

NEWSLETTER

12.11.2021

Avenue ID: 1411
Artikel: 22
Folgeseiten: 30

Print

	06.11.2021	Berner Zeitung / Ausgabe Stadt+Region Bern Pandemie führt zu mehr Essstörungen bei Mädchen	01
	06.11.2021	Berner Zeitung / Ausgabe Stadt+Region Bern Die Therapieplätze für Magersüchtige sind knapp	02
	06.11.2021	Bieler Tagblatt Magersüchtige Frauen finden kaum Hilfe	06
	06.11.2021	Bieler Tagblatt Pandemie führt zu mehr Essstörungen	09
	06.11.2021	Der Bund Die Therapieplätze für Magersüchtige sind knapp	10
	06.11.2021	Der Bund Pandemie führt zu mehr Essstörungen bei Mädchen	14
	05.11.2021	Riehener-Zeitung UHCR-Männer weiterhin ungeschlagen	15
	25.10.2021	Education / Amtliches Schulblatt Kanton Bern VON THAILAND VIA BHUTAN IN DIE LÄNGGASSE	16
	15.10.2021	Fraubrunner Anzeiger Neuer Warteraum der Sanitätspolizei	20
	15.10.2021	Fraubrunner Anzeiger Ein «Merci» für die Schweizer Wanderwege - ein «Merci» für Paul Schenk aus Münch ...	21

News Websites

	10.11.2021	nau.ch / Nau Moosseedorf informiert über Nachtsperungen der A6	24
	06.11.2021	bernerzeitung.ch / Berner Zeitung Online Wie die Pandemie zu mehr Magersüchtigen führt	26
	06.11.2021	bzbasel.ch / BZ Basel Pop-up-Fischgeschäft in der Altstadt: «Solothurn ist für uns ein sehr gutes Fisc ...	32

News Websites

	06.11.2021	derbund.ch / Der Bund Online Wie die Pandemie zu mehr Magersüchtigen führt	35
	06.11.2021	limmattalerzeitung.ch / Limmattaler Zeitung Online Pop-up-Fischgeschäft in der Altstadt: «Solothurn ist für uns ein sehr gutes Fisc ...	41
	06.11.2021	solothurnerzeitung.ch / Solothurner Zeitung Online Pop-up-Fischgeschäft in der Altstadt: «Solothurn ist für uns ein sehr gutes Fisc ...	44

Twitter

	10.11.2021	@Krambambuli_III / Krambambuli III @PSPresseschau Offenbar bereits möglich in Bern (Westside) resp. ab nächster Woc ...	47
	07.11.2021	@kindlimann / Andreas Kindlimann Meine SVP #Moosseedorf sagt #CovidGesetzJa. Ich mag die Meinungsvielfalt innerha ...	48
	06.11.2021	@BernerZeitung / Berner Zeitung Mehr Magersüchtige: Die Pandemie war toxisch für Menschen mit Essstörungen. Das ...	49
	06.11.2021	@derbund / Der Bund Mehr Magersüchtige: Die Pandemie war toxisch für Menschen mit Essstörungen. Das ...	50

Facebook

	06.11.2021	Facebook / Berner Zeitung Mehr Magersüchtige: Die Pandemie war toxisch für Menschen mit Essstörungen. Das ...	51
	06.11.2021	Facebook / Der Bund Mehr Magersüchtige: Die Pandemie war toxisch für Menschen mit Essstörungen. Das ...	52



Pandemie führt zu mehr Essstörungen bei Mädchen

Gesellschaft Infolge der Pandemie sind die Fälle von Magersucht markant gestiegen. Das Therapiezentrum Essstörungen in Moosseedorf musste sogar ausbauen.

Rahel Guggisberg und
Mirjam Comtesse

Für Menschen, die ein problematisches Verhältnis zum Essen haben, ist die Pandemie toxisch. Das zeigen die vielen Anmeldungen beim Therapiezentrum Essstörungen in Moosseedorf. Seit dem Lockdown im Frühjahr 2020 verzeichnet die Institution deutlich mehr junge Patientinnen und Patienten. Vor allem die Zahl der Magersuchtfälle sei stark gestiegen, sagt die therapeutische Leiterin Armita Tschitsaz.

