

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung

Herausgeber: Pro Senectute Schweiz

Band: 91 (2013)

Heft: 10

Artikel: "Solange die Leute sich daran freuen, trete ich weiter auf"

Autor: Hauzenberger, Martin

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-725629>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 20.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

«Solange die Leute sich daran freuen, trete ich weiter auf»

Bekannt wurde er als «Clown von Ascona», und heute ist Dimitri der Schweizer Clown schlechthin. Seit über 50 Jahren steht er auf den Bühnen in der Schweiz und auf allen Kontinenten, und an seine Pensionierung denkt er nicht – ganz im Gegenteil.

Von Martin Hauzenberger,
mit Bildern von Bernard van Dierendonck

D

as neue Programm, das Sie gegenwärtig spielen, heißt «Highlights» und besteht aus Elementen Ihrer früheren Programme «Porteur», «Teatro» und «Rittratto». Sind diese Ausschnitte aus Ihren gesammelten Werken Ihre Lieblinge oder jene des Publikums? Für mich ist der Titel «Highlights» provisorisch. Ich hoffe, dass ich nach ein paar Jahren nur noch schreiben kann: «Dimitri Clown». Es war nicht leicht, eine Auswahl zu treffen. Aber jetzt habe ich viel Freude daran, und vor

allem haben die Leute Freude – und dann habe ich wieder Freude.

Spielt auch die Musik wieder ihre Rolle in diesem Programm? Natürlich. Ich spiele nicht alle Instrumente, die ich früher gespielt habe, aber doch viele von ihnen. Beim Zusammenstellen des Programms musste ich Übergänge finden. Und so kamen neue Elemente und neue Instrumente und Instrumentchen dazu. Man kann also schon sagen, es sei ein neues Programm.

Mit alten Teilen neu zusammengestellt. Genauso. Es gibt im Publikum die Leute, die sich auf etwas freuen, was sie schon kennen, und jene, die mich noch nie gesehen haben – die staunen dann über etwas Neues. Natürlich habe ich viele artistisch schwierige Elemente weggelassen. Schliesslich werde ich diesen September 78 Jahre alt. Ich bin zwar gut in Form, aber ich mache schon lange keinen Salto mehr, und das Seil habe ich jetzt auch aufgegeben.

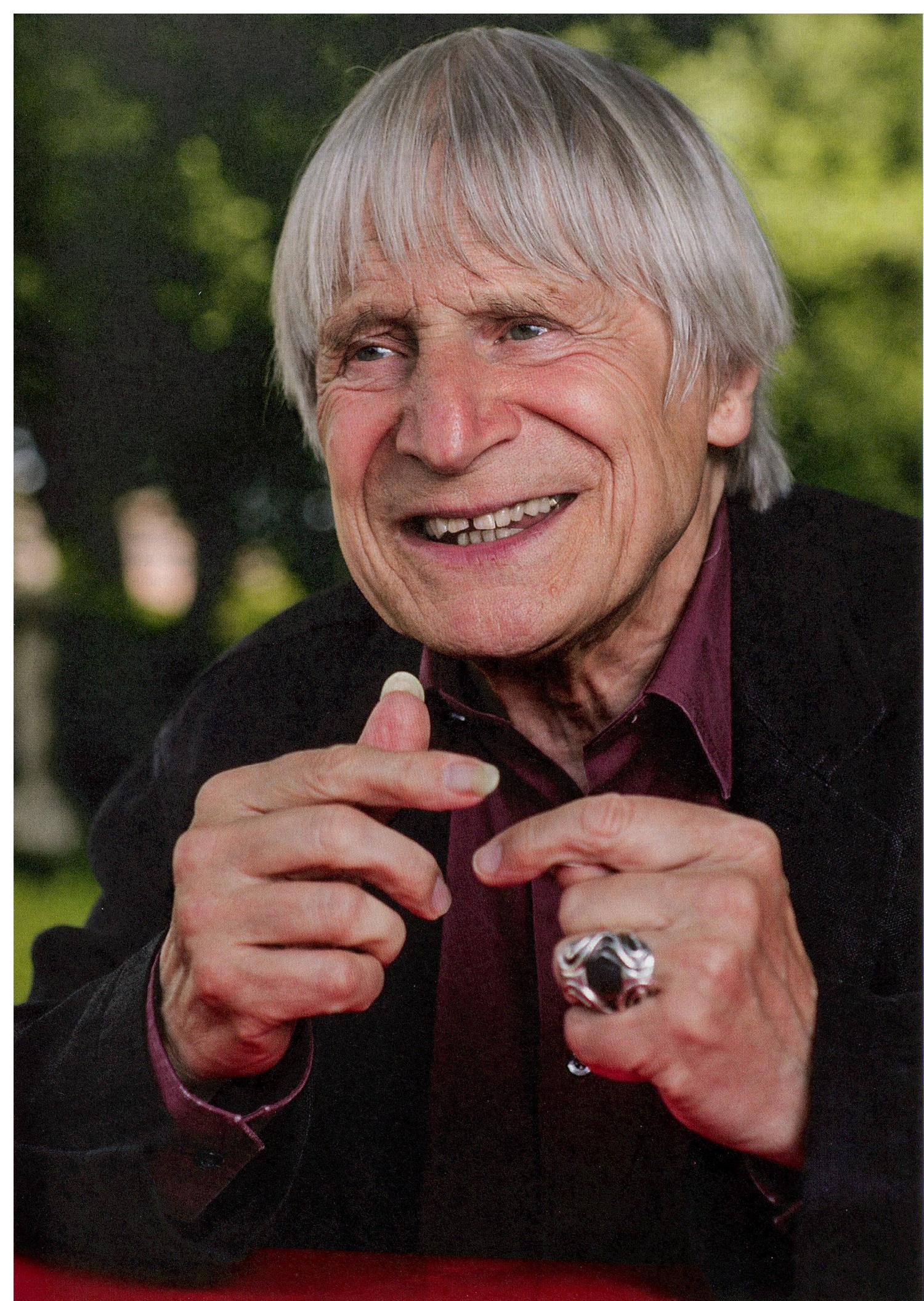
Wann haben Sie den letzten Salto gemacht? Mit fünfzig. Es hat mir zwar wehgetan, damit aufzuhören, und es wäre wohl noch fünf oder zehn Jahre länger möglich gewesen, aber mit fünfzig war das eine gute Entscheidung. Mein Sohn David, der ebenfalls Seiltänzer ist, hat dieses Problem jetzt auch. Aber er ist viel besser trainiert, als ich es mit fünfzig war. Ich glaube, dass er seinen Salto auf dem Seil bis sechzig durchziehen kann.

