen ... Palaver, eine weibliche Form des Gespräches?»

«Hey Mann, wie stellst du dir das vor? Wir wollen doch palavern: zu Fragen heutigen Mannseins unsere Meinungen offen austauschen, auf dass wir einen Schritt weiterkommen mit all dem, was uns beschäftigt in Arbeit, Liebe, Fami-

lie, Gesellschaft und Eigenwelt. «Uf d'Schnorre hocke» – das bringt nichts. Aber anschreien und ausflippen ist kindisch. Aussprechen, wie's mir wirklich geht und gut zuhören; zu sich stehen und andere stehen lassen, das ist männliche Zentriertheit ... und das gibt Kraft und Ruhe.»

«Wie oft reden wir Männer so wichtig daher, verbunden mit grossem Impopier-Gehabe. – Da fühle ich mich im Männer-Palaver wohl, wo viel Raum da ist, auch für Ungerades und Ungeheimtes; Dinge, die mir aus meiner Erfahrung einfallen, zufallen zu einem Thema, der Geschichte eines anderen. Im Palaver kann ich sie einfach so einbringen, ohne sie vorweg zu filtern oder den Anspruch zu haben, letzte Wahrheit verkünden zu müssen oder gar Recht zu haben.»

«Das Palaver ist für mich eine Einladung, mich einen Abend lang auf ein Thema und eine Runde von Menschen einzulassen. Was ich dabei immer wieder erfahre und was mich fasziniert, ist, wie durch all die persönlichen Voten und unterschiedlichen Blickwinkel ein Geflecht entsteht, auf dem manchmal kleinere, manchmal auch

grössere Einsichten wachsen können. Keine allgemeingültigen Wahrheiten, aber Erkenntnisse, auf die ich alleine oder im Gespräch mit einem einzelnen Freund so nicht gekommen wäre. Übrigens: Für mich ist ein Palaver nicht in erster Linie männlich oder weiblich. Aber es fällt mir leichter, mich auf mich und meine Empfindungen zu konzentrieren, wenn die subtilen Geschlechterspielchen wegfallen. Deshalb bin ich froh, ist es ein Männer-Palaver.»

«Beim Palavern höre ich mehr zu, als dass ich selber rede. Ich hänge eigentlich viel meinen Gedanken nach, das ist ja das Geile, ich verkünde nicht, was ich schon weiss und denke, sondern höre in mir, inspiriert von all den Männerstimmen, was eben anklingt, welche Fragen kommen, merke was mich beschäftigt, wo ich anstehe; und dann plötzlich denke ich was Neues: Wie Hammer ist das!»

Im Winterhalbjahr finden traditionell viele Männerpalaver statt. Diese Palaver stehen allen Männern offen, die mal ein Herz voll rausziehen wollen. Einfach nachsehen auf www.maennerpalaver.ch und in der Agenda der Männerzeitung und hingehen. Viel Genuss!

Mäusli, Bötli und Ittis

42

«Mäusli, ins Häusli!», rief Morand, immer am Morgen vor der Math-Stunde. Eigentlich wäre es gar nicht nötig gewesen, Mäusli ging in den Papierkorb wie die Katze ins Kistchen, ganz von selbst. Der wusste, wo er hin musste. Aber dem Morand hatte es Spass gemacht, dieses Mäusli-Häusli und stolz war er, weil schliesslich war das ein Reim und Morand damit so etwas wie ein Poetry-Slam-Pionier.

Der Math-Lehrer hatte nur gelacht, und wir alle mit ihm. Dabei war er gar nicht so. Ich glaub, der Mäusli hatte ihm im Grunde genommen leid getan, aber der hat gewusst: Dem Morand muss man seinen Mäusli lassen, sonst war ihm nicht gut. Und davor hatten nicht nur wir Schüler Schiss, schliesslich war das ein Jugendgerichts-Fall, der bei uns im Bethlehemacker die letzten drei Jahre Prim verbüssen musste.

Nun ist es nicht so, dass mir das alles wieder hoch gekommen war, als ich den Mäusli letzten Montag in der Stadt gesehen habe. Wobei: Gesehen habe nicht ich ihn, sondern er mich. Schon früher hatte ich ihn nicht gesehen, denn er war immer irgendwie hinten, am hintersten Pult, zuhinterst auf dem Skilift, der Letzte, den man beim Fussball in die Mannschaft wählte; das heisst gewählt wurde er selten, meistens hiess es: «Ihr nehmt den Mäusli», alle lachten und Mäusli verschwand irgendwo auf dem Feld, wo er niemanden störte.

Eigentlich hatte ich gar keine Zeit und schon gar nicht für den Mäusli. Genau genommen, hatte ich natürlich schon Zeit. Ich musste irgendwann ins RAV und das rennt einem nicht davon. Was aber nicht bedeutet, dass man sich stundenlang unterhalten muss mit dem Mäusli aus der Vergangenheit, nicht mal aus schlechtem Gewissen.

Aber hoppla, irgendwie war das nicht mehr der Gleiche, schon wie er die Hand drückte. Früher hatte der gar keine Hände, weil immer in den Hosentaschen, immer versteckt und sowieso

immer irgendwo ganz hinten in der Versenkung. Gross war der geworden, ein richtiger Hüne. Wahrscheinlich hatte er sich erst zu wachsen getraut, als sie ihn in der Achten von der Schule genommen hatten und er in die Steiner-schule durfte.

Nur mein Gefühl war noch dasselbe wie früher: Scham und Reue. Wie damals beim Quartett spielen: Mäusli nur als Notnagel, wenn keiner der andern konnte, und nur hinter der Turnhalle. Und das Gefühl danach war auch kein gutes, ähnlich wie später, wenn man der Minger Kare hinter der Turnhalle für drei Stutz am Busen grabschen durfte. Aber wie gesagt, das alles kam mir erst später wieder in den Sinn.

Der Mäusli liess nicht locker und so ging ich mit, ins «Fairtrade», eine Bar an der Metzgergasse, die ich noch nie zuvor gesehen hatte. Und das will etwas heissen! Ich kenne die Bars der Stadt Bern recht gut. Wissen Sie, das mit meiner Privatdetektei ist noch nicht so richtig angelaufen, drum gehe ich ab und zu auch tagsüber an die Theke, rekonoszieren sozusagen.

Als wir reinkamen, war es dunkel. Mäusli grinste nur blöd, zündete eine Kerze an und schrie «Olga» in die Stille der Dunkelheit. Es ging eine Weile, bis man etwas rumpeln hörte, irgendwo in einem angrenzenden Raum, irgendwo hinten, vielleicht in einer Wohnung ganz hinten in der Dunkelheit, was weiss ich! Danach Dusche, monotones Plätschern und wieder eine Ewigkeit, bis es Licht wurde und eine sehr junge, sehr verschlafene Frau reinschlurfte, eine Kaffeemaschine anwarf und endlich, endlich Kaffee servierte, sehr leicht bekleidet und sehr schlecht gelaunt.

Erst jetzt hatte ich die Stange im angrenzenden Raum, die verwaisten Nischen, das fleckige Polster und die leeren Champagnerkübel bemerkt.

«Tittenbar, klar!», moffelte ich. «Knosppe, Bötli, Knosppe! Oder muss man dir jetzt «Gian-Andri» sagen?»

«Bötli», mir sagten sie in der Schule immer «Bötli», weil mein Vater ein Aussenbord-Motorboot mit Hafenplatz in Cudrefin hatte. Auch so eine Idee vom Morand. Er meinte, Gian-Andri Casutt heisse doch keiner.

«Knosppe-Kaffee?», fragte ich unwillig. «Was Kaffee?! Titten, Bötli, Titten! Knosppe und Fairtrade! Artgerechte Haltung zu fairen Preisen, Bötli!»

Jetzt bekam ich einen Drink serviert von dieser Olga. Ich sage Ihnen, das ging runter wie Schokolade und noch einen und immer wieder «Bötli». Und noch ein bisschen «Absolut faire Angelegenheit», und wieder «Bötli», dann «Sozialleistungen und alles, Bötli», «Cüpli-Sozis müssen auch mal, Bötli», «und erst recht die Körnlis, Bötli». Etwa beim zehnten Drink und dem zwanzigsten «Bötli» kam es wieder hoch, die ganze Sache mit dem Häusli-Mäusli, dem Papierkorb und Morand.

Und seltsam, man würde meinen, nach dreissig Jahren ist das Schnee von vorgestern, alles längst verjährt. Aber denkste, das ist, wie wenn du einen Nagel in einen Baum jagst: Nur weil nach dreissig Jahren nichts mehr vom rostigen Nagel zu sehen ist, heisst das noch lange nicht, dass er nicht mehr drin steckt.

Mäusli wollte nichts davon wissen, keine Entschuldigung, keine Beteuerung, nur sein blödes Grinsen und irgendwas von Sargnagel. Er zündete sich eine Maryland an, paffte noch ein wenig, stand auf, verschwand im Hinterzimmer und liess mich mit Olga und ihren Schnäpsen allein.

Die war versöhnlicher. Während ich sie zulallte, lullte sie mich ein, in ihren Armen, weicher Trost frischer Knosppe, ganz fair und weich, reinigende Milch des Ostens, Vergangenheitsbewältigung im Unterleib sozusagen. Dann Gestank, peinlich, aber halt auch irgendwie menschlich bei so viel Unverdaulichem.

Gleichwohl roch das eher tierisch, Ittis, es roch nach Ittis, so etwas erkenne

ich im Schlaf. Sehr plötzlich wachte ich aus meinem Delirium auf, die Olga war weg und die Vergangenheit wieder da, mit dem Iltis zusammen. Und tatsächlich grinste die Fratze von Morand in mein Erwachen. Sie müssen wissen, früher nannten wir ihn «Iltis», das heisst natürlich, nur wenn wir unter uns waren, «Iltis» wegen des Geschmäckchens, das von seinem immer gleichen Hosenboden ausging.