Einen Grund dafür sieht sie in

der fehlenden Tagesstruktur: «Die Mädchen hatten mehr Zeit, sich mit dem Zählen von Kalorien und exzessivem Sport auseinanderzusetzen.» Gleichzeitig hat Magersucht oft mit dem Wunsch nach Kontrolle zu tun. Wer seinem Körper etwas so Elementares wie Nahrung verweigert, der fühlt sich weniger ohnmächtig. Tschitsaz erklärt: «Die Betroffenen haben das Gefühl, in einer Welt, in der alles chaotisch scheint, wenigstens über diese eine Sache Entscheidungsbefugnis zu haben.»

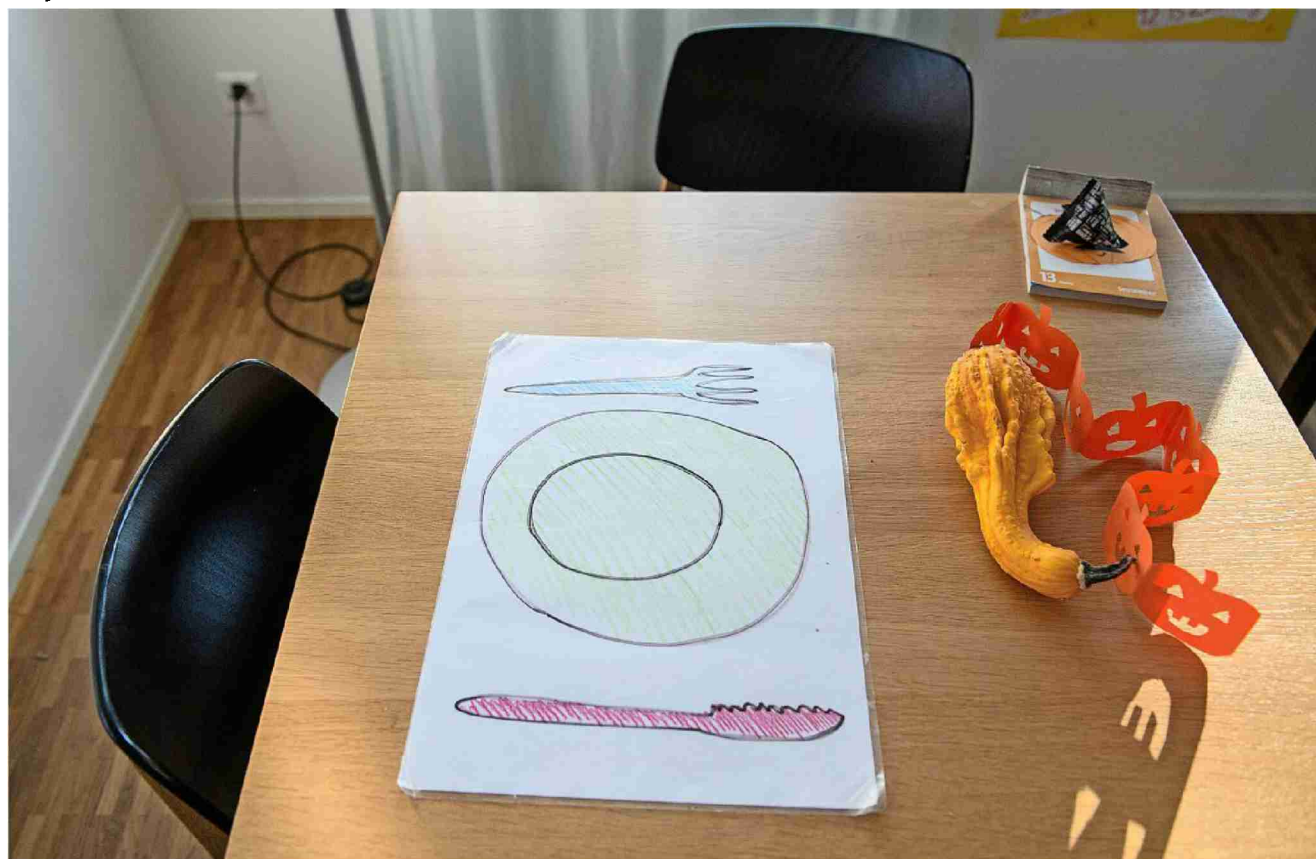
Wegen der grossen Nachfrage fanden nicht alle Erkrankten sofort einen Behandlungsplatz. Das kann gefährlich sein. «Betroffene, die begreifen, wie schwer sie krank sind, müssen rasch behandelt werden», sagt Armita Tschitsaz. Die Verantwortlichen in Moosseedorf haben bereits auf den Engpass reagiert: Das Therapiezentrum wurde diesen Sommer ausgebaut. Doch auch jetzt noch stehen sechs Mädchen auf der Warteliste.