Viel von Ihrer Kunst lebt ja in Ihren Kindern weiter. Und Sie stehen sogar mit ihnen als «Famiglia Dimitri» auf der Bühne. Ja, das ist natürlich wunderschön. Das begann ja schon in den Siebzigerjahren im Circus Knie. Da waren die Kinder klein, und damals waren noch alle fünf dabei. Viel später ergriff dann meine Tochter Masha die Initiative, und wir probten ein Familienprogramm. Zwei der Söhne sind heute nicht mehr dabei, denn der älteste ist Designer, und einer arbeitet für das Rote Kreuz. Aber Masha, Nina und David spielen mit und mein Schwiegersohn Kai Leclerc.

Bei Masha liegt das Schwergewicht auf dem Clownhaften, bei Nina auf der Musik und bei David auf der Akrobatik – sind die drei künstlerischen Haupttalente des Vaters also auf die Kinder verteilt? Genauso. Alle haben ihre Spezialität in dieses Projekt eingebracht. Und ich sagte, ich mache sehr gerne mit, aber ich bringe keine meiner eigenen Nummern. Ich wollte lieber den Pausenclown spielen. Und das hat sich wunderbar bewährt.

Ihre Auftritte kommentieren in Pantomime-Form die Nummern der anderen. Oder assistieren oder parodieren. Wir alle fünf haben diese Auftritte sehr genossen. Wir sind damit sogar am Broadway in New York gelandet. In einem bekannten Online-Newspaper in den USA stand: «Im Madison Square Garden ist gegenwärtig

Lesen Sie bitte weiter auf Seite 30



der grösste Zirkus der Welt zu Gast: Ringling Brothers and Barnum & Bailey. In drei Arenen gleichzeitig sind 300 Artisten und ein Riesenorchester zu erleben. Da gibt es aber am Broadway eine Familie aus der Schweiz – fünf Leute ohne Lautsprecher und ohne Worte. Die machen alles noch viel, viel besser als der riesige Zirkus im Garden.» Diese Kritik war natürlich phänomenal für uns, denn sie sagte genau das aus, was wir wollen: Wir pflegen immer noch ein Theater mit einem Minimum an Mitteln.

Und die Tessiner Volkslieder singen Sie auch noch? Ja, gemeinsam mit Roberto Maggini. Manchmal kommt noch Pietro Bianchi dazu, Radioredaktor und Musikforscher, der viele Volkslieder im Tessin und in Italien gesammelt hat und ausgezeichnet Akkordeon und Geige spielt. Zudem Duccio Galfetti, ein Geiger aus der klassischen Musik, der auch Mandoline spielt. Wir vier mit der Tessiner Musik, diese Konzerte sind auch für uns immer eine Freude.