Vielleicht trug der ja noch die gleichen Hosen wie damals, jedenfalls mochte er wie früher. Aber sonst erinnerte nichts mehr an den alten Morand, nicht mal das Grinsen. Das war untertänig, fast ängstlich, nicht zum Dabeisein. Mir hat er leid getan, komisch. Nachdem Morand ungenau einen Drink serviert hatte, grinste Mäusli: «Auf die guten alten Zeiten, gell, Morand!» Danach musste uns der Morand einen Espresso machen. «Weisst du Bötli, der Morand macht Security bei mir, ein Naturtalent, sag' ich dir.» Es folgte ein ausgiebiger Monolog. Mit der Zeit hörte ich gar nicht mehr hin, sondern hielt nach Olga Ausschau. Vergeblich, schliesslich ging ich. Mäusli rief mir noch nach, ob ich nicht für ihn arbeiten möchte, er bräuchte jemanden wie mich, so einen Privatschnüffler, der was über wichtige Kunden in Erfahrung bringen kann, aber einer, der Grips hat, nicht wie der Morand. Ich winkte ab, schloss die schwere Eisentür von «Fairtrade» und verschwand in der Nacht, ohne Olga notabene.





We touch life

www.kientalerhof.ch

Zentrum für Körperarbeit und Bewusstseinsentfaltung
Aus- und Fortbildungen • Seminarhaus • Seelen-Retreats

CH-3723 Kiental **Kientalerhof**

Kloster Kappel
Atem holen | arbeiten | feiern

KlosterTage zum Jahreswechsel – Ein Engel sei mit dir
Für alle, die die Festtage individuell gestalten und gleichzeitig in Gemeinschaft verbringen möchten mit Elisabeth Wyss und Simon Jenny. 30. Dezember 2012 – 2. Januar 2013


Wenn die Eltern älter werden Vom Umgang der Generationen mit Ruth Schmocker. 15. – 17. Februar 2013

Stressbrücke Selbstwert Arbeits- und Beziehungsqualität gezielt steigern mit Thomas Rehsteiner. 2. – 3. März 2013

Informationen und Anmeldung:
Kloster Kappel, Kappelerhof 5, 8926 Kappel | 044 764 88 30
kurse.theologie@klosterkappel.ch | www.kursekappel.ch

44

LASSALLE-HAUS
BAD SCHÖNBRUNN
www.lassalle-haus.org



ZEN-MEDITATION
EINFÜHRUNG MIT PETER WIDMER 21.–23.9.2012

L'hom
Robert Fischer



Internationales Männer-Symposium
Männer und die Zukunft: Sex, Echtheit und Macht

www.men-maenner.net Englisch und Deutsch
Do 23.5. (18h) - So 26.5.13 (13h), Frankfurt a.M. in D.

Info & Anmeldung: L'hom, T +41 31 372 21 20, seminare@mann-frau.com
www.mann-frau.com, Info zu Inhalt: T +41 31 372 21 21, fischer@mann-frau.com

Männer in Saft und Kraft

1. - 12. Mai 2013 (Tessin)
Visionssuche für Männer



041 371 02 47
www.maenner-initiation.ch
Stefan Gasser-Kehl, Männercoach

ICH WILL NATURARZT WERDEN

Meine Ausbildung? Natürlich bei Paracelsus

Fachausbildungen nach Qualitätsprüflabel der Krankenkassen

Naturarzt/-ärztin +++ Sporttherapeut/in +++ Kinderheilkunde +++ Psychologische/r Berater/in +++ Wellnesstrainer/in +++ Yogatherapeut/in +++ Schulmedizinische Grundlagen +++ Tierheilpraktiker/in +++ diverse Seminare und Workshops




paracelsus
die heilpraktikerschulen

Berninastrasse 47a • 8057 Zürich • Telefon: 043 - 960 20 00 • www.paracelsus-schulen.ch

Coaching & Weiterbildung für Männer

seit 20 Jahren

Christoph Walser

Alle Angebote
zurzeit auf



www.timeout-statt-burnout.ch

*Die Welt des Glücklichen ist eine
andere als die des Unglücklichen.*

Ludwig Wittgenstein



Gewaltfreie Kommunikation

nach Marshall B. Rosenberg

Start der nächsten Ausbildung: 24./26.01.2013

Ausbildungsinstitut perspectiva | Auberg 9 | 4051 Basel
www.perspectiva.ch | info@perspectiva.ch | 061 641 64 85

45



Naturarzt/Heilpraktiker

Studium gemäss EMR-Richtlinien
mit den Fachrichtungen:

- Klassische Homöopathie
- Chinesische Medizin
- Europäische Naturheilkunde

Vollzeit- oder Teilzeitausbildung /
Einzelfachbelegung möglich

Studienbeginn: August 2013



Eulerstrasse 55, 4051 Basel
Tel. 061 560 30 60, www.anhk.ch

EDUQUA Basler Bildungsgruppe

Spirit of Fire

Männer-Seminare & Natur-Rituale



Offene Info-Abende

Männer-Seminare 2013

Do 06. Dez 19 Uhr, Zürich

Do 07. Feb 19 Uhr, Zürich

Intensiv-Seminar Frühling

mit Schwitzhütte & Tanzritual

Fr - So 15.-17. März 2013

Bernhard von Bresinski • www.healing-insight.ch
praxis.im.element@bluewin.ch • 076 476 42 65

18. Fachtagung Bubenarbeit
18. - 20. März 2013 Hasliberg BE

GAME OVER AND RESET

Jungs zwischen Erfolgsdurst
und Beziehungshunger

Methoden der praktischen Bubenarbeit

Info unter www.fachtagungbubenarbeit.ch

044 721 10 50, ron.halbright@ncbi.ch

*Führen – Leben –
Lieben*

**Kontemplation in Gemeinschaft
Oasentage für Männer**

Einen Tag im Monat

8. Dezember
Feuerflamme der Liebe

10. Januar
Im Anfang liegt alles

7. Februar
Ich habe dich gesehen

Leitung: M. Ehrat, Männerberater

maennerspiritualitaet.net

männer:art

pandrea

Paar x Paar Beratung / Seminare
www.pandrea.ch – 033 783 28 75

**Beratung / Seminare für Männer
und Frauen**
www.maenner-art.ch – 033 783 28 25

**Beratung / Supervision
Lebens- und Trauerbegleitung**
www.afroelich.ch – 033 783 28 75

Peter & Andrea Oertle Frölich in Bern, Basel & Zürich

eigen:art

Fachperson Rituale

Neue berufsbegleitende Ausbildung Aug. 2013 – Okt. 2014
 Weitere Informationen unter www.schule-fuer-rituale.ch

Fachschule für *Rituale*
 Geschäftsstelle Rosenweg 1 / 5300 Turgi | info@schule-fuer-rituale.ch / 056 223 20 65

Demotiviert? Desorientiert? Frustriert? Ausgepowert?
 Gönnen Sie sich eine Standortbestimmung!

MidlifePower Neue Energiequellen in der Lebensmitte

Dreitägiges Standortbestimmungsseminar in kleiner Gruppe,
 inkl. Persönlichkeitstest mit individueller Rückmeldung.

Kursleitung: Rudolf Bähler, Psychologe FSP
 Detaillierte Information: www.age-management.ch

46



Visionssuche

6.-12.7.13 Gurnigelgebiet

Eine spannende Herausforderung. Der Rückzug in die Stille der Natur bringt Klarheit. Die Energie kann neu gebündelt werden. Wir arbeiten individuell mit schamanischen und prozessorientierten Methoden und Ritualen.

Monika Flückiger, Stephan Dubach
www.praxis-onyx.ch, 031 381 03 77
info@praxis-onyx.ch

— Männerkurs – parallel zu Frauenkurs —

Was Frauen mögen Was Männer mögen

Frauen und Männer besser verstehen
 Beziehungen besser leben

Samstag, 9.2./16.2./23.2./2.3.2013, Zürich
 Claudia Reiser, Manfred Dünninger
 044 380 60 26, mail@claudia-reiser.ch
www.claudia-reiser.ch



Stadt Zürich
 Fachschule Viventa

Erwachsenen- und Elternbildung

Spannende Kurse im neuen Jahr

- **Aufräumen, entrümpeln und loslassen**
 1x am Do, 17.01.13, 1x, 19:00 – 21:15 Uhr, Fr. 40.--*
- **Der ideale Start in meine Leidenschaft – das Kochen**
 4x ab Mo, 04.03.13, 18:00 – 21:30 Uhr, Fr. 100.--*
- **Männer und Väter im Gespräch**
 5x ab Di, 05.03.13, 19:00 – 21:35 Uhr, Fr. 100.--*
- **Kampfspiele® für Väter und Söhne**
 2x ab Sa 09.03.13, 13:00 – 15:15 Uhr, Fr. 75.--*
- **Männerkurs – Textilprojekte – 14tätig**
 7x ab Mo 11.03.13, 18:30 – 21:05 Uhr, Fr. 110.--*
- **Schleuderkurs für Väter**
 1x am Mi 13.03.13, 19:00 – 22:10 Uhr, Fr. 40.--*

*Kurspreise bei Wohnsitz in der Stadt Zürich, Aufpreis für Auswärtige. Exkl. Materialgeld

Anmeldung und weitere Kursangebote:
 Fachschule Viventa
 Wipkingenplatz 4
 8037 Zürich
 044 446 43 43 / zuerich@viventa.ch
www.stadt-zuerich.ch/viventa-erb

Ein Bildungsangebot des Schul- und Sportdepartements

Viventa

Die Schule fürs Leben



WILD UND WEISE

Der innere Kompass für Männer in Zeiten des Umbruchs

Eine Werkstattreihe in Bern

- ▶ die Männer auf ihrem persönlichen Weg achtet und wertschätzt,
- ▶ die Männer auf der Suche nach ihrer eigenen Position stärkt und
- ▶ die Männer in der Gestaltung ihres Alltags unterstützt.

EIN ANGEBOT VON JÖRG ZENGER UND JÜRIG FASSBIND

www.wild-und-weise.ch

Gemeinsam konstruktive Lösungen finden...



Ausbildung zum Mediator

Infoabend: 13. Dezember 2012

Start der nächsten Ausbildung: April 2013

Ausbildungsinstitut perspectiva | Auberg 9 | 4051 Basel
www.perspectiva.ch | info@perspectiva.ch | 061 641 64 85

Doris Christinger + Peter A. Schröter
 Persönlichkeitstraining

**Liebe
Partnerschaft
Sexualität
Spiritualität**

Seminare Coaching Bücher



S+C PERSÖNLICHKEITSTRAINING
 Zürich | Tel +41 44 261 01 60 | www.scpt.ch



Spirituelle Männergruppe
 Welcher Mann hat Lust in einer vierzehntäglichen, geleiteten Männergruppe mitzumachen?