Die Therapieplätze für Magersüchtige sind knapp

Volle Berner Kliniken Einsamkeit, wenig Tagesstruktur und zu viel Sport: Die Pandemie trieb viele junge Frauen zu Essstörungen. Nicht alle finden sofort einen Behandlungsplatz.

Rahel Guggisberg und
Mirjam Comtesse



Im Therapiezentrum in Moosseedorf sollen die Patientinnen und Patienten lernen, Essen als etwas Genussvolles zu betrachten. Foto: Raphael Moser

Ein etwa 12-jähriges Mädchen sitzt in dem Raum des Therapie-zentrums Essstörungen in Moosseedorf, der wohl der wichtigste und zugleich konfliktbeladene sein dürfte – dem Essraum. Es schreibt einen Brief, zeichnet Blumen und Herzen auf das Pa-

pier. Seine dünnen Arme ragen unter dem Pullover hervor, der lose an den knöchigen Schultern hängt.

«Wir behandeln Mädchen, die schwer krank sind», sagt Armita Tschitsaz. Sie ist therapeutische Leiterin des Therapie-zentrums der Universitätsklinik für Kinder-

und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie. Die Patientinnen und Patienten sollen in Moosseedorf über die Gründe für ihr problematisches Essverhalten nachdenken und Strategien suchen, wie sie damit umgehen können. Das Zentrum ist ein idyllischer



Ort. Im Garten des ehemaligen Bauernhofs gackern Hühner, und an den Wänden im Gebäude hängen zahlreiche selbst gemalte Zeichnungen.

Weg von zu Hause

Wie andere auf Essstörungen spezialisierte Institutionen in der Schweiz hat Moosseedorf nach dem ersten Lockdown im Frühling 2020 einen starken Anstieg von jungen Patientinnen und Patienten verzeichnet. Vor allem die Fälle von Magersucht hätten sich erhöht, sagt Tschitsaz. «Wir hatten etwa 30 Prozent mehr Magersüchtige.»

Eine junge Bernerin erzählt, wie es bei ihr zur Magersucht kam: «Im Lockdown habe ich mich sehr einsam gefühlt und angefangen, intensiv Sport zu treiben.» Gleichzeitig habe sie immer weniger gegessen: «Ich hatte furchtbare Angst davor, hässlich und dick zu werden.»

Der Anfang im Therapiezentrum sei dann hart gewesen: «Sechs Mahlzeiten am Tag, also so gut wie den ganzen Tag essen, dann diese riesigen Portionen und von zu Hause weg sein, überall überwacht und kontrolliert zu werden, und so viele Therapien und Gespräche.»

«Die Mädchen hatten mehr Zeit, sich mit dem Zählen von Kalorien und exzessivem Sport auseinanderzusetzen.»

Armita Tschitsaz

therapeutische Leiterin des Thera-

piezentrums der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie

Sie habe aber sehr schnell gemerkt, wie gut ihr der Aufenthalt tue. «Ich habe es sehr geschätzt, mit den anderen Mädchen spazieren zu gehen, sich auszutauschen und zu plaudern. Mit der Zeit fand ich in Moosseedorf sogar richtig gute Freundinnen. Ich esse jetzt fast wieder ganz selbstständig und kann gut von mir aus genügend essen.»

