

# Bodenhaftung und Festigung

**Auszeithaus** / Frauen und Männer mit landwirtschaftlichem Hintergrund sollen sich einen Tag Zeit nehmen für sich selber.

**BEROMÜNSTER** Meterdicke Mauern, hohe, lichtdurchflutete Räume und viel Holz erzeugen eine einladende, heimelige Atmosphäre. Als «Perle» bezeichnet Anita Estermann das alte Haus, das Teil vom Chorherrenstift in Beromünster ist. Hier lässt sich wunderbar zur Ruhe kommen und Kraft tanken.

## **Pause vom Alltag**

Estermann ist Präsidentin des Vereins Auszeithaus. Regelmässig finden dort Auszeittage oder -wochen statt. «Die Gedanken kommen dabei weg vom Alltag und es eröffnet sich ein anderer Blickwinkel», führt Estermann aus. Das Bedürfnis nach Ruhe und gelegentlichem Rückzug wäre vielerorts vorhanden, stellt sie fest. Der Alltag lasse dies aber nicht immer zu.

Marlis Wandeler gehört zu jenen Menschen, die sich bewusst solche Auszeiten nehmen. Die Bäuerin aus Gunzwil knüpfte ihren ersten Kontakt mit dem Auszeithaus durch ein Geschenk, seither kam sie mehrmals für Meditationen oder ganze Tage wieder.

## **Entgegen den Vorurteilen**

«Das ist entgegen einiger Vermutungen kein Hinweis auf Probleme», erklärt sie und lässt sich von solchen Vorurteilen scheinbar nicht verunsichern. «Zeit für sich zu nehmen, tut immer gut.»



(V. l. n. r.): Anita Estermann, Präsidentin Verein Auszeithaus, Bäuerin Marlis Wandeler, Theologe und Exerzitenleiter Jörg Gerber geniessen die Atmosphäre des alten Hauses.

Neu bietet der Verein in Zusammenarbeit mit dem BBZN Hohenrain einen Auszeittag speziell für Männer und Frauen aus dem landwirtschaftlichen Umfeld an. «Dieser Tag ist gut strukturiert, bietet aber Freiräume ganz für sich alleine», beschreibt Anita Estermann das Angebot. Stille und Alleinsein sollten aber nie zum Zwang oder zur Belastung werden, betonen die Verantwortlichen, es gebe immer Alternativen.

## **Kein inhaltlicher Austausch**

Es gilt: «Jeder macht, soviel er kann und mag.» Der Theologe Jörg Gerber, der zusammen mit der Exerzitenleiterin Brigitte Drescher das Haus führt, wendet dies am Beispiel der Vorstellungsrunde an: «Den eigenen Namen. Mehr muss niemand preisgeben, der nicht möchte.» Ein Gruppenaustausch ist also nicht vorgesehen, alle Teilnehmenden überdenken die Impulse oder Fragestellungen für sich selber. Auch körperlich ein gesundes Gleichgewicht von Spannung und Entspannung zu spüren, dazu verhilft die Eutonie, also eine leichte Körperarbeit. Und das gemeinsame Mittagessen sorgt für ein Gemeinschaftsgefühl.

## **Einstieg leicht gemacht**

Doch reicht ein Tag zum Herunterfahren und zur Ruhe zu

kommen? Marlis Wandeler findet: «Die kurze Zeit hier wirkt noch lange nach. Die Erinnerung an das Gefühl der Ruhe ist wie eine Kraftreserve, die ich jederzeit abrufen kann.»

Auch wenn das Auszeithaus auf christliche Werte aufbaut, betont Jörg Gerber: «Wir möchten offen sein für alle Menschen.» Und Marlis Wandeler ergänzt: «Ich spüre hier jedes Mal eine absolute Wertungsfreiheit und bedingungslose Annahme.» Diese verleiht die nötige Bodenhaftung, um gefestigt in den Alltag zurückzukehren, ist Anita Estermann überzeugt.

Andrea Gysin

## Auszeittage selbst erleben

Kurs des BBZN Hohenrain zusammen mit dem Auszeithaus Beromünster.