Sie haben einst in Paris ja sogar Chanson studiert. Schreiben Sie keine eigenen Lieder mehr? Nein, das war nur ein Versuch. Ich war damals noch jung und wie viele Jun-

ge ein bisschen eingebildet und habe gedacht, ich würde sicher auch einmal ein Chansonnier. Also habe ich ein paar Lieder bei der Suisa, der Urheberrechtsorganisation in der Schweiz, deponiert. Dann kam jedes Jahr die Abrechnung: «Aufgeführt wurde Ihr Lied *Le cirque* zweimal, Sie bekommen dafür fünf Franken siebzig als Tantiemen.» Da musste ich immer lachen. Ich singe gerne, aber Lieder machen, das überlasse ich anderen.

Wer waren Ihre Vorbilder als Liedermacher?

Auf jeden Fall Mani Matter. Ich habe eben die neue Biografie über ihn von Wilfried Meichtry gelesen und finde sie sehr gut. Er ist mir dadurch noch liebenswerter geworden – seine ganze konsequente Haltung, politisch und künstlerisch. Für mich ist er ein grosser Poet, und er hat es verdient, dass man seine Lieder immer noch überall singt.

Und wer waren Ihre Vorbilder bei den Clowns?

Grock. Wir können stolz sein auf diesen Schweizer Künstler, auch wenn er vor allem im Ausland Erfolge gefeiert hat. Er ist immer noch der Grösste. Er war ein phänomenaler Akrobat und Tänzer und Musiker – und wirklich virtuos auf all

den vielen Instrumenten, die er gespielt hat. Es gibt ja gar nicht mehr so viele Clowns. Natürlich, Gardi Hutter ist wunderbar, «Clownerin», wie sie sich nennt. Unter den lebenden Clowns ist für mich Gaston derjenige, der die Tradition am besten weiterlebt. Den liebe ich. Früher war er mit Rolf Knie im Circus Knie unterwegs und jetzt seit vielen Jahren mit Partner Roli. Die beiden sind ein wunderbares und sehr komisches Clownduo.

Und funktioniert Ihre Scuola Teatro Dimitri immer noch? Ja natürlich, und wie!

Dann ist ja für Clownnachwuchs gesorgt. Ja, wir sind jetzt seit etwa vier Jahren eine Hochschule für Bewegungstheater. Auf Italienisch klingt das viel besser: Scuola universitaria di teatro di movimento. Der Schule geht es gut, in jeder Beziehung: künstlerisch und finanziell. Wir werden vom Kanton unterstützt. Theater hingegen sind leider immer defizitär, und da müssen wir um unser Kleintheater in Verscio bei Locarno ständig kämpfen. Meine Tochter Masha ist jetzt unsere Theaterdirektorin. Unsere Schule hat im Laufe von 35 Jahren rund 200 Studenten ausgebildet.

Inserat

Altersbedingte Unpässlichkeiten: Handeln Sie ab sofort!

Bemerken Sie mangelnde Geschmeidigkeit, vermehrt schmerzende Gelenke oder trockene Haut? Manchmal ist einfach ein Siliziummangel dafür verantwortlich, und dieser lässt sich auf einfache Weise beheben.

Was ist Silizium? Unser Organismus enthält 7 Gramm Silizium, hauptsächlich in den Knochen, Muskeln, Organen und Gefäßwänden. Silizium ist unerlässlich für die Bildung von Stoffen wie Kollagen und Elastin, die eine wichtige Rolle für die Geschmeidigkeit und Elastizität des Bindegewebes spielen. Es unterstützt zudem die Kalzium-einlagerung in die Knochen, die Wundheilung, den Erhalt der Gefässelastizität, die Geschmeidigkeit der Gelenke und schützt gegen die Alterung der Gewebe. Je älter wir werden, desto höher ist unser Bedarf an Silizium und desto schwieriger ist seine Assimilation.

Besteht vielleicht ein Zusammenhang mit der Ernährung?