Im Gespräch und in der Stille wollen wir mit Hilfe verschiedener Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen herausfinden, wer wir wirklich sind.

Die Gruppe trifft sich jeweils am Montag Abend in Zürich.

**Weillbalance
Claude Weill**

www.weillbalance.ch | info@weillbalance.ch | Tel. 044 242 37 23



Wintergenuss im Biohotel

UCLIVA

Morgens die Sesselbahn vor der Türe, abends die Holzsauna im Haus und den ganzen Tag genussvolle Biospezialitäten auf dem Teller.

Skiferien im Biohotel Ucliva!

Mit Blick auf die weissen Berggipfel der Surselva erholen Sie sich wunderbar in unseren neu renovierten Zimmern.

Unsere attraktiven Winterangebote finden Sie auf unserer Homepage.
 Oder einfach anrufen und buchen.
 Wir freuen uns auf Sie!

Biohotel Ucliva | CH-7158 Waltensburg/Vuorz
 Tel. 081 941 22 42 Fax 081 941 17 40
 info@ucliva.ch www.ucliva.ch

FERNBLICK HAUS DER VERSÖHNUNG

Kontemplation «via integralis» Einführungs- u. Übungstage 14.-16.12.12
 In diesen Tagen werden wir täglich mehrere Stunden im Stil des Zazen sitzen, schweigen und uns achtsam Atemzug um Atemzug einsammeln. Mit Barbara Alzinger

«Eigentlich bin ich ganz anders...» 18.-20.01.13
 «...aber ich komme so selten dazu». Manchmal irre ich im Alltag gehetzt über Berge und Täler, springe über Steine, vollbringe Höchstleistungen. Es ist sinnvoll, wenn ich jetzt einen Moment innehalte, mich aus dem Alltag zurück ziehe und das Geschehene liebevoll betrachte. Mit Anna Regula Maurer

«Wir sind, was wir denken» 19.-20.01.13
 Update meiner Meinungen und Überzeugungen - Einführung in die Spiegelgesetzmethode
 An diesem Wochenende lernen Sie diese alltagstaugliche und praktische Selbstcoaching-Methode kennen und machen die Erfahrung, wie Sie aus vielen Situationen das Beste für sich herausholen können. Mit Luz Dalila Brunner

B Ü N D T S T R A S S E 2 0 A - C H - 9 0 5 3 T E U F E N A R
 Tel. 071 335 09 19 - info@fernblick.ch - www.fernblick.ch

Runden Sie 2012 kulinarisch ab!

**RESTAURANT
Panorama Lihn**
Genuss für alle Sinne

Firmenessen, Jahresendfest, Weihnachtsessen.
 Kulinarische Ideen und Rahmenprogramme:

Seminarhotel Lihn • CH-8757 Filzbach über dem Walensee
 Tel. +41 55 614 64 64 • www.lihn.ch/aktuell

WeitWandern
 www.weitwandern.ch

Geführte Wanderungen in der Schweiz, den Alpen, dem Massif Central, den Pyrenäen und in Marokko. Bergtouren, Schneeschuhtouren, Skitouren.

Schneeschuh - 23.12.12 - 26.12.12 Schneeschuhtage St. Antonien
 - 26.12.12 - 29.12.12 Schneeschuhtage im Hochtal Avers
 - 29.12.12 - 01.01.13 Silvester/Neujahr im Rosenlauri
 - 30.12.12 - 01.01.13 Silvester/Neujahr Melchsee-Frutt - Tannalp
 - 30.12.12 - 02.01.13 Silvester/Neujahr Col du Marchairuz

Skitouren - 12./13.01.2013 Skitourenkurs 1: Tiefschneekurs Elsigen
 - 19./20.01.2013 Skitourenkurs 2: Einsteigertouren Engstligenalp
 - 21.12.12 - 07.01.13 Jebel Zereg Roter Sand und Vulkangestein
 - 08.02.13 - 25.02.13 Mandelblüten im Jebel Sarthro
 - 29.03.13 - 06.04.13 Ostern: Frühling am Nordufer des Gardasees

Kontakt: WeitWandern
 Markus Zürcher
 Allmiggässli 27, Postfach 122
 3703 Aeschiried

033 654 18 42
 www.weitwandern.ch
 markus.zuercher@weitwandern.ch

Eine „Aktie“ namens Lotti...



Wir produzieren nicht nur schmackhaftes, naturnahes und gesundes Fleisch, sondern auch Natur. Seit 1997 beweiden wir mit unseren schottischen Hochlandrindern Weideflächen im Tessin, vom Centovalli bis zum Val Colla. Ohne Bewirtschaftung würden diese Flächen verbuschen und verwalden.

Neu auch im Piemont

Kuhinvestment – Schweineinvestment
Noch nie schmeckte Ihnen Ihr Investment so gut!

Dokumentationsmaterial stellen wir Ihnen gerne **unverbindlich** zu:

Natur Konkret - Guido Leutenegger
Stalla Rondine, via Cantonale, 6678 Coglio
Tel. 091 753 13 09

g.leutenegger@natur-konkret.ch



Das tier- und naturfreundlichste Label der Welt

www.natur-konkret.ch

48

Nest – die ökologisch-ethische Pensionskasse



Wie gross Ihr Unternehmen auch immer ist, wir haben die Vorsorgelösung, die Ihren Bedürfnissen entspricht.

Kontaktieren Sie uns für eine Beratung!



Nest Sammelstiftung T 044 444 57 57 info@nest-info.ch www.nest-info.ch

die ökologisch-ethische Pensionskasse



Schweizer Kirsch und mehr

Dabei sein, wenn's brennt!
Brennerznacht: Freitag, 14. Dezember 2012
Reservierung unter 056 496 50 60, mehr Infos unter www.humbel.ch



Spezialitätenbrennerei 5608 Stetten

Aus süssen kleinen schwarzen gelben roten sauren Kirschen gebrannte Bio Knospe Hochstamm Suisse Garantie Slow Food Förderkreis Biodiversität Kirschbrände. www.humbel.ch



Telmo Rodríguez

DIE BELIEBTESTEN WEINE VON TELMO RODRIGUEZ IM PROBIERSET

Ein Wein von unwiderstehlichem Charme!

Viña 105 2010, DO Cigales, 75 cl (Tempranillo, Garnacha), Fl. à Fr. 11.–

Ausserhalb gängigen Normen und Kriterien!

Dehesa Gago 2011, DO Toro 75 cl (Tinto de Toro), Fl. à Fr. 14.50

Der Sinnliche!

Gago 2009, DO Toro, 75 cl (Tinto de Toro), Fl. à 24.–

«Vielleicht der feinste Sauvignon-geprägte Weisswein Spaniens den ich je getrunken habe» (Robert Parker)!

Basa 2011, DO Rueda, 75 cl (Verdejo, Sauvignon blanc, Viura), Fl. à Fr. 13.80

Probierset 1:

12 Flaschen exkl. Weisswein für Fr. 160.– statt 198.–

(Inhalt: 4 Fl. Vina 105, 4 Fl. Dehesa Gago und 4 Fl. Gago)

Probierset 2:

12 Flaschen inkl. Weisswein für Fr. 155.– statt 189.60

(Inhalt: 3 Fl. Basa, 3 Fl. Vina 105, 3 Fl. Dehesa Gago und 3 Fl. Gago)

(Pro Kunde kann ein Paket ohne Versandkosten bezogen werden)

**Jetzt bestellen!
Wir schenken Ihnen
die Versandkosten**

..... Bitte gleich ausfüllen und einsenden

Probierset 1, Fr. 160.–

Name:

Vorname:

Probierset 2, Fr. 155.–

Strasse:

**Senden Sie mir gratis
das Küferweg-Weinbuch**


PLZ/Ort:

Tel:

E-Mail:

12/09

Weinhandlung am Küferweg AG · Seetalstrasse 2 · 5703 Seon · T +41 (0)43 322 60 00 · weinhandlung@kueferweg.ch · www.kueferweg.ch



Beratung - Austausch - Engagement

Seit über 30 Jahren beraten wir Männer in Trennung und Scheidung. Wir helfen Ihnen

- Ihre Trennung/Scheidung in Anstand und Würde zu regeln
- mit Ihrer Partnerin eine einvernehmliche Lösung zu finden (Mediation)
- eine Konvention auszuarbeiten oder zu prüfen
- Kontakt und Austausch mit ebenfalls Betroffenen zu finden

Väter sollen vor und nach einer Trennung für ihre Kinder dasein können. Treten Sie mit uns für die gemeinsame Elternschaft ein!

mannschafft ist für Sie da – jeden Tag – 24h
Tel. 044 362 99 80 – www.mannschafft.ch



Kinder brauchen BEIDE Eltern

Unsere Ziele bei Trennung oder Scheidung

- Gleichwertige Beziehung zu Mutter UND Vater
- Gemeinsame, elterliche Verantwortung
Mediation statt Kampfscheidung

Unser Angebot

- Erstinformationen, Hilfe und Beratungen
- Begleitungen bei Behördengängen wie Vormundschaftsbehörden, Sozialamt, Schulen
- Begleitungen bei Kinderübergaben
- Begleitete Kinderkontakte (Besuchsrecht)
- Hilfe beim Erstellen von Briefen an Behörden
- Monatliche Treffs in verschiedenen Regionen
- Vorträge, Workshops, Kurse
- Väterhaus ZwüscheHalt

Weitere Informationen erhalten Sie unter der Nummer 079 645 9554 oder www.vev.ch



Mitbewohner gesucht per April 2013 in

8-Zi.-Grosswohnung in Winterthur-Hegi
im Attikageschoss der Giesserei Gesewo

Grosser Gemeinschaftsraum mit Küche und Terrasse. 4 Zimmer sind noch zu besetzen (von 18m² bis 26m²). Monatsmiete zwischen CHF 530 und CHF 790 inkl. NK. Pflichtdarlehen erforderlich.