Kurs A: Montag, 27. November, 9 bis 16.30 Uhr.  
Kurs B: Dienstag, 5. Dezember, 9 bis 16.30 Uhr.  
Fr. 90.- inkl. Verpflegung, Anmeldung bis Freitag, 17. November unter Tel. 041 228 30 70 oder unter:

[www.bbzn.lu.ch/kurse](http://www.bbzn.lu.ch/kurse) ag



Der Verkauf von Käse ist für Josef Wallimann eine Beschäftigung, die er offensichtlich gerne macht. Hier mit Schwiegertochter Claudia Wallimann (rechts) und Helferin Claudia Käsli. (Bild Paul Küchler)

## Käse kaufen und Kühe leasen

**Alpkäse** / Einmal mehr war der Markt in Sarnen ein beliebter Treffpunkt für Besucher aus der Nichtlandwirtschaft.

**SARNEN** Am vergangenen Samstag führte die IG Obwaldner Alpkäse auf dem Dorfplatz in Sarnen den 24. Alpkäs-Märt durch. Laut IG-Präsident Erwin Spichtig waren die Alpkäse-Verkäufer mit dem Verlauf des Marktes zufrieden. Im Vergleich zum Vorjahr kamen etwas weniger Marktbesucher, diese hätten dafür eher grössere Mengen Käse gekauft, stellte Spichtig fest.

## **Den Absatz aufbauen**

An 13 Marktständen konnten ungefähr 1,5 Tonnen Alpkäse verkauft werden. Für den Alpnacher Josef Wallimann, der seit Jahren für seinen Sohn Martin und dessen Frau Claudia den Chretzenalp-Käse vermarktet,

hat der Markt eine wichtige Bedeutung. «Damit können die Konsumenten die einheimischen Alpkäse in ihrer Verschiedenheit kennenlernen und probieren.» Als ehemaliger Obwaldner Bauernpräsident, Bauernlandammann und Inhaber von Ämtern bei Milchproduzenten oder -verarbeitern weiss er, wie wichtig der Käseabsatz für einen Äpler ist. Wallimann kann im Direktverkauf jeweils fünf bis sechs Tonnen Käse absetzen, und zwar problemlos. Mit dieser Wertschöpfung ergebe sich ein Milchpreis von ungefähr Fr. 1.10 je kg Milch.

Nicht alle Milch zu Käse verarbeiten kann Urs Müller von der Alp Arni-Schwand an der Pan-

oramastrasse in Giswil. Müller ist dort jeweils für die Verwertung der Milch von der Alp Arni-Schwand sowie von benachbarten Alpen mit gesamthaft rund 100 Kühen zuständig.

## **Am Alpleben teilhaben**

Zur Hälfte macht er den Absatz mit der Käseproduktion, den Rest der Milch holt die ZMP ab. Eine Besonderheit ist bei ihm das Kuhleasing: Ein Leasingnehmer bezahlt eine Gebühr und bezieht dafür ein bestimmtes Quantum Käse zu einem Vorzugspreis. Wie von Urs Müller zu erfahren war, standen im letzten Sommer ungefähr zehn Kühe für dieses System zur Verfügung. pk

Reklame

Krankenkasse:  
Letzte Gelegenheit für einen  
Wechsel – 30. November 2017!

Mit uns profitieren  
Sie: **wechseln**  
lohnt sich!

agrisano

Für die Bauernfamilien!  
Alle Versicherungen aus einer Hand.

**Ihre Beratungsstelle:**

**Bauernverband Aargau**  
056 460 50 40 | [info-ag@agrisano.ch](mailto:info-ag@agrisano.ch)

**Luzerner Bäuerinnen- und Bauernverband**  
041 925 80 70 | [info-lu@agrisano.ch](mailto:info-lu@agrisano.ch)

**Bauernvereinigung des Kantons Schwyz**  
041 825 00 65 | [info-sz@agrisano.ch](mailto:info-sz@agrisano.ch)

**Zuger Bauernverband**  
041 790 43 27 | [info-zg@agrisano.ch](mailto:info-zg@agrisano.ch)

**AGRO-Treuhand Uri, Nid- und Obwalden GmbH**  
041 875 00 00 | [info-ur@agrisano.ch](mailto:info-ur@agrisano.ch)  
041 624 48 48 | [info-nw@agrisano.ch](mailto:info-nw@agrisano.ch)  
041 666 27 27 | [info-ow@agrisano.ch](mailto:info-ow@agrisano.ch)