Tatsächlich enthält unsere moderne Ernährung kaum noch reichhaltige Siliziumquellen wie Innereien, Schalen von Gemüse, Vollkornprodukte usw. **Wie steht es also um Ihre Versorgung mit Silizium?**

Die Laboratoires DexSil haben ein Silizium-Molekül entwickelt, das bei kleinstmöglicher Grösse elektrisch aufgeladen und dadurch bioaktiv ist. Das Silizium in DexSil® ist somit bestens assimilierbar und im Organismus aktiv und wirksam. Es ist in zwei Formen erhältlich: DexSil® Trinklösung zur täglichen Einnahme und DexSil® Wohlbefinden & Geschmeidigkeit, zwei Gels mit oder ohne ätherische Öle; sie werden gezielt auf die betroffenen Zonen (z. B. Knie, Ellbogen) aufgetragen. **Warten Sie nicht länger: Handeln Sie und beugen Sie vor!**



**Mit DexSil®
leben Sie vielleicht nicht länger,
aber besser!**



**Verlangen Sie DexSil®
in Ihrer Apotheke
oder Drogerie**

Die ersten 100 Einsender haben die Möglichkeit, DexSil® gratis auszuprobieren!

Ihr Problem

Name, Vorname

Adresse

PLZ, Ort

E-Mail

Die Teilnahme ist auf eine Person und einen Teilnahmecoupon pro Haushalt beschränkt. Personen, die bereits einmal teilgenommen haben, dürfen kein zweites Mal teilnehmen.

Coupon einsenden an: HYGIS SA, 1136 Bussy-Chardonney
oder per E-Mail: info@hygis.ch (Betreff: Silizium)

HYGIS 2013-36

Sie sind wieder auf Tournee. Wird ein Clown nie pensioniert? Da ich mein eigener Chef bin, könnte ich mich natürlich pensionieren. Aber es ist das Schicksal, das dies bestimmt. Solange ich auftreten kann und Freude habe daran und so lange ich ein Publikum habe, das Freude hat daran: Warum soll ich da nicht weitermachen? Ich habe einen wunderbaren Agenten gefunden, der mir vieles abnimmt. Wir haben uns in den letzten zwanzig Jahren immer allein durchgefummelt – vor allem meine Frau Gunda hat das erledigt und meine Sekretärin.

Und entstehen noch neue Nummern? Zuerst spiele ich jetzt diese Highlights und bin immer noch am Einspielen und Verbessern. Das wird für die nächsten Jahre mein Programm sein. Hie und da mache ich Experimente: Im Centovalli, wo ich lebe, gibt es fantastische Geschichten von Schmugglern und Räubern, Wegelagerern und Kaminfegern, Pfarrern, Polizisten und Grenzwächtern. Solche Geschichten haben wir in einem Stück zusammengebaut. Da spielten etwa dreissig Laiendarsteller und vier oder fünf Profis. Dazu Musiker mit Trompete, Posaune, Bass-tuba, Klarinette, Saxofon und so weiter –

«Diese Highlights, die ich immer noch einspiele und verbessere, werden für die nächste Zeit mein Programm sein.»

wunderschön, eine typische Tessiner Bandella. Autor Kurt Hutterli, der das Centovalli sehr gut kennt, hatte mir eine wunderschöne Figur kreiert, für die ich ihm ewig dankbar sein werde: den karthagischen Krieger Discobal, der mit Hannibal über die Alpen gezogen ist und jetzt nach zweitausend Jahren seinen Elefanten Hamilkar sucht, den er verloren hat. Das war eine ausserordentlich komische, absurde Rolle, die ich sehr liebe. Und das Stück hatte grossen Erfolg.

Der Elefant ist für Sie ja ohnehin ein wichtiges Tier. Ja, der ist mein Lieblingstier.

Seit den Zeiten im Circus Knie oder schon vorher? Ich habe entdeckt, dass ich schon als Kind viele Elefanten und Elefanten gezeichnet und gemalt und modelliert

habe. Meine Eltern haben das zum Glück alles aufbewahrt. Und 1970 im Circus Knie war ich dann der erste Clown mit einer Nummer mit einem echten Elefanten. Von da an bekam ich sehr viele Geschenke und Zeichnungen, Bilder und Elefanten, und ich habe selbst angefangen zu sammeln. So wurde der Elefant mein Lieblingstier.

Sie haben Töpfer gelernt. Hat das Spuren hinterlassen? Diese Lehre hat mir sehr viel gegeben, denn die Keramik ist ja auch eine grosse Kunst. Ich hatte grossartige Lehrmeister: Margrit Linck war eine berühmte Keramikerin und ihr Mann Walter Linck ein bekannter Bildhauer. Aber das Schönste an dieser dreijährigen Lehrzeit in Reichenbach bei Bern war für mich das Theaterspielen mit den Studenten in Bern: all die Leute, die ich kennenlernen und mit ihnen spielen durfte. Mit Harry Szeemann auf der Bühne zu sein etwa oder sein Kabarettprogramm zu sehen. Später wurde er der wohl grösste Ausstellungsmacher überhaupt. Aber kaum jemand wusste, dass er auch ein genialer Kabarettist war, mit eigenen Texten.

