

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 97 (2019)
Heft: 3

Werbung

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: 05.04.2026

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

nicht, wenn man mit den Ressourcen achtlos umgeht, und schaue deshalb darauf, dass wir möglichst wenig Lebensmittel wegwerfen müssen. So landen bei uns zum Beispiel Peterlistiele nicht einfach im Kompost, sondern sie werden für einen Suppenfond verwendet. Auch auf den Wasserverbrauch habe ich stets ein Auge.

In den Zwischensaisons oder wenn es Ihr Zeitplan erlaubt, kochen Sie auch auswärts. Letztes Jahr waren Sie zum Beispiel auf einer Gourmet-Schiffsreise und in der Schweizer Botschaft in Peking zu Gast. Weshalb nehmen Sie solche Engagements an?

Weil ich Herausforderungen liebe, es rüdig Spass macht und erst noch beste Werbung ist. Ich bereite mich immer akribisch auf solche Anlässe vor und rekognosziere, wenn es geht,

auch die Location. Denn es muss vor Ort alles stimmen, damit ich die Gerichte optimal zubereiten und präsentieren kann.

Sie haben im Verlauf Ihrer Karriere viele bekannte und einflussreiche Personen wie Tina Turner, Henry Kissinger, Bill Gates und Kofi Annan bekocht. Was bedeutet das für Sie?

Ich bin schon ein wenig stolz darauf, dass ich so viele Prominente verwöhnen durfte. Doch egal, wer bei mir einkehrt, jeder Gast ist König. Vielleicht bin ich im Unterbewusstsein etwas nervöser, wenn bekannte Persönlichkeiten zu Besuch sind, obwohl ich weiss, dass sie auch nur Menschen sind wie du und ich.

Wird man nicht eitel, wenn man so bekannt und erfolgreich ist?

Ich hatte nie das Gefühl, etwas Besonderes zu sein, und habe immer versucht, mich selber zu bleiben. Ein wenig eitel bin ich aber schon. Ich bin nicht nur beruflich ein Perfektionist, sondern auch privat. So achte ich stets auf mein Äusseres und absolviere jeden Morgen Liegestützen sowie ein rund zwanzigminütiges Stretchingprogramm, um in Form zu bleiben.

Die Belastung, die die Spitzengastronomie mit sich bringt, hat auch bei Ihnen ihren Tribut gefordert. Ihre erste Ehe ist daran zerbrochen.

Das stimmt leider. Ich war am Anfang meiner Karriere als Küchenchef im Restaurant des 5-Sterne-Resorts «Bürgenstock» nicht nur im Sommer voll eingespannt, sondern auch in den Wintermonaten ständig engagiert. Ich habe Saisonstellen angenommen, für

INSERAT



PRO
SENECTUTE club *sixtysix*

GEMEINSAM STÄRKER unterstützt pro senectute kanton luzern

Sich zu Hause fühlen, selbstbestimmt den Tagesablauf gestalten, Freundschaften pflegen – wir wollen auch den dritten und vierten Lebensabschnitt geniessen. Sind wir bereit, uns auf ein weiteres Lebensab(en)deur einzulassen? Individuelles Wohnen im Alter – Traum oder Realität? Benötigen wir neue Wohnformen?

Moderation:
Kurt Aeschbacher



Pro Senectute TALK

Lebensab(en)deur

WOHNEN heute und morgen

Donnerstag, 4. April 2019
17.00 bis 19.30 Uhr
KKL Luzern, Konzertsaal

Musikalische Unterhaltung: Ueli Schmezer und MatterLive

Moderator Kurt Aeschbacher spricht mit seinen Gästen über ihre persönlichen Wohnenerfahrungen. Macht es Sinn, Gewohnheiten aufzubrechen? Wo warten die Herausforderungen der Zukunft?

Eintritt: Fr. 35.–
Ihre Eintrittskarte (nummerierte Sitzplätze) erhalten Sie beim KKL Luzern. Kartenverkauf am Schalter: Montag bis Freitag 9.00 bis 18.30 Uhr, Samstag 10.00 bis 16.00 Uhr. Oder online unter www.kkl-luzern.ch. Telefonverkauf: 041 226 77 77 von Montag bis Freitag 13.00 bis 18.30 Uhr können Sie Ihre Tickets gegen Zahlung mit Kreditkarte bestellen. Bitte beachten: Während der laufenden Veranstaltung ist kein Einlass.

Medienpartner:




Sponsoren:






verschiedenste Events gekocht, war als Fernsehkoch tätig und habe an der Berufsschule unterrichtet. So blieb für die Familie einfach zu wenig Zeit, und irgendwann ging es nicht mehr. Ich habe aber daraus gelernt und spreche nun alle Aktivitäten mit meiner jetzigen Frau Corina ab.

Wie verstehen Sie sich heute mit Ihrer Exfrau und Ihren Töchtern Ramona und Olivia?