Wir, 3 Frauen und 1 Mann, wünschen uns eine gute Altersdurchmischung. Wir freuen uns auf ein Zusammenleben zwischen Autonomie und Geselligkeit. Kontakt: gw8@giesserei-gesewo.ch



www.buchplanet.ch

Über 25'000 Secondhand Bücher

buchplanet.ch
STIFTUNG TOSAM
Ein Projekt der Stiftung Tosam



Unternehmen Mitte Gerbergasse 30 Basel 20.00 Uhr

MO 14.01.2013 **Mann – Macht - Politik**
Hast du sie auf dem Ticker, diese Politiker? Die machen ja, was sie wollen und ich kann sehen, wo ich bleibe

MO 04.02.2013 **Fundamentalismus – Männersache?** Sind Dogmatismus und Fanatismus typisch männlich?

DI 12.03.2013 **Jokerabend** – Die anwesenden Männer bestimmen das Thema. Alles ist möglich.

www.baslermaennerpalaver.ch 2012/2013



Unterwegs zum Du
erfolgreiche Partnersuche seit 1938
nicht gewinnorientiert

Basel / Zürich 061 313 77 74
Bern / Mittelland 031 312 90 91
Ostschweiz / Zürich 052 672 20 90

www.zum-du.ch

Haben Sie auch schon daran gedacht, Ihren Alkoholkonsum zu verändern?

Definiertes Trinken DT®

www.definiertestrinken.ch



Be ecstatic! - Tanz Dich frei! Erika Müller Telefon 079 918 48 78 loval.ch



Geniesse
EroSpirit®-Tantra!

EroSpirit®-Tantra

Liebeskunst und Lebensweg
**Tantra-Neujahrs-Happening
Mit Silvester-Ritual und Vision 2013**

29. Dez. 12 – 1. Jan. 2013

Ort: Schloss Glarisegg am Bodensee
Infos: Ruth Oschwald,
Tel. 043 535 71 79

Info@erospirit-schweiz.ch www.erospirit-schweiz.ch

Datenbank-Entwicklung

Anliegen – Sie wollen Ihre Daten effizient bearbeiten und nutzen.

Angebot – Ihre Geschäftsabläufe werden optimal abgebildet. Sie erhalten individuelle Unterstützung durch mein Fachwissen in der Entwicklung von Datenbanken in verschiedenen Branchen.

Ziel – Eine massgeschneiderte Lösung aufbauend auf Bestehendem, Migration auf neue Version oder Neukonzeption mit

FileMaker

Die benutzerfreundliche Datenbank für Windows und Macintosh.

Zappatini GmbH CH - 9010 St. Gallen www.zappatini.com

**sexological
bodywork**
www.sexologicalbodywork.ch

Aktuelle Kurse:
Touch for Love Paarmassagekurs
25. – 27. Januar 2013 in Zürich
Einführungswochenende Tantramassage
2. – 3. Februar 2013 in Bern

Erleben und erlernen Sie wunderbare **Tantramassagen** für
Mann und Frau.

Datum	Anlass	Ort	Information
1.12.2012	Meine Frau hat fast nie Lust ... Tagesseminar für Männer. Gibt es den richtigen Schlüssel? Sa 10.00 bis 18.00	Neumarkt 17 8400 Winterthur	Kristina Pfister, 044 860 04 85, info@sexual-beratung.ch www.sexual-beratung.ch
1.12.2012	5. Kritischer Impftag Solothurn Impftag mit Dr. med. Rolf Kron Sa 9.00 – 17.00	Aula der Gewerbeschule, Kreuzackerstr. 10 4500 Solothurn	Artis Seminare, Peter Schertenleib, Rüdeweg 28B, 3067 Boll, 031 352 10 38, info@artis-seminare.ch, www.artis-seminare.ch
4.12.2012	Basler Männerpalaver Paarbeziehungen – All you need is... 20:00 bis 22:00	Unternehmen Mitte, Gerbergasse 30 4001 Basel	info@baslermaennerpalaver.ch www.baslermaennerpalaver.ch
7.12.2012	Lebensschule Männer: Der Liebhaber Eine befriedigende Sexualität beginnt bei uns selbst. Fr 7.12.2012, 7:30 – So 9.12.2012, 16:00 Anreise am Vorabend	Waldhaus Zentrum 3432 Lützelflüh	Peter A. Schröter, 044 261 60 61, info@scpt.ch, www.scpt.ch
8.12.2012	Feuerflamme der Liebe Oasentag für Männer mit Markus Ehrat, Männerberater 8. Dezember 2012	Streulistrasse 17 8032 Zürich	Markus Ehrat, 079 263 03 43 www.männerspiritualität.net
11.12.2012	Männerzeit / Väterzeit offene Abende – Gespräche, Handlungstheater 19.00 bis 21.30	Zentrum ELCH 8050 Zürich-Oerlikon	Philipp Steinmann 044 558 70 07 phist@sunrise.ch, www.wegdervision.ch
14.12.2012	Männer-Initiation. Der «König» Seminare zu den vier Archetypen – Jahreszyklus 2012 Fr 14.12.2012, 18:30 bis So 16.12.2012, 13:00	Lassalle-Haus, Bad Schönbrunn 6313 Edlibach	info@lassalle-haus.org www.lassalle-haus.org
14.12.2012	Manne-Apéro Männer treffen sich, erzählen, diskutieren, hören zu und stossen an. Fr. 14.12.2012 17 bis 19 Uhr	Cafeteria Zentrum Bar- füesser, Winkelriedstr. 5 6003 Luzern	www.manne.ch
16.12.2012	Glücksmatinée Glück – Reflexionen mit Herz, Verstand und Humor So, 10.00 – 12.00	Kirchgasse 14 8001 Zürich	kfassnacht@seminarbausteine.ch, Oder 044 851 37 26, CHF 30.– für Abonnenten der Männerzeitung http://seminarbausteine.ch
22.12.2012	Schwitzhütte Winter Männer-Schwitzhütte zur längsten Nacht Sa 22.12.2012	Stein AR 9000 St. Gallen	ForumMann – Details siehe homepage www.forummann.ch/veranstalten
23.12.2012	Wintersonnenwende – Ritual In der längsten Nacht des Jahres treffen sich Männer zu einem Ritual. So 23.12.2012, 17.30 – 22:00	Hügelweg 7, Bus Nr. 7 Richtung Biregg bis Geissenstein 6005 Luzern	Warme Kleider und etwas für die Teilete mitnehmen www.manne.ch
30.12.2012	Manne-Zmorge Männer treffen sich So 30.12.2012, 10:00 – 12:00	Sentitreff, Baselstr. 21 6003 Luzern	www.manne.ch
4.1.2013	Wach ins Neue Jahr Timeout für Männer zum Jahresanfang – mit Christoph Walsler Fr 4.1.2013, 18:30 bis So 6.1.2013, 13:00	Bad Schönbrunn 6313 Edlibach bei Zug	Lassalle-Haus, 041 757 14 14, info@lassalle-haus.org, www.lassalle-haus.org
7.1.2013	Gemeinsam und allein? In der Liebe Männerpalaver Luzern Mo 7.1.2013, 19:30	«Barfüesser» (Pfarreizen- trum), Winkelriedstrasse 5 6003 Luzern	Mannebüro Luzern, 041 361 20 30, info@manne.ch, www.manne.ch
14.1.2013	Basler Männerpalaver Mann – Macht – Politik. 20:00 bis 22:00	Unternehmen Mitte 4001 Basel	www.baslermaennerpalaver.ch
17.1.2013	Aufräumen, entrümpeln und loslassen Ballastfreie Zonen schaffen Freiräume und setzen Energien frei Do, 17.1.2013, 19:00 – 21:15	Fachschule Viventa, Brunnenturm, Obere Zäune 26 8001 Zürich	044 446 43 43 oder viventa@zuerich.ch www.stadt-zuerich.ch/viventa-erb
22.1.2013	Männerzeit / Väterzeit offene Abende – Gespräche, Handlungstheater 19.00 bis 21.30	Zentrum ELCH 8050 Zürich-Oerlikon	Philipp Steinmann 044 558 70 07, phist@sunrise.ch www.wegdervision.ch
22.1.2013	Crashkurs für Väter Kinder fördern, die Beziehung stärken: Regeln, Freiräume und Zuwendung! Dienstag 22.1., 5.2., 5.3.2013, jeweils 19.30 – 21.30	Jugendsekretariat Kursraum, Winterthurer- strasse 11 8180 Bülach	Elternbildung Jugendsekretariat Bezirke Bülach und Dielsdorf, Tel. 044 855 65 60, eb.west@ajb.zh.ch, www.elternbildung.zh.ch
27.1.2013	Glücksmatinée Glück – Reflexionen mit Herz, Verstand und Humor So, 10.00 – 12.00	Kirchgasse 14 8001 Zürich	kfassnacht@seminarbausteine.ch, Oder 044 851 37 26, CHF 30.– für Abonnenten der Männerzeitung http://seminarbausteine.ch
31.1.2013	Ich Mann! Mein Potential! Männerpalaver Luzern Do 31.1. 19:30	«Barfüesser» (Pfarreizen- trum), Winkelriedstrasse 5 6003 Luzern	Mannebüro Luzern, 041 361 20 30, info@manne.ch, www.manne.ch