Lesen Sie bitte weiter auf Seite 32

Inserat

Tina Wohlwend, 50, dipl. med. Therapeutin mit eidg. Fachausweis in der Gesundheitspraxis in Binningen/Basel.

Die Kraft aus der Muschel für Ihre Gelenke.

PERNATON® enthält den natürlichen Original-Perna-Extrakt aus der Grünlippmuschel. Er versorgt Ihren Körper mit wichtigen Nähr- und Aufbaustoffen und spendet wertvolle Vitamine und Spurenelemente. Täglich und über längere Zeit eingenommen, unterstützt PERNATON® die Beweglichkeit Ihrer Gelenke, Bänder und Sehnen. PERNATON® gibt es als Kapseln, Gel, Bad und neu auch als Gel forte für intensives Wärmegefühl. Lassen Sie sich in Ihrer Apotheke oder Drogerie individuell beraten. www.pernaton.ch

Gesunde Ernährung und tägliche Bewegung.

Unser Wohlbefinden hängt stark von unserer körperlichen Mobilität ab. Ist sie reduziert, helfen uns medizinische Therapeuten und Therapeutinnen wie Tina Wohlwend, sie wiederherzustellen. Vorbeugen ist aber auch in diesem Fall besser als heilen.

Frau Wohlwend, worin besteht die Hauptaufgabe einer medizinischen Therapeutin?

Ganz allgemein gesagt verbessern wir die Lebensqualität unserer Patienten, indem wir die Mobilisation unterstützen und so ihr Wohlbefinden steigern.

Wann kommt ein Patient zu Ihnen?

In der Regel bei Erkrankungen am Bewegungsapparat, ausgelöst durch Krankheit, Arbeits- oder Sportunfälle. Altersbeschwerden oder körperliche Belastung sind weitere mögliche Gründe.

Woraus besteht eine Therapie?

Wir unterscheiden zwischen aktiven und passiven Therapien. Zu den aktiven gehören z.B. Muskelaufbau, Stabilisation der Gelenke sowie Bewegungstherapie. Passive Therapien enthalten unter anderem Massage, Ultraschall oder Fango.

Wie können wir einer Therapie vorbeugen?

Schliessen wir Krankheit und Unfälle aus, sind eine ausgewogene Ernährung und tägliche Bewegung ein gutes Rezept. Die körperliche Mobilität ist jedoch abhängig von funktionierenden Gelenken sowie elastischen Sehnen und Bändern.

Was können wir dafür tun?

Schwimmen, Nordic Walking, Gymnastik oder Ähnliches sind gute präventive Massnahmen. Für Menschen ab 40 lohnt es sich, den Körper zusätzlich mit dem Original-Perna-Extrakt aus der neuseeländischen Grünlippmuschel sowohl durch innerliche als auch äusserliche Anwendung zu versorgen. Der Original-Perna-Extrakt ist Lieferant wertvoller Nährstoffe, die unter anderem die Funktion der Gelenke wesentlich unterstützen.

Haarausfall... Kraftlose Haare... Brüchige Nägel...



... können durch Biotinmangel auftreten.

Biotin-Biomed® forte

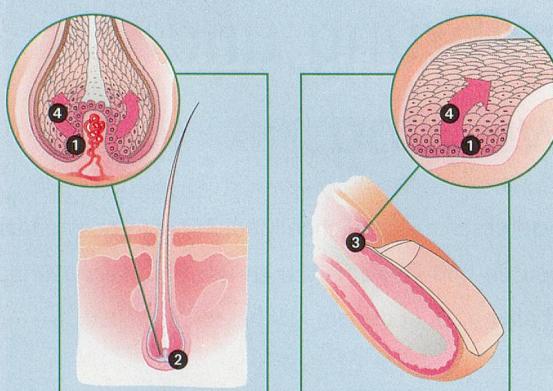
hilft, diesen Mangelzustand zu beheben.

Die Entstehung gesunder Haare und Nägel

Spezialisierte Hautzellen (Epidermiszellen) **1** in der Haar- **2** und Nagelmatrix **3** vermehren sich durch Zellteilung und schieben sich so langsam nach oben **4**. Dabei reifen sie und bilden das faserige Eiweiß Keratin, den Hauptbestandteil der Haare und Nägel. Keratin verleiht Haaren und Nägeln ihre Festigkeit.

So wirkt Biotin

Biotin wirkt auf die Vermehrung der Haar- **2** und Nagelmatrixzellen **3**, unterstützt die Bildung von Keratin und verbessert die Keratinstruktur.