Warteliste

Im Gegensatz zur jungen Bernerin fanden wegen der grossen Nachfrage nicht alle sofort einen Behandlungsplatz. Oft war das gefährlich. «Betroffene, die begreifen, wie schwer sie krank sind, müssen rasch behandelt werden können, um aus der Krankheit heraus zu kommen», erklärt Armita Tschitsaz. Die Verantwortlichen in Moosseedorf haben auf den Engpass reagiert. Das Therapiezentrum wurde diesen Sommer ausgebaut. Auch jetzt besteht noch eine Warteliste: sechs Mädchen stehen darauf. Die Betroffenen bleiben meist vier Monate in Moosseedorf.

Warum steigt die Anzahl magersüchtiger Jugendlicher, in den meisten Fällen junge Mädchen? «Vielen fehlte seit dem Ausbruch der Pandemie eine feste Tagesstruktur. Die Mädchen hatten mehr Zeit, sich mit dem Zählen von Kalorien und exzessivem Sport auseinanderzusetzen», sagt Tschitsaz. Gleichzeitig hat Magersucht oft mit dem Wunsch nach Kontrolle zu tun. Wer seinem Körper etwas so Elementares wie Nahrung verweigert, der fühlt sich weniger ohnmächtig. «Die Betroffenen haben das Gefühl, in einer Welt, in der alles

chaotisch scheint, wenigstens über diese eine Sache Entscheidungsbefugnis zu haben.»

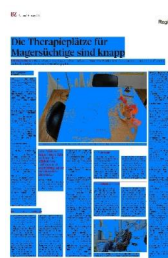
Diese Ansicht bestätigt der Solothurner Autor Franco Supino, der in seinem neuen Buch «Mehr. Mehr. Mehr.» eindringlich aus der Sicht eines jungen Menschen mit einer Essstörung schreibt: «Bei Magersucht geht es immer um Kontrolle. Meine Hauptfigur, deren Geschlecht bewusst offen bleibt, sagt, als sie in der Klinik behandelt wird, sie möchte für den Rest ihres Lebens künstlich ernährt werden. Das wäre dann die 100-prozentige Kontrolle.»

Von der Anorexie zur Bulimie

Franco Supino setzt sich seit Jahren mit dem Thema Essen auseinander: «Meine Eltern haben als Kind in Italien gehungert – ich hatte immer das Gefühl, dass sie auch hier in der Schweiz noch immer jenen Hunger stillen wollten, den sie als Kinder erlebten. Und so war das Füttern von uns Kindern jener Liebesbeweis, den ihre Eltern ihnen nicht geben konnten.» Er glaubt, die Mischung in der Pandemie von «weniger Bewegungsfreiheit, mehr Zeit zu Hause und unbeschränkter Nahrungsmittelverfügbarkeit» sei für Menschen, die tendenziell ein Problem mit dem Essen hätten, toxisch gewesen.

Oft wechselt sich eine Essstörung mit der nächsten ab. Typisch ist der Wechsel von der Anorexie zur Bulimie, der Essbrechsucht. Diese lässt sich leichter verbergen, weil die Betroffenen scheinbar normal essen, während das In-sich-Hineinstopfen und anschliessende Erbrechen im Verborgenen geschieht.

Laut der therapeutischen Leiterin Tschitsaz «ritzen» sich einige Betroffene auch – sie schneiden sich selber mit schar-



fen Gegenständen. Sie suchen so ein Ventil, um ihre innere Anspannung loszuwerden. Die Patientinnen seien zudem oft sehr ehrgeizig und gewissenhaft. «Sie wollen das, was sie machen, sehr gut machen.»

Gefährliche Abwärtsspirale

Tschitsaz sieht im Anstieg der Anorexie-Fälle auch einen Ausdruck des Zeitgeistes: Viele Mädchen präsentieren in den sozialen Medien ihre dünnen Körper.