4.2.2013	Basler Männerpalaver Fundamentalismus – Männersache? 20:00 bis 22:00	Unternehmen Mitte 4001 Basel	www.baslermaennerpalaver.ch
5.2.2013	Männerzeit / Väterzeit offene Abende – Gespräche, Handlungstheater 19.00 bis 21.30	Zentrum ELCH 8050 Zürich-Oerlikon	Philipp Steinmann 044 558 70 07, phist@sunrise.ch www.wegdervision.ch
9.2.2013	Was Frauen mögen. Kurs für Männer Parallel dazu läuft Kurs für Frauen, 4. Mal zusammen. Sa-Nachmittag 9.2./16.2./23.2./2.3.2013	Adresse Kurslokal siehe Website 8032 Zürich	Claudia Reiser, 044 380 60 26, mail@claudia-reiser.ch www.claudia-reiser.ch
27.2.2013	Bin ich Liebhaber – habe ich lieb? Männerpalaver Luzern Mi 27.2.2012, 19:30	«Barfüesser» (Pfarreizen- trum), Winkelriedstrasse 5 6003 Luzern	Mannebüro Luzern, 041 361 20 30, info@manne.ch www.manne.ch
4.3.2013	Start in meine Leidenschaft Kochen Das Kochen von der Pike auf lustvoll lernen 4x ab Mo, 4.3.2013, 18:00 – 21:30	Fachschule Viventa, Wipkingerplatz 4 8037 Zürich	044 446 43 43 oder viventa@zuerich.ch www.stadt-zuerich.ch/viventa-erb
5.3.2013	Männer und Väter im Gespräch Austausch über Männer und Väterthemen 5x, ab Di, 5.3.2013, 19:00 – 21:35	Fachschule Viventa, Brunnenturm, Obere Zäune 26 8001 Zürich	044 446 43 43 oder viventa@zuerich.ch www.stadt-zuerich.ch/viventa-erb
8.3.2013	Timeout für Männer Dem Herzen folgen statt von der Leistung leben – mit Ch.Walser/Ch.Wenk Fr 8.3.2013, 18:00 – So 10.3.2013, 14:00	Haus Fernblick / Bündtstr. 20a 9053 Teufen AR	071 335 09 19, info@fernblick.ch www.fernblick.ch
9.3.2013	Kampfspiele® für Väter und Söhne Spielerisch Selbstwahrnehmung und Vertrauen stärken 2x, ab Sa, 9.3.13, 13:00-15:15	Fachschule Viventa, Wipkingerplatz 4 8037 Zürich	044 446 43 43 oder viventa@zuerich.ch www.stadt-zuerich.ch/viventa-erb
11.3.2013	Männerkurs – Textilprojekte – 14tgl Die Realisierung Ihrer textilen Aufgabe lernen Sie Schritt für Schritt 7x, ab Mo, 11.3.2013, 18:30 – 21:05	Fachschule Viventa, Brunnenturm, Obere Zäune 26 8001 Zürich	044 446 43 43 oder viventa@zuerich.ch www.stadt-zuerich.ch/viventa-erb
12.3.2013	Basler Männerpalaver Jokerabend – Alles ist möglich. 20:00 bis 22:00	Unternehmen Mitte 4001 Basel	www.baslermaennerpalaver.ch
13.3.2013	Die Schwarz-Weiss-Gesellschaft Männerpalaver Luzern Mi 13.3.2013 19:30	«Barfüesser» (Pfarreizen- trum), Winkelriedstrasse 5 6003 Luzern	Mannebüro Luzern, 041 361 20 30 www.manne.ch
13.3.2013	Schleuderkurs für Väter Inputreferat mit Frage- und Diskussionsrunde zum Thema Vatersein am Mi, 13.3.2013, 19:00 – 22:10	Fachschule Viventa, Brunnenturm, Obere Zäune 26 8001 Zürich	044 446 43 43 oder viventa@zuerich.ch www.stadt-zuerich.ch/viventa-erb

53

Agenda | Ausland

26.12.2012	Liebe, Eros, BewusstSein Tantrischer Jahreswechsel für Männer und Frauen Mi 26.12. 19:00 Uhr bis Mi 2.1.2013, 14:00	Gut Helmeringen bei Ulm / D 89415 Lauingen	Schule des Seins info@schule-des-seins.de
4.1.2013	Der Liebhaber im Mann Die ganzheitliche Dimension der männlichen Sexualität Fr. 4.1.2013, 16:00 bis Sa. 5.1. 2013, 16:00	Seehotel **** Am Kaiserstrand A-6900 Bregenz-Lochau	Albert A. Feldkircher/Egg/Vorarlberg www.feldkircher-trainings.com
17.1.2013	Jesus und die Männer Männerperspektiven und Männlichkeiten in der Theologie 17. – 19.1.2013	Haus am Dom 360311 Frankfurt am Main	Haus am Dom, Tel. 069 800 87 18 – 0, hausamdom@bistum-limburg.de www.jesusunddiemaenner.de

Visionssuche für Männer

in der Natur sich selbst begegnen

16.08. – 25.08.2013 im wilden Allgäu

Infoabend (kostenlos) 30.01.2013
19.00 Uhr in Zürich (Nähe HB)

Anmeldung & Infos bei den Leitern:
Manuel Aicher (044 742 20 83, aicher@aicherweb.com)
Bernhard von Bresinski (076 476 42 65,
praxis.im.element@bluewin.ch)

www.healing-insight.ch > Seminare > Visionssuche

männer | zeitung

Hier könnte Ihr Inserat stehen.

Diese Anzeige kostet 195.-

Weitere Infos unter www.maennerzeitung.ch (Mediadaten)

Männerbiografien

Wir kennen die Klischees über Männer: Sie sind leistungs- und karriereorientiert, können nicht über Gefühle sprechen und kommen in Beziehungen nicht so gut draus. Das ist natürlich alles Mumpitz. Männerleben sind vielfältig und individuell, sie kennen Brüche, Liebe, Freundschaft und Hoffnung. Zwei sehr empfehlenswerte Bücher geben Einblick in die Lebensläufe von Männern in unserer Zeit; ein drittes erinnert an die grosse alte Kunst des Mitgeföhls.

54

Verborgene Liebe – die Geschichte von Röbi und Ernst

Von der «Kloake der Homosexualität» zur eingetragenen Partnerschaft

Am ersten Juli 2003 gaben sich Röbi und Ernst auf dem Standesamt von Zürich das Ja-Wort. Sie wurden damit zum ersten gleichgeschlechtlichen Paar im Kanton. Sie waren 73 Jahre alt – und ein Liebespaar, seit sie 26 waren. Die Dokumentarfilmerin Barbara Bossart lässt darin die beiden Zürcher Röbi Rapp und Ernst Ostertag, beide 82-jährig, von ihrem Leben erzählen.

Die beiden Protagonisten des Buches sind 1930 geboren. Sie haben als Kinder und Jugendliche den Zweiten Weltkrieg erlebt und wurden in der Nachkriegszeit erwachsen. Die Entdeckung ihrer Homosexualität haben beide sehr unterschiedlich erlebt: Für Röbi war es einfach eine Tatsache, dass er Männer liebte. Er liebte es auch, sich in Frauenkleidern zu bewegen, ohne je etwas anderes als ein Mann sein zu wollen. Ernst, ganz seinem Namen entsprechend, trug viel schwerer an seiner Homosexualität. Er blieb lange alleine mit seiner Entdeckung, dass Männer ihn faszinierten und körperlich erregten. Die beiden Männer lernten sich im «Kreis» kennen. Das war eine Vereinigung, in der sich schwule Männer in den 40er- und 50er-Jahren in Zürich trafen. Zugang zum «Kreis» erhielt man auf

Einladung und als Abonnent der gleichnamigen Zeitschrift, die mit einer Auflage von ca. 2000 Exemplaren erschien.

Ernst musste als Lehrer alles tun, um seine Homosexualität zu verbergen. Hätte man davon erfahren, wäre er wohl gar nie angestellt worden. Er fand in seiner Familie kaum Verständnis und wenig Unterstützung. Und doch: Beide Männer haben sich mit ihrem Leben und den Schwierigkeiten, die es ihnen bot, versöhnt. Dies macht das Lesen der Biografie zu einem Geschenk.

Vom Misstrauen zur behördlichen Verfolgung

Homosexualität wurde in der Nachkriegszeit als abartig, krankhaft und lasterhaft verteufelt. Eine Redeweise, die ihre Wirkung hatte: Nur schon der Kontakt mit Schwulen musste aus dieser Optik als gefährlich, schmutzig und beleidigend gesehen werden. Das Misstrauen der Behörden gegenüber den schwulen Männern war gross. Zwar waren homosexuelle Handlungen in der Schweiz seit 1942 legal, allerdings galt ein höheres Schutzalter (20 Jahre statt 16 bei heterosexuellen Handlungen). 1957 schlug aber das Misstrauen in Repression um. Anlass waren zwei Morde an schwulen Männern: An Pfingsten wurde der Komponist und



Musikkritiker Robert Oboussier umgebracht, wenige Monate später der Swissair-Angestellte Ernst Rusterholz. In beiden Fällen waren die Täter Stricher. Die öffentliche Meinung empörte sich nicht so sehr über die Täter, sondern über die «warmen Herren», die die jungen Stricher in den Schmutz der Homosexualität gezogen hatten. Der Mörder von Oboussier wurde zu zehn Jahren Haft verurteilt, der Mörder von Rusterholz erhielt zehn Monate bedingt. Die «Schweizer Illustrierte Zeitung» titelte: «Ein Sieg der Menschlichkeit».

Im Anschluss an die Morde sah sich die Sittenpolizei legitimiert, im Umfeld des «Kreis» systematisch zu ermitteln. Röbi und Ernst waren nun polizeilich registriert, 1958 kam es sogar zu einer Vernehmung, bei der Ernst geschlagen und beleidigt wurde. Er musste seine Fingerabdrücke abliefern und verliess die Polizeiwache. Im Treppenhaus sah er eine Kolonne von Männern stehen, denen ein gleiches Schicksal blühte. Ernst, der engagierte Sonderschullehrer legte sämtliche Ämter nieder.

Die Stadt Zürich erwirkte, dass das Lokal, wo sich «Der Kreis» getroffen hatte, in andere Hände kam und als Vereinslokal geschlossen wurde. Die Hetzer feierten sich als Verteidiger des gesunden Empfindens. Im «Republi-



kaner» zeigte sich Prof. Marcel Beck sehr zufrieden: «Die Kloake der Homosexualität» sei gründlich aufgerührt worden, was auch nötig geworden sei, denn die Homosexualität sei «nicht mehr wie früher schamhaft und verschwiegen als Last getragen und als Verwirrung gewertet» worden, sondern habe «frech auf den öffentlichen Plätzen und in den Gaststätten ihr öffentliches Haupt» erhoben.

Versöhnlich

Röbi und Ernst lebten, allen Schikaken zum Trotz, ihr eigenes Leben. In Röbis Mutter hatten sie eine Vertraute, die ihr Leben liebevoll und tatkräftig begleitete. Sie reisten, sie hegten ihre Liebe, sie öffneten ihr Zweierverhältnis, indem sie einander auch Liebhaber gönnten. Auch hier kann man als heterosexueller Mann eigentlich nur staunen und lernen, wie wach die beiden Männer füreinander und für das gemeinsame Wachstum waren.