Wir kommen sehr gut miteinander aus. Vor drei Jahren bin ich Grossvater geworden und Miguel, Ramonas Sohn, macht mir grosse Freude. Leider sehe ich ihn aus Zeitgründen viel zu wenig, geniesse dafür aber jedes Zusammensein mit ihm doppelt.

An den Enkelkindern merkt man, dass man selber keine zwanzig mehr ist. Wie gehen Sie damit um?

Ich fühle mich viel jünger, als ich bin, und komme mir nicht vor wie ein Grossvater. Ich bin gesund und kann in der Küche noch bestens mit den Jungen mithalten. Wenn ich aber erfahre, dass Jahrgänger oder ehemalige Schulkolleginnen oder Schulkollegen gestorben sind, dann mache ich mir schon Gedanken. Dann wird mir bewusst, dass ich zur Generation gehöre, die als Nächstes an die Reihe kommt ...

Glauben Sie an ein Leben nach dem Tod?

Ja. Ich gehe zwar nicht in die Messe, bin aber ein gläubiger Mensch. Ich verlasse das Haus nie ohne Weihwasser, und wenn ich in Stansstad bin, zünde ich in der Kirche, in der unsere Töchter getauft wurden, immer eine Kerze an.

2020 erreichen Sie das offizielle AHV-Alter. Wie steht es mit Überlegungen zur Pensionierung?

Ich schiebe das Ganze vor mir her und würde überhaupt nicht ans Aufhören denken, wenn mich meine Frau nicht von Zeit zu Zeit ermahnen würde. Klar ist jetzt schon, dass ich die Wintersaison 2020/21 noch machen und somit mindestens ein halbes Jahr über die Pensionierung hinaus arbeiten werde. Ob es danach weitergeht, hängt auch davon ab, ob ich dann immer noch das Glück haben werde, auf eine so tolle Crew zählen zu können wie jetzt. Das ist keine Selbstverständlichkeit mehr.

Gibt es berufliche Ziele, die Sie noch erreichen möchten?

Ich träume immer noch von 18-Gault-Millau-Punkten oder einem zweiten Michelin-Stern. Das wäre die Krönung meiner Karriere. Am meisten aber hoffe ich, dass ich gesund bleibe und meine Gäste mit meinen Kreationen weiterhin glücklich machen kann. *

SIE LEIDEN AN ARTHROSE?



Arthrose ist eine chronische Krankheit, die durch die Abnutzung des Gelenkknorpels verursacht wird und sich durch schmerzhafte Entzündungsschübe äussert. Knie und Daumen sind am häufigsten betroffen. Für die Betroffenen ist die Krankheit mit starken Einschränkungen verbunden. Sie kann schrittweise zu Gelenksteife führen, die die Beweglichkeit einschränkt.

Bewegungslosigkeit kann Arthrose jedoch verschlimmern!

Bleiben Sie aktiv, um Arthrose effizient zu bekämpfen und Schmerzen zu lindern!

DANK EPITACT® ERHALTEN SIE IHRE BEWEGLICHKEIT IM ALLTAG ZURÜCK!

1. DAUMENARTHROSE

Die flexible Aktivitäts-Daumenbandage von EPITACT® ist ideal, um Schmerzen zu lindern und die Verschlimmerung der Rhizarthrose einzudämmen. Sie fixiert den Daumen während des Tages in einer Ruhestellung, bewahrt jedoch gleichzeitig die volle Funktionalität der Hand.

1 Flexible Aktivitäts-Daumenbandage

Linke Hand S: 5995714 M: 5995737 L: 5995766
Rechte Hand S: 5995708 M: 5995720 L: 5995743

ALS ERGÄNZUNG: Die Bandage ist auch als starre Ruhebandage erhältlich. Fragen Sie eine Fachperson um Rat.



2. KNEIARTHROSE

PHYSIOstrap™ wurde speziell zur Linderung von Schmerzen entwickelt, damit Sie aktiv bleiben und die Verschlimmerung der Gonarthrose eindämmen können. Sie gibt dem Knie Halt und stabilisiert es, ohne zu komprimieren. Die flexible, dünne und komfortable Bandage kann täglich und über einen längeren Zeitraum getragen werden.

1 PHYSIOstrap™

XS: 6985362 S: 6985379 M: 6985385
L: 6985391 XL: 6985416

FÜR DEN SPORT: PHYSIOstrap™ existiert auch in einer speziellen Sportausführung. Fragen Sie eine Fachperson um Rat.



ERHÄLTlich IN APOTHEKEN, DROGERIEN UND SPEZIALISIERTEN VERKAUFSSTELLEN.

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

www.epitact.ch

Lesen Sie die Packungsbeilage. Diese Medizinprodukte sind gemäss Reglementierung Gesundheitsprodukte mit der CE Zertifizierung, Hersteller: MILLET INNOVATION - ZA Champgrand BP 64 - 26270 Loriol-sur-Drôme - FRANKREICH. Letztes Update: 01.2019.