Davon geblendet, versuchen einige junge Mädchen in einer sensiblen Phase der Identitätsfindung, weniger zu essen, und rutschen schliesslich in eine gefährliche Abwärtsspirale.

Fatalerweise wird die Krankheit oft spät festgestellt. Viele Mädchen täuschen ihre Eltern am Esstisch, indem sie beispielsweise Essen in den Hosentaschen verstecken – oder so tun, als wäre alles in bester Ordnung. Das ist besonders verheerend,

weil die Regel gilt: Je schneller man etwas gegen Magersucht unternimmt, desto besser stehen die Chancen, die Krankheit in den Griff zu bekommen. «Eine Familientherapie ist oft sinnvoll», sagt Tschitsaz.

Franco Supino: «Mehr. Mehr. Mehr». Da-bux-Verlag 2021, 52 S., ca. 9 Fr.

Das sind die häufigsten Essstörungen

In der Schweiz leiden ungefähr 3,5 Prozent der Allgemeinbevölkerung an Essstörungen. Häufig beginnt die Erkrankung bereits im frühen Jugendalter.

Magersucht oder Anorexie ist eine Essstörung, bei der Betroffene möglichst wenig essen und wiegen möchten. Es gibt aber auch Normalgewichtige, die das Denken und Verhalten Magersüchtiger an den Tag legen. Man spricht dann von «atypischer Anorexie». Die therapeutische Leiterin des Therapiezentrums Essstörungen in Moosseedorf, Armita Tschitsaz, sagt: «An Anorexie leiden vor allem Mädchen. Und sie werden immer jünger.» Wegen der verminderten

Nahrungsaufnahme haben die Patientinnen zahlreiche körperliche Beschwerden, zum Beispiel Herz-Kreislauf-Probleme oder Hormonstörungen. Dazu kommen sogenannte psychosoziale Risiken, beispielsweise sozialer Rückzug, Leistungsabfall oder Antriebsverlust.

Daneben gibt es auch andere Essstörungen wie Essanfälle mit Kompensation (Bulimie) oder selektives Essverhalten oder das sogenannte Binge Eating. Bei der Bulimie wird die Nahrung nach dem Essen erbrochen oder mit Hilfsmitteln ausgeschieden. Die Betroffenen haben häufig Zahnprobleme, weil die Magensäure den Zahnschmelz angreift. (rag)



Eine Mutter erzählt

«Esstörungen bedeuten für die Angehörigen eine Überforderung. Sie fühlen sich machtlos und stellen sich Fragen wie: Was ist bei der Erziehung falsch gelaufen? Sie suchen nach Ursachen, obwohl das nichts bringt. Viele ziehen sich zurück, weil ihnen die Kraft fehlt, offen über die Krankheit zu sprechen. Nichtbetroffene können sich meist nicht in die Tragweite des

Problems einfühlen. Ich würde allen betroffenen Familien raten, für Erkrankte so früh wie möglich professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen. Eltern sollten für sich gezielt Personen suchen, die in der gleichen Situation sind, ein offenes Ohr haben und verschwiegen sind. Das können gute Freundinnen sein oder wie in meinem Fall eine Selbsthilfegruppe.» (mjc)

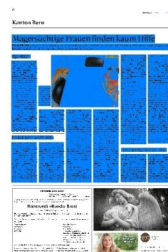
Eine Jugendgynäkologin erklärt

«Ich stelle fest, dass sich die jungen Mädchen stark mit der Ernährung befassen. Viele ändern auch ihre Essgewohnheiten in Richtung vegane Kost. Sie essen zwar, aber sehr einseitig.» Sie würden insgesamt zu wenig Kalorien pro Tag zu sich nehmen. Das sagt Anja Wüest, Kinder- und Jugendgynäkologin am Inselspital Bern. Dies führe zu einer Fehlernährung mit Mangelerscheinungen. Die Folgen können gravierend sein: Die Periode setzt

entweder nicht ein oder wieder aus. «Viele meiner Patientinnen wollen schlank sein. Sie eifern dünnen Influencerinnen nach, die auf den Social-Media-Plattformen ihren mageren Körper zeigen. Dafür sind sie bereit, zu hungern.» Jungs seien weniger von Magersucht betroffen. Das hänge mit dem angesagten Schönheitsideal zusammen: «Angesagt sind bei Jungen breite Schultern und viele Muskeln. Das erreicht man nicht mit Hungern.» (rag)