Barbara Bossart: *Verborgene Liebe – Die Geschichte von Röbi und Ernst.*
Wörterseh Verlag.
Leserangebot: für Fr. 29.90 (anstatt Fr. 39.90)
inkl. Porto und Verpackung.
Bestellung per Mail: leserangebot@woerterseh.ch,
Stichwort Männerzeitung.

«Das halbe Leben – Junge Männer erzählen»

Nach den beiden Bestsellern «Das volle Leben – Frauen, bzw. Männer, über achtzig erzählen» begegnet Susanna Schwager in ihrem neuen Buch «Das halbe Leben – Junge Männer erzählen» prominenten und unbekanntem Männern, diesmal alle unter vierzig. In überraschender Offenheit und der ihnen eigenen Sprache erzählen sie von Freuden und Nöten, von Gewiss- und Unsicherheiten, von ihren Gedanken, Taten und Träumen. Als Leser lernen wir zum Beispiel den türkischstämmigen Polizisten kennen, der in zwei Kulturen aufgewachsen ist. Seinen Vater erlebte er als sehr präsenten, weisen Patriarchen, der ihn aber anwies, sich in der Schweiz zu integrieren, die Sprache zu lernen und eine gute Ausbildung zu machen. Als Polizist übt er sich in Geduld und ist überzeugt, letztlich auch einen Dienst am Land zu leisten, das ihn aufgenommen hat. Er ist stolz auf seinen Weg und herausgefordert, mit seiner Partnerin ein Leben aufzubauen, das ihren beiden Kulturen gerecht wird.

Spannend zu lesen!

Susanna Schwager:
Das halbe Leben – Junge Männer erzählen.
Mit Zeichnungen von Raoul Ris,
384 Seiten, Wörterseh Verlag 2012

Zeit für Mitgefühl

Männer unter sich – das ist auch eine Frage des Mitgefühles. Wie viel Mitgefühl haben wir mit uns selbst? Wie offen sind wir für unseren eigenen Selbstwert und den von Menschen, die uns begegnen? Helmut Kuntz hat ein umfassendes Werk zu diesem immer wieder neu zu findenden Gefühl der Verbundenheit geschrieben. «Mitgefühl heisst nicht, in stiller Demut und Friedfertigkeit alles geschehen lassen. Mitgefühl ist eine gewaltige Kraft, sie schleift Granit, aber gewaltlos.»

Helmut Kuntz, erfahrener Familien- und Körpertherapeut, arbeitet in Prävention, Beratung und Therapie (Aktionsgemeinschaft Drogenberatung e.V.) in Saarbrücken. Freiberuflich ist er in der Fort- und Weiterbildung und als Supervisor tätig. Er hat zahlreiche Bücher zum Thema Körperarbeit und Sucht veröffentlicht.

Helmut Kuntz:
Zeit für Mitgefühl
Die wichtigste Übung im Leben,
ca. 260 Seiten, € (D) 19,95
ISBN 978-3-89901-541-6

Der Kater auf dem heissen Blechdach



56

Es soll Kraftorte geben, die man erst im Nachhinein also solche erkennt. Das kann ein Hügel sein, auf dem man in warmen Sommernächten ins Universum blickte. Oder ein Tal, wo man in wirren Zeiten Geborgenheit fand. Bei mir war es ein profanes Blechdach über dem Wintergarten meines Elternhauses. Schon als Kind stieg ich auf den Aprikosenbaum, der vor dem Wintergarten stand und hangelte mich von dort aufs Dach. Das Haus hatte die Form eines grossen L, in dessen rechten Winkel sich das flache Blechdach schmiegte. Als ich 14 war, wurde es für mich zum Refugium der Aufklärung. Man schrieb das Jahr 1975 und damals musste man sich objektive Informationen erkämpfen, da, wo ich lebte – im Rumänien von Diktator Ceausescu. Es gab einen skurrilen Personenkult mit quasireligiösen Zügen, in dem sich Ceausescu als der Titan der Titanen feiern liess, als Grosser Kommandant, Glorreiche Eiche aus Scornicesti (sein Geburtsort), Sohn der Sonne, Unser Auserwählter, Irdischer Gott. In jenem Klima der Borniertheit, Unterdrückung und Intoleranz konnte alles eine politische Konnotation erhalten, selbst ein Blechdach. Es war der ideale Ort, um verbotene Literatur zu lesen: Politik und Sex. Aber ich durfte nicht entdeckt werden, nicht von meinen stockkatholischen Eltern (oder Grosseletern), die mir ein Buch über sexuelle Aufklärung niemals erlaubt hätten, und nicht von den Nachbarn, die mich womöglich der Securitate ausgeliefert hätten, weil ich auch Bücher mit bourgeoiser Philosophie las. Eigentlich galt jedes Buch als «bourgeois», das nicht von Marx, Engels oder der Glorreichen Eiche aus Scornicesti stammte.

So, wie sich andere ihre Bücher auf den Nachttisch legten, lagen meine auf dem Dachboden, unter einem Dachziegel versteckt am Rande des Blechdachs. Da gab es die als «politisch» klassierten, wie z.B. von John Dewey, einem US-amerikanischen Philosophen und Pädago-

gen: Demokratie und Erziehung – eine Einleitung in die philosophische Pädagogik. Oder das einzige Aufklärungsbuch, das aufzutreiben war, ein uraltes Sexualkundebuch von 1943, in dem solch pikante Praktiken wie die erfolgreiche Entjungferung beschrieben wurden: «Man lege das Becken der Jungfrau auf die Bettkante, so dass ihr Oberkörper auf die Matratze zu liegen kommt, ihre Beine vom Bett baumeln und ihr Becken hervorsteht.» (Zum Glück war ich später, als es dann tatsächlich zur Sache ging, viel zu nervös, um mich an diese Anleitung zu erinnern).

Beide Bücher hatte ich von einem Kollegen, der sie auf dem Dachboden seines Elternhauses gefunden hatte, wo sie unbemerkt von den politischen Umwälzungen nach dem Ende des 2. Weltkriegs darauf warteten, neu entdeckt zu werden.

Ich lag also von März bis November, immer wenn ich nicht auf den Feldern helfen oder für die Schule büffeln musste, auf dem kühlen, im Sommer heissen Blechdach und bildete mich weiter. Gestört wurde ich höchstens von der Grossmutter, die manchmal nach mir rief. Einmal, als sie irritiert in Richtung Blechdach sah, weil sie etwas zu hören glaubte, miaute ich vorsichtshalber. Wir hatten vier Kater und sie nahm wohl an, dass einer davon auf dem Dach den Spatzen nachjagte.

Wenn ich vom Blechdach auf die Dachfirst stieg, sah ich die ganze Strasse rauf und runter. Und auf der Hofseite sah ich die Hühner vom Garten durch ein Loch in der Mauer auf die Gasse rennen – und umgekehrt.

Lange Zeit ging alles gut. Lesen wurde zu meiner Obsession und das Blechdach mein zweites Zuhause. Ich stieg nun sogar an warmen Wintertagen hinauf, breitete eine Decke aus und las. Nicht nur Verbotenes, denn soviel davon gab es gar nicht, auch Bibliotheksbücher aus der Schulbibliothek. Irgendwann hatte ich sämtliche Pub-

likationen, die da in den Regalen standen, ausgelesen, das stand sogar in der «Neuen Banater Zeitung», wo unsere Schulbibliothekarin über den Schüler informierte, der die Bibliothek von A bis Z durchgelesen hatte (ich kann mich nicht mehr genau an die Grösse der Bibliothek erinnern, aber mehr als 1000 Bücher werden es nicht gewesen sein). Notgedrungen begann dann die Zeit der Arzt- und Heimatromane, die ich vom Nachttisch meiner Mutter klaute. Eines Tages plagten mich die Langeweile und der Übermut. Ich stieg vom Blechdach auf das angrenzende Ziegeldach und las «Dr. Frank und die unheilvolle Hochzeit», auf dem Dachfirst balancierend. Leider genau in dem Moment, als meine Mutter von der Arbeit kam und vor Schreck den Korb mit den Alkmeneäpfeln fallen liess, die dann allesamt in den Hof kullerten. «Bring sofort meinen Roman herunter». Aber auf den Dachziegeln hinabrutschen erwies sich als viel komplizierter als gedacht. Ich musste auf dem First sitzen bleiben und mit ansehen, wie meine Mutter eine Leiter an den Wintergarten lehnte, hinaufstieg und sämtliche Bücher, die auf dem Blechdach herumlagen, einfach auf Nimmerwiedersehen mit sich nahm. Erst dann rückte sie die Leiter so nah zu mir heran, dass auch ich vom Dach herunterkommen konnte. Ich bekam eine Woche Ausgangssperre und noch eine dazu, nachdem meine Mutter die konfiszierten Bücher begutachtet hatte. Zum Glück hatte ich schon vorher, vom Blechdach aus, einen anderen Kraftort in Augenschein genommen, der mir jetzt die unbemerkte Flucht aus der Ausgangssperre ermöglichte: das Hühnerloch in der Brustmauer. Ein Hühnerloch, das Kraft ausstrahlt, ist grotesk? Es soll Kraftorte geben, die man erst später als solche erkennt. Und die erst durch die Geschichten, die man sich über sie erzählt, zu solchen werden.

Siegfried Chambre

Gut Essen und schön bewegen!

«Abnehmen!» höre ich immer wieder von meiner Partnerin. «Abnehmen!» denke ich, wenn ich beim Schuhebinden keine Luft mehr kriege und wenn ich beim Duschen an mir runterschaue und nur Bauch sehe!

Lieber Werner

Über die Hälfte der Schweizer hat zu viel auf den Rippen. Eine Studie der Universität Lausanne zeigt, dass die Schweizer Bevölkerung nicht mehr Kalorien isst als vor 40 Jahren. Doch der Fettanteil im Essen stieg von 33 auf 40 %, während der Fruchtanteil um einen Drittel sank. Gerade bei uns Männern sammelt sich übermässiges Fett im Bauch an und verfettet mit der Zeit die Räume zwischen den inneren Organen und die Organe selbst. Ein erhöhtes Risiko für Herzinfarkt, Diabetes und verschiedene Krebsarten steht mit diesem tiefliegenden Bauchfett in Verbindung. Der Bauchumfang gilt bei Fachleuten seit mehreren Jahren als der verlässlichere Wert als der Body-Mass-Index, um das Krankheitsrisiko zu bestimmen.