1 x täglich Biotin

- > vermindert den Haarausfall
- > verbessert die Haar- und Nagelqualität
- > erhöht die Haar- und Nageldicke



Erhältlich in
Apotheken und
Drogerien.

Bitte lesen Sie die Packungsbeilage.

BioMed

Sie haben in unzähligen Ländern gespielt. Gibt es ein Land, wo Sie noch nicht gespielt haben und das tun möchten? Heute nicht mehr. Das tönt jetzt so abgeklärt, aber Auslandstourneen mit all den Requisiten sind sehr kompliziert. Ich mag solche Strapazen nicht mehr.

Und einfach als Reisender? Wo ich gerne wieder hingehen möchte, das ist Sri Lanka. Dieses Land habe ich sehr gerne: die Menschen, die Kultur, die Landschaft, die Freundlichkeit. Die Menschen dort sind selbstbewusst, sie wissen, wer sie sind, sind aber trotzdem freundlich und bescheiden.

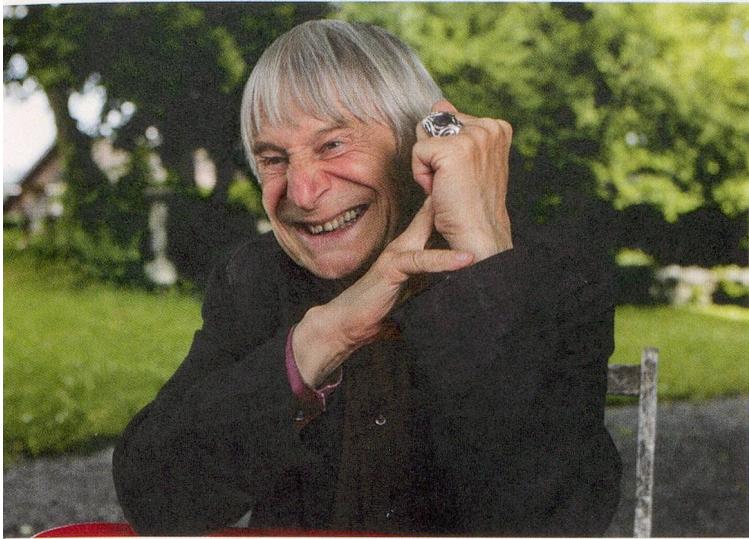
Sie malen auch, haben Ausstellungen gemacht. Ja, wie alle Kinder habe ich schon früh gezeichnet und gemalt. Und dann habe ich auch meine Plakate, die Kostüme und, wenn nötig, die Bühnenbilder selbst entworfen. Dann hat mich mal ein Galerist in Aarau zu einer Ausstellung überredet. Und inzwischen habe ich bestimmt schon fünfzig Ausstellungen gemacht – in der Schweiz, in Deutschland, in Wien, in Japan. Aber ich muss betonen: Ich bin kein Maler, ich bin ein Clown, der malt.

Und wenn Sie nicht malen, proben oder auftreten: Was tun Sie in Ihrer Freizeit? Meine Hobbies sind immer sehr nahe beim Theater. Ich lese sehr gerne und liebe alle Biografien, vor allem über Künstler, wie jetzt gerade jene über Mani Matter. Ich liebe es auch, Theaterstücke zu lesen – Shakespeare und vor allem auch die Komödien von Molière. Und ich gestalte gerne Objekte. Ein Freund, der meine Clowns und Fantasiewesen gesehen hatte, sagte mir: «Das sind aber keine Objekte, das sind Subjekte.»

Aus welchen Materialien gestalten Sie diese Ob- und Subjekte? Das ist ganz verschieden. Da finde ich irgendeinen rostigen Nagel und schlage den in ein Brett und setze ein Figürchen aus Knetmasse daneben, dann finde ich irgendein Holzstück, und das gibt ein Schiff mit Narren drauf. So kann ich meiner Fantasie freien Lauf lassen. Auf der Bühne gibt es eben doch Grenzen: Beim Fliegen fängt es an...

... oder hört es auf. Oder hört es auf, genau.

Wenn Sie nicht selbst Musik machen – was hören Sie? Strawinskys «Sacre du printemps» ist fast ein Maximum für mich, aber ich liebe auch Mozart oder rumänische Folklore. Auch einen Naturjodel habe ich gern. Die Volksmusik interessiert mich ohnehin, die italienische Volksmusik liebe ich sehr, sehr, sehr. Und bei den Chansons vor allem Mani



«Ich gestalte gerne Objekte aus allen möglichen Materialien. Da kann ich meiner Fantasie freien Lauf lassen.»