«Eine Familientherapie ist oft sinnvoll», sagt Armita Tschitsaz, therapeutische Leiterin des Therapiezentrums Essstörungen.



Magersüchtige Frauen finden kaum Hilfe

Berner Kliniken Einsamkeit, wenig Tagesstruktur und zu viel Sport: Die Pandemie trieb viele junge Frauen zu Essstörungen, viele bräuchten Hilfe. Doch die Therapieplätze im Kanton sind knapp.

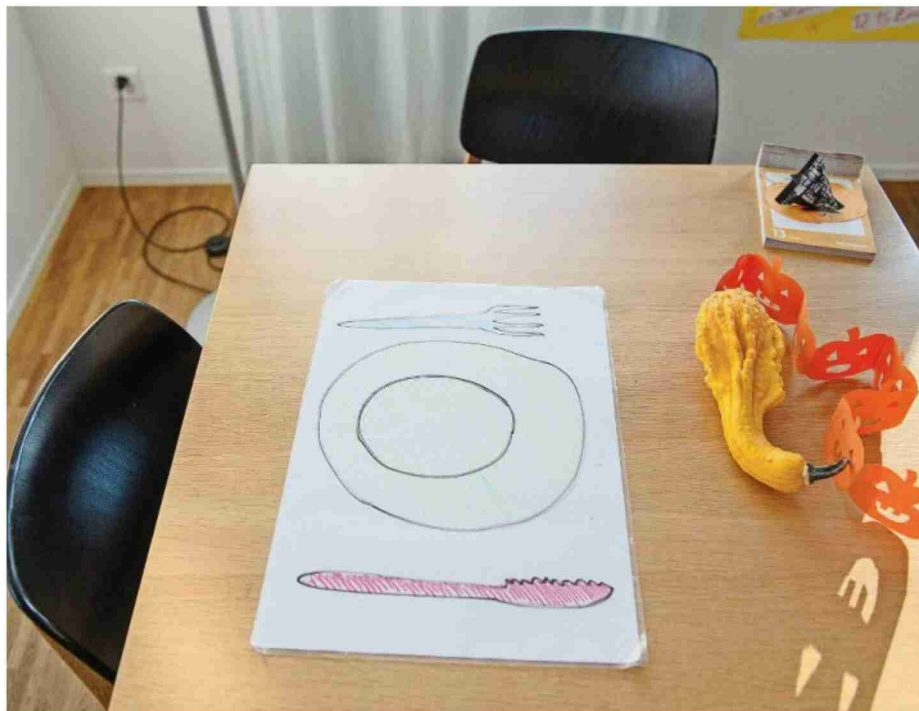
**Rahel Guggisberg und
Mirjam Comtesse**

Ein etwa zwölfjähriges Mädchen sitzt in dem Raum des Therapiezentrums Essstörungen in Moosseedorf, der wohl der wichtigste und zugleich konfliktbeladene sein dürfte – dem Essraum. Es schreibt einen Brief, zeichnet Blumen und Herzen auf das Papier. Seine dünnen Arme ragen unter dem Pullover hervor, der lose an den knöchigen Schultern hängt.

«Wir behandeln Mädchen, die schwer krank sind», sagt Armita Tschitsaz. Sie ist therapeutische Leiterin des Therapiezentrums der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie. Die Patientinnen und Patienten sollen in Moosseedorf über die Gründe für ihr problematisches Essverhalten nachdenken und Strategien suchen, wie sie damit umgehen können. Das Zentrum ist ein idyllischer Ort. Im Garten des ehemaligen Bauernhofs gackern Hühner, und an den Wänden im Gebäude hängen zahlreiche selbst gemalte Zeichnungen.