Links:

www.active-online.ch
interaktiver Fitnesscoach
www.vitaparcours.ch
gratis Fitnessclub in der freien Natur
www.stressnostress.ch
Programm zum Stressabbau
www.sge-ssn.ch
Ernährungsinformationen

Messen!

Darum: Miss deinen Taillenumfang, und zwar morgens vor dem Frühstück. Lege das Messband auf der Höhe des Bauchnabels um den Bauch herum. Steh gerade hin und atme aus. Bauch einziehen gilt nicht! Bis 94 Zentimeter hast du einen normalen Bauchumfang. Danach steigt das Krankheitsrisiko (Diabetes oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen), je mehr Speck sich um die Taille legt. Ab 102 Zentimetern bei Männern gilt der Wert als stark erhöht. Eine Nebenwirkung des Übergewichtes können auch Erektionsstörungen sein. Dein Penis ist ein sensibles Frühwarnsystem. So zeigen sich Gefässerkrankungen und Diabetes oft zuerst als Erektionsstörung.

Bewegen!

Das Ganze ist im Prinzip einfach! Wenn du abnehmen willst, musst du die Energiebilanz deines Körpers verändern: dem Körper weniger Energie zuführen oder durch Aktivität mehr verbrauchen. Sinnvollerweise machst du gleich beides! Zwei Punkte sind dabei wichtig:

Regelmässige Bewegung wirkt Wunder. Es braucht täglich mindestens dreimal 10 Min. oder 30 Min Bewegung am Stück. Puls und Atmung sollen leicht beschleunigt sein.

Untrainierte sollten sich nicht kopflös ins Training stürzen. Wer die eigenen Fähigkeiten überschätzt, riskiert Überbelastungen oder gar Verletzungen an Muskeln und Gelenken. Besondere Vorsicht ist bei so genannten «Stop and Go»-Sportarten geboten. Dazu gehören Fussball, Volleyball, Tennis, Squash, Unihockey oder Badminton. Radfahren ist um einiges besser für Menschen, die lange keinen Sport gemacht oder gesundheitliche Einschränkungen haben. Auf Nummer sicher gehst du, wenn du erst mal mit dem Hausarzt sprichst, wie du deinen Körper wieder in Schwung bringen kannst!

Gut essen!

Optimiere deine Ernährung: Eine ausreichende Zufuhr von Energie, Nähr- und Schutzstoffen ist der Schlüssel für eine gesunde Ernährung. Tierische Eiweisse und Fette, also Fleisch, dosieren – wir haben heute zu viel davon. Bestimmte Ernährungsmodelle schlagen vor, den Kohlehydratanteil zu reduzieren (Metabolic-Balance), bei der Trennkost gibt es pro Mahlzeit entweder Eiweisse (Käse, Fleisch, Hülsenfrüchte) oder Kohlenhydrate (Kartoffeln, Teigwaren). Der klassische Teller mit Fleisch und Sättigungsbeilage ist in vielen Fällen nicht optimal.

Zu bedenken ist auch, dass der Körper in den besseren Jahren, wenn man sich meist etwas mehr leisten kann, zugleich genügsamer wird.

Stress kann man nicht wegessen!

Übergewicht hat viele Ursachen. Wenn beispielsweise der Stress am Arbeitsplatz oder in der Beziehung mit Alkohol und Essen kompensiert wird, kann es kaum gelingen, fit zu werden. Dann gilt es, auch diese Probleme anzupacken und «Frustessen» durch andere Bewältigungsformen zu ersetzen.

Die Zauberformel heisst also: «Mehr Bewegung und eine gesunde Ernährung.» Hungerkuren bewirken oft einen raschen Gewichtsverlust, führen jedoch nicht zu der gewünschten dauerhaften Reduktion des Körpergewichts. Nach Absetzen der Diät ist das ursprüngliche Gewicht – und manchmal noch mehr – rasch wieder erreicht.

Du brauchst auf die Lust am Essen nicht zu verzichten, wenn du das Richtige auf dem Teller hast und kein Stubenhocker bist. En guete!

Manuel Stahlberger: Innerorts

Musik tut gut. In der neuen Rubrik «Angehört» sind Musikempfehlungen für Männer zu finden. Manchmal Musik von Männern. Manchmal Musik für Männer. Manchmal Musik gegen Männer. Neue Musik oder alte Musik, doch immer Musik, die zu entdecken sich lohnt.

58



Manuel Stahlberger ist ein Mann, der vieles macht. Ein Künstler mit der Lupe, der aus den kleinen Sachen im Leben bescheidene Kunst macht. Mit «Herr Mäder» hat er den Kult-Comic der Stadt St. Gallen gezeichnet. Er hat den Prix Walo und den Salzburger Stier gewonnen. Er hat mit «Mölä und Stahli», «Stahlbergerheuss» und der Rockband «Stahlberger» tolle Lieder geschrieben, gespielt und gesungen. «Innerorts» ist sein ers-

tes Soloalbum. Ein Kauf lohnt sich. Der Besuch eines Konzertes ebenfalls.

«Innerorts» ist ein Album, dem man bewusst zuhören soll. Der 38-jährige St. Galler singt in seinem Dialekt, was für viele Nicht-Ostschweizer schwer zu verstehen ist. Aber bei Dieter Wiesmann («Blos e chlini Stadt», «De Tusigfüessler Balthasar») geht's ja auch. Also bitte die Vorurteile überwinden, hinsetzen und zuhören. Stahlberger singt

über das Leben. Das Leben in der Stadt, wo die Fussgängerzone jetzt Begegnungszone heisst und der Einkauf im Neumarkt minutiöse Planung erfordert und alle den Regen lieben. Über das Leben der einfachen Menschen, die Eggersriet verlassen, um das Glück auf den grossen Musicalbühnen der Welt zu finden und dann doch wieder im Nachbardorf Grub landen und ganz zufrieden sind damit. Dank Manuel Stahlbergers Hang zum Skurrilen versinkt «Innerorts» aber keineswegs in der Alltäglichkeit. Wenn es um die massenhafte Umschulung von Geistlichen, um Berge aus getrocknetem Erbrochenem oder ewige Aufenthalte in Wartezimmern geht, fühlt man sich in nicht weit entfernte Parallelwelten versetzt.

Musikalisch ist dieses Album kein Jahrhundertwerk. Die Melodien sind simpel und mit einfachsten Mitteln gespielt. Abwechslungsreich sind die Lieder auf jeden Fall: Einmal erinnert die Gitarre an Mani Matter, einmal pumpt ein Electrobeat, einmal tragen sphärische Synthesizerklänge den Gesang. Stahlbergers Stimme, seine Mundarttexte und sein Dialekt bilden zusammen den roten Faden durch die fünfzehn Stücke. Manuel Stahlberger tritt gerne und oft auf kleinen Bühnen im ganzen Land auf. Dabei singt und spielt er nicht nur seine Lieder, er präsentiert auch Dia-Shows mit selbst gezeichneten Mittelaltercomics, überarbeiteten Kantonswappen und eine Sammlung dieser Zettel mit den Nummern, die uns auf der Post sagen, wann wir wo bedient werden.

«Innerorts» von Manuel Stahlberger erschien am 31.8.2012. Tourdaten, Informationen, CD kaufen: www.manuelstahlberger.ch

Samuel Steiner ist Redaktionsmitglied der Männerzeitung und freier Sendungsmacher bei KanalK, dem Radiosender mit der besten Musik (findet er jedenfalls.). Foto: Adrian Elsener

Von der Alp in den Ofen

Die Wildsaison ist leider schon wieder vorbei, doch es gibt einen Hoffnungsschimmer. Das Zwergzebu ist im Kanton Schwyz heimisch.

Eigentlich ist es schade, dass die Männerzeitung keine Oktober-Ausgabe hat. Klar hätte ich in der September-Nummer ein Wild-Rezept bringen können, doch als ich das Rezept schrieb, war es Anfang August und die Hirsche, Rehe und Gämsen fleuchten noch unbehelligt von Jägern über die Flure und Felsen. Ende August schliesslich warf Betty Bossy erste Wildpfeffer auf den Markt, mit Fleisch aus Neuseeland. Das verkaufen sie dann eine Woche lang in den Grossverteilern für die Hälfte. Ist der gleiche Trick wie bei den Sonnencremes, da gibt's die Vorteilspackungen auch immer im April/Mai. Wer sparen will, kauft also antizyklisch. A propos Sparen: Kerzen immer nach Weihnachten kaufen: 70 bis 80 % Preisnachlässe liegen immer drin. Und die halten sich prima im Keller bis nächste Weihnachten.

Ich war aber bei Wild stehen geblieben. Liebend gerne würde ich jetzt ein paar Hirschschnitzel, kurz gebraten, mit einer Rotweinsauce, kräftig aromatisiert mit selbst gemachtem Holundergelee, begleitet vielleicht von frischen Feigen, anbieten, doch nähern wir uns bereits Weihnachten (siehe unter Abschnitt «Kerzen») und die Wildsaison ist damit vorbei. Es sei denn, sie haben noch einen neuseeländischen Bossy-Pfeffer im Keller gelagert, die halten sich in der Regel bis Februar.

Allerdings gibt es Abhilfe. Das Fleisch vom Zwergzebu ist dunkel und aromatisch und erinnert stark an Wild, wird aber wie jedes andere Rindfleisch zubereitet. Möglich macht dies unter anderem die Familie Bürgi-Schelbert, die im schwyzerischen Lauerz eine rund 60-köpfige Herde dieser genügsamen und robusten Tierart hält und auch vermarktet. Es ist mir schon klar, dass die Männerzeitung keine Schleichwerbung macht, doch der www.zebuhof.ch ist nun mal eine Reise, bzw. eine Bestellung wert. Klappt auch übers Internet.



Der «Zebu-Kari» hat mir bei seinem letzten Besuch neben dem fantastischen Trockenfleisch noch ein «Hüftli» vom Zebu mitgebracht, 390g schwer, sehr appetitlich anzusehen. Ich habe es nur mittelkräftig gewürzt nach dem scharfen Anbraten und danach für eineinhalb Stunden bei 80 Grad niedergelagert. Eine einfache Sauce habe ich dazu produziert, etwas Gemüse, Rotwein, Bouillon, Kräuter sanft geköchelt, auf die Hälfte reduziert, abgeseiht und am Schluss zwei volle Esslöffel Preiselbeeren aus der Dose dazu. Das Fleisch war würzig, herrlich rosazart, mit gutem Biss und schöner Maserung: ein kulinarisches Vergnügen! Dazu passend habe ich etwas Rotkraut, abgeschmeckt mit einem Schuss Himbeeressig (passt hervorragend), serviert und den Rest Röslichöhl vom Vortag. Eine Portion Schupfnudeln schmeckte uns dazu.