Matter und alle die Franzosen und den Belier Jacques Brel. Der röhrt mich, ergreift mich. Wenn ich Auto fahre, höre ich immer Radio: SRF2 in der Deutschschweiz und Rete2 im Tessin. Da lerne ich immer Neues kennen. Ich habe auch immer gerne süd-amerikanische Lieder gehört – von Atahualpa Yupanqui, Mercedes Sosa und all den andern. Und jetzt ist ja meine Tochter Nina eine wunderbare Sängerin. Sie hat selber schöne Lieder geschrieben und singt viele Lieder ihres Ex-Manns Julio Lavayen, mit dem sie in Bolivien zusammengelebt hat. Er ist leider vor einem Jahr gestorben.

Sie haben sich auch stark in humanitären Fragen engagiert. Darüber spreche ich gerne, auch wenn mein Engagement nur minimal ist, das Minimum, das ein Künstler machen kann – hie und da meinen Namen zur Verfügung stellen und Aktionen unterstützen. Ich war befreundet mit dem mittlerweile verstorbenen Flüchtlingspater Cornelius Koch. Er hatte tolle Ideen und war dankbar, dass er drei Menschen hatte, die er immer anfragen konnte: Schriftsteller Max Frisch, Architekt Mario Botta und mich. Er hat viel für die Flüchtlinge im Tessin getan. Auch Amnesty International und Terre des hommes habe ich unterstützt – und die Christian Blind Mission, die Kindern in Entwicklungsländern hilft, die am Erblinden sind. Wenn man ihre Krankheit rechtzeitig bekämpft, ist sie heilbar. Ich war auch Botschafter für die Unicef und habe für sie beispielsweise Sarajewo besucht. Und sehr

Lesen Sie bitte weiter auf Seite 35

epitact®
PODOLOGIE

**ERHÄLTLICH
IN APOTHEKEN**

■ FUSSSOHLENSCHMERZEN, SCHWIELEN

FUSSSOHLEN- KISSEN



EPITHELIUM 26°
PATENTIERTES
SILIKONGEL



Das sich unter dem Vorderfuss befindende Fusspolster verteilt Druck. Mit zunehmendem Alter wird dieses abgenutzt und verursacht Schmerzen, ein brennendes Gefühl und Schwelen. Die Epitact® Fusssohlenkissen mit dem Epithelium 26°, welches das natürliche Fusspolster ersetzt, sind in der Maschine waschbar, über längere Zeit tragbar und werden diskret in Ihren gewohnten Schuhen getragen.

Fusssohlenkissen: 1 Paar
S(36-38) Code : 3443732 M(39-41) Code : 3443749
L(42-45) Code : 3443755

Waschbar und
wiederverwendbar

■ FUSSSOHLENSCHMERZEN + HALLUX VALGUS

DOPPELSCHUTZ- KISSEN



Wenn Sie sowohl an schmerzenden Fusssohlen, als auch an einem Hallux Valgus leiden, entscheiden Sie sich für die Doppelschutzkissen. Sie sind waschbar und wiederverwendbar und lassen sich über mehrere Monate tragen.

Doppelschutzkissen: 1 Paar
S (<24 cm*) Code : 3692257 M (24-27 cm*) Code : 3692240
L (>27 cm*) Code : 3692234

*Fussumfang messen

■ HÜHNERAUGEN

DIGITUBES®



Mit der nur 1mm dicken Epithelium™ Schicht schützen die Digitubes® Zehen und lindern den Schmerz. Dieser waschbare und wiederverwendbare Schutz hilft Hühneraugen zum Verschwinden zu bringen, sofern er während mindestens einem Monat getragen wird.

Digitubes® : 1 x 10 cm zum Zuschneiden
S (Ø 22 mm) Code : 3446653 M (Ø 25 mm) Code : 3446682
L (Ø 33 mm) Code : 3446707

Erhältlich in Apotheken, Drogerien und spezialisierten Verkaufsstellen.

Vertrieb: F. Uhlmann-Eyraud SA - 1217 MEYRIN
www.uhlmann.ch - Email : epitact@uhlmann.ch

wichtig ist mir die Mitgliedschaft in der OMCT, der Organisation mondiale contre la torture, die sich in der ganzen Welt gegen die Folter einsetzt.

Was ist das Beste und was das Schlechteste am Älterwerden? Das Schlechteste ist, wenn man krank wird und sich nicht mehr bewegen kann. Oder wenn man dement wird. Dessen ist man sich vielleicht nicht mehr so bewusst, und dann ist es wohl weniger schlimm. Aber für die anderen ist es umso schwieriger. Das Beste für mich ist, dass ich noch gesund bin und arbeiten darf. Und wenn ich anderen ein wenig helfen kann.