Experiment also vollauf gelungen. So bin ich auf das Schweizer oder Schwyzer Zwergzebu gekommen und werde ihm die Treue halten. Bis zur nächsten Wildsaison, dann kommen wieder Reh und Hirsch auf den Teller.

Wenn immer möglich allerdings aus heimischen Jagdgründen, vielleicht ist Frau Bossy ja mal hierzulande unterwegs und verzichtet auf Wellness- und Jagd-Ferien in Neuseeland.

Kochtipp:

Beim Niedergaren das temperierte Fleisch (eine Stunde vorher aus dem Frigo nehmen) ungewürzt von allen sechs (6!) Seiten kurz und scharf anbraten. Erst danach rundum würzen. In eine gefettete, ofengewärmte Form legen und bei exakt 80 Grad Umluft 1½ Stunden garen. Auf keinen Fall Flüssigkeiten wie Wein oder Bouillon dazugeben. Wenn die Beilagen noch nicht fertig sind, kann das Fleisch bei 60 Grad warmgehalten werden. Vorgewärmte Teller verwenden.

Roland Breitler ist Querdenker und Gernkocher aus dem Toggenburg. Foto: Thomas Hirter

Männerinitiativen

männer.ch Dachverband der Schweizer Männer- und Väterorganisationen, Tulpenweg 7, 4153 Reinach, 061 711 37 58, info@maenner.ch, www.maenner.ch
maenner.org Online-Portal für Männerorganisationen und -angebote, www.maenner.org
maennerpalaver.ch Gemeinsame Homepage aller Deutschschweizer Männerpalaver
ForumMann, Postfach, 9004 St. Gallen, 079 277 00 71, info@forummann.ch, www.forummann.ch

Männer-, Väter- und Bubenarbeit

Avanti Papi . Progressive Väter Schweiz, info@avanti-papi.ch, www.avanti-papi.ch
Elternnotruf Zürich, 044 261 88 66 (Beratungsstelle 24 Stunden), www.elternnotruf.ch (Weitere Fachstellen Zug, Basel, Bern und Ostschweiz)
Fachstelle Geschlechter & Generationen, Ref. Landeskirche, Hirschengraben 7, 8001 Zürich, www.zh.ref.ch/maenner
Fachstelle Männer- und Bubenarbeit, Hohlstrasse 36, 8004 Zürich, 044 242 08 88, Fax 01 242 03 81
GeCoBi, Schweizerische Vereinigung für gemeinsame Elternschaft, Postfach, 8026 Zürich, 079 645 9554, info@gecobi.ch, www.gecobi.ch
IG Bubenarbeit Schweiz, Alte Landstrasse 89, 8800 Thalwil, 044 721 10 50
Institut für Gewaltberatung, c/o Rottmannsbodenstrasse 47, 4102 Binningen, 079 700 22 33, u.rohrbach@gewaltberatungbasel.ch, www.gewaltberatungbasel.ch
Intervision Bubenarbeit Zürich, okaj Zürich, Zentralstrasse 156, 8003 Zürich, 044 366 50 10, www.okaj.ch
manne.ch, Mannebüro Luzern, Unterlachenstr. 12, 6005 Luzern, T 041 361 20 30, info@manne.ch, www.manne.ch
Männerbüro Region Basel, Greifengasse 9, 4058 Basel, 061 691 02 02, mail@mbrb.ch, www.mbrb.ch
MännerZug, Thomas Zehnder, Geschäftsführer, Albisstr. 15, 6340 Baar, 079 634 93 10, info@maennerzug.ch, www.maennerzug.ch
Netzwerk Schulische Bubenarbeit NWSB, Zentralstrasse 156, 8003 Zürich, 044 825 62 92, nwsb@nwsb.ch, www.nwsb.ch
Respect! Selbstbehauptung für Jungs, www.respect-selbstbehauptung.ch
VeV Schweiz, Verantwortungsvoll erziehende Väter und Mütter, Postfach 822, 5201 Brugg, 079 645 9554, info@vev.ch, www.vev.ch
zovv, Zürcher Oberländer Väter Verein, info@zovv.ch, www.zovv.ch
Weitere Links: www.hausmaennernetz.ch, www.fairplay-at-home.ch, www.stoppgewalt.ch, www.tochterttag.ch, www.scheidungskinder.ch

Täter- und Opferberatung

agredis.ch – Gewaltberatung von Mann zu Mann, Unterlachenstr. 12, 6005 Luzern, 078 744 88 88, gewaltberatung@agredis.ch
Hau den Lukas, Kontaktstelle für Jungen . Männer, Peter Merian-Str. 49, 4002 Basel, 061 273 23 13, Fax 061 273 23 12, hau-den-lukas@bluemail.ch
Institut für Gewaltberatung, c/o Rottmannsbodenstrasse 47, 4102 Binningen, 079 700 22 33, u.rohrbach@gewaltberatungbasel.ch, www.gewaltberatungbasel.ch
KONFLIKT.GEWALT, Vadianstr. 40, 9000 St. Gallen und Obere Bahnhofstrasse 58, 8640 Rapperswil, 078 778 77 80, kontakt@konflikt-gewalt.ch
mannebüro züri, Hohlstrasse 36, 8004 Zürich, 044 242 08 88, Fax 044 242 03 81, info@mannebuero.ch, www.mannebuero.ch
Männerbüro Region Basel, Greifengasse 9, 4058 Basel, 061 691 02 02, mail@mbrb.ch, www.mbrb.ch
männer plus – Beratung für gewaltbetroffene Jungen und Männer, Steinenring 53, 4051 Basel, 061 205 09 10, www.opferhilfe-bb.ch
MännerTelefon Zug, Triage- und Beratungstelefon für alle Fragen, 041 761 90 90, help@maennerzug.ch
Mobbing Internet-Plattform, www.mobbing-info.ch
Opferhilfestellen generell: In jedem Kanton bestehen spezielle Stellen. Adressen im Telefonbuch oder unter www.ofj.admin.ch (Opferhilfe)
STOPPMännerGewalt, Berner Fach- und Beratungsstelle, Haslerstrasse 21, 3001 Bern, 0 765 765 765, 031 381 75 06, info@stopmaennergewalt.ch
ZwüscheHalt, c.o VeV Schweiz, Postfach 822, 5201 Brugg, 079 645 9554, info@zwueschehalt.ch, www.zwueschehalt.ch

Jobs

KAMPAJOBS – Online-Jobbörse für die besten Stellen, Praktika und Ehrenämter der NGO-Welt, Kampagnenforum GmbH, info@kampajobs.ch, www.kampajobs.ch
sozjobs.ch – Die Stellenplattform des Sozial- und Pflegebereichs, www.sozjobs.ch
Teilzeitkarriere.com, Teilzeit AG, Bahnhofstrasse 14, 9450 Altstätten, +41 71 511 26 72, info@teilzeitkarriere.com, www.teilzeitkarriere.ch

Gesundheit

Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention, Haslerstrasse 30, 3008 Bern, 031 599 10 20, info@at-schweiz.ch, www.at-schweiz.ch
Atemtherapie, Silvia Kockel, 8700 Küsnacht, 043 844 08 18, www.lebensquell.ch
Fair-Sex, www.don-juan.ch, Informationen für Freier
Sexuelle Gesundheit Schweiz, Marktgasse 36, 3011 Bern, 031 311 44 08, rainer.kamber@sexuelle-gesundheit.ch, www.sexuelle-gesundheit.ch
Sucht Info Schweiz, Postfach 870, 1001 Lausanne, 021 321 29 11, info@sucht-info.ch, www.sucht-info.ch
Verein Forum Männergesundheit, Rene Setz, Kistlerweg 10, 3006 Bern, 079 627 79 77, info@gesunde-maenner.ch, www.gesunde-maenner.ch

Private Männerangebote

Führen – Leben – Lieben, Gemeinschaftsprojekt, Markus Ehrat, Zürich, 079 263 03 43, markus-ehrat@bluewin.ch, www.männerspiritualität.net
Geleitete Gruppe – gestärkte Männer, Zürich, Jürg Wiler, 079 310 66 25, juergwiler@bluewin.ch, www.maennergruppe.ch
L'hom, für Männer, Robert Fischer, Sulgeneckstrasse 38, 3007 Bern, 031 372 21 20, seminare@mann-frau.com
männer:art, Peter Oertle, Unterhaus, 3764 Weissenburg-Berg, 033 783 28 25, Bern, Basel & Zürich, info@maenner-art.ch, www.maenner-art.ch
Männer in Saft und Kraft, Naturrituale und Coaching, Stefan Gasser, 6006 Luzern, 041 371 02 47, www.maenner-initiation.ch
Männerkraft-Leben, Peter Gerber, Muristrasse 38, 3006 Bern, 079 693 29 64, gerber@maennerkraft-leben.ch, www.maennerkraft-leben.ch
Perspektiven, Christof Bieri, Dorfstrasse 5, 3550 Langnau, 034 402 52 63, info@es-geht.ch, www.es-geht.ch
Praxis für Psychotherapie & Scheidungsbegleitung, lic.phil. Thomas Raschle, Zürich, 044 241 88 86, <http://scheidungsbegleitung-raschle.ch>
Schröter + Christinger Persönlichkeitstraining, Langgrütstrasse 178, 8047 Zürich, 044 261 01 60, info@scpt.ch, www.scpt.ch
Timeout statt burnout, Christoph Walser, Zürich, 043 343 90 40, www.timeout-statt-burnout.ch
Unabhängige Vorsorgeberatung, Stefan Geissbühler, Maulbeerstrasse 14, 3011 Bern, Tel. 031 387 68 76, unabhaengig@vorsorgen.ch, www.vorsorgen.ch
Wege der Kraft – MännerSeminare, Lorenz Ruckstuhl & Alexander Lanz, 034 431 51 20, info@wegederkraft.ch, www.wegederkraft.ch