Und auf der Bühne die Menschen immer noch erreichen kann. Ja, das ist ein riesiges Glück.

Denken Sie an den Tod? Ja, schon lange, aber natürlich nähert man sich dem immer mehr. Meine Frau Gunda hat keine Angst vor dem Tod. Sie hat eigentlich vor nichts Angst. Aber ich bin in einer Angstphase – ich habe Angst vor dem Leiden, dem Kranksein, dem Abhängigsein, vor dem Tod. Ich habe nicht Angst vor der anderen Welt, weil ich an eine andere Welt glaube. Ich glaube an ein Leben nach dem Tod. Ich glaube sogar an eine Reinkarnation. Als ich den Bene (den Berner Troubadour Bernhard Stirnemann) kurz vor seinem

Tod im Spital besuchte, sagte ich zu ihm: «Weisst du, Bene, ich habe über Karl Valentin gelesen, dass er panische Angst vor dem Sterben hatte und kurz vor seinem Tod gesagt habe: ‹Ach, wenn ich doch gusst hätte, dass es so schön ist!› Und dann ist er gestorben.» Da schaute mich der Bene an und sagte: «I weiss non en andere. Der Nestroy, dä het schynt s gseit: ‹Ich weiss schon, dass wir alle mal sterben müssen. Aber um mich ist es doch sehr schade.›» Der Luther soll ja gesagt haben: «Wenn ich wüsste, dass ich morgen sterben muss, dann würde ich hier noch einen Apfelbaum pflanzen.» Und Carlos Castaneda liess seinen weisen Indianer Don Juan sagen: «Man muss jeden Tag so leben, als wäre er der letzte.» Solche Sätze geben mir Mut.

Der Clown der Nation

Dimitri Jakob Müller wurde 1935 als Sohn des Malers Werner Jakob Müller und der Kunsthändlerin Maja Müller in Ascona TI geboren. Nach einer Töpferlehre studierte er in Paris beim Pantomimen Etienne Decroux und nahm zusätzlich Unterricht in Gitarre, Akrobatik, Seiltanz und Chansonschreiben. 1959 hatte er seinen ersten Soloauftritt in Ascona und schuf aus den verschiedensten künstlerischen Elementen seinen ureigenen Clown-Stil. Neben vielen Tourneen in der ganzen Welt ging er dreimal mit dem Circus Knie auf die Reise. Daneben gründete er mit seiner Frau Gunda in Verscio TI das Teatro Dimitri, die Scuola Teatro Dimitri und die Compagnia Teatro Dimitri. Er erhielt zahlreiche Preise und ist Ehrenbürger von Verscio.

Granatapfel Straffende Gesichtspflegeserie.



Seit über 90 Jahren verfolgt Weleda ein ganzheitliches Schönheitskonzept, dass auf der lebendigen Beziehung der Pflanzen zum jeweiligen Bedürfnis basiert. Dank intensiver Forschungsarbeit entdeckte Weleda vor einigen Jahren die Wirkungen und das Potential des Granatapfels und entwickelte die Granatapfel straffende Gesichtspflege, zur aktiven Regeneration. Der Granatapfel gilt als Symbol für Schönheit und ewiger Jugend. Der zarte Duft wirkt inspirierend auf die Sinne. Die antioxidative Pflege begleitet den natürlichen Hautaltersprozess optimal. Die kostbaren Wirkstoffe aus Granatapfel und Goldhirse aus biologischem Anbau mindern Fältchen, straffen, aktivieren die Hautregeneration und helfen den Abbau freier Radikale zu unterstützen.



- Straffende Tagespflege:** Antioxidative Pflege mindert Falten, strafft und aktiviert die Hautregeneration.
- Straffende Nachtpflege:** Aufbauende Nährstoffe aktivieren die Erneuerungsprozesse in der Haut während der nächtlichen Regenerationsphase.
- Straffendes Serum:** Das fettfreie, leichte Serum kräftigt die Hautstruktur und aktiviert die Zellerneuerung
- Straffende Augenpflege:** Schützt die empfindliche Augenpartie durch wertvolle, natürliche Antioxidantien.

Das Geheimnis der Weleda Rezepturen liegt in der Natur. Wertvolle, pflanzliche Öle und kostbare Pflanzenextrakte vereinen sich mit duftenden ätherischen Ölen zu einer natürlichen Verwöhnpflege für Körper und Sinne, die die hauteigenen Kräfte nachhaltig aktiviert. Die Verträglichkeit der Granatapfel Straffenden Gesichtspflege wurde von einem unabhängigen Institut dermatologisch getestet und bestätigt.