Weg von zu Hause

Wie andere auf Essstörungen spezialisierte Institutionen in der Schweiz hat Moosseedorf



Das Therapiezentrum Essstörungen in Moosseedorf ist aus einem ehemaligen Bauernhaus entstanden.

RAPHAEL MOSER

nach dem ersten Lockdown im Frühling 2020 einen starken Anstieg von jungen Patientinnen und Patienten verzeichnet. Vor allem die Fälle von Magersucht hätten sich erhöht, sagt Tschitsaz. «Wir hatten etwa 30 Prozent mehr Magersüchtige.»

Eine junge Bernerin erzählt, wie es bei ihr zur Magersucht kam: «Im Lockdown habe ich mich sehr einsam gefühlt und angefangen, intensiv Sport zu treiben.» Gleichzeitig habe sie immer weniger gegessen: «Ich hatte furchtbare Angst davor, hässlich und dick zu werden.»

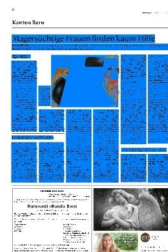
Der Anfang im Therapiezentrum sei dann hart gewesen: «Sechs Mahlzeiten am Tag, also so gut wie den ganzen Tag essen, dann diese riesigen Portio-

nen und von zu Hause weg sein, überall überwacht und kontrolliert zu werden, und so viele Therapien und Gespräche.»

Sie habe aber sehr schnell gemerkt, wie gut ihr der Aufenthalt tue. «Ich habe es sehr geschätzt, mit den anderen Mädchen spazieren zu gehen, sich auszutauschen und zu plaudern. Mit der Zeit fand ich in Moosseedorf sogar richtig gute Freundinnen. Ich esse jetzt fast wieder ganz selbstständig und kann gut von mir aus genügend essen.»

Lange Warteliste

Im Gegensatz zur jungen Bernerin fanden wegen der grossen Nachfrage nicht alle sofort einen Behandlungsplatz. Oft



war das gefährlich. «Betroffene, die begreifen, wie schwer sie krank sind, müssen rasch behandelt werden können, um aus der Krankheit heraus zu kommen», erklärt Armita Tschitsaz. Die Verantwortlichen in Moosseedorf haben auf den Engpass reagiert. Das Therapiezentrum wurde diesen Sommer ausgebaut. Auch jetzt besteht noch eine Warteliste: sechs Mädchen stehen darauf. Die Betroffenen bleiben meist vier Monate in Moosseedorf.

Warum steigt die Anzahl magersüchtiger Jugendlicher, in den meisten Fällen junge Mädchen? «Vielen fehlte seit dem Ausbruch der Pandemie eine feste Tagesstruktur. Die Mädchen hatten mehr Zeit, sich mit dem Zählen von Kalorien und exzessivem Sport auseinanderzusetzen», sagt Tschitsaz. Gleichzeitig hat Magersucht oft mit dem Wunsch nach Kontrolle zu tun. Wer seinem Körper etwas so Elementares wie Nahrung verweigert, der fühlt sich weniger ohnmächtig. «Die Betroffenen haben das Gefühl, in einer Welt, in der alles chaotisch scheint, wenigstens über diese eine Sache Entscheidungsbefugnis zu haben.»

Diese Ansicht bestätigt der Solothurner Autor Franco Supino, der in seinem neuen Buch «Mehr. Mehr. Mehr» eindringlich aus der Sicht eines jungen Menschen mit einer Essstörung schreibt: «Bei Magersucht geht es immer um Kontrolle. Meine Hauptfigur, deren Geschlecht bewusst offenbleibt, sagt, als sie in der Klinik behandelt wird, sie möchte für den Rest ihres Lebens künstlich ernährt werden. Das wäre dann die 100-prozentige Kontrolle.»

Von der Anorexie zur Bulimie

Franco Supino setzt sich seit Jahren mit dem Thema Essen auseinander: «Meine Eltern haben als Kind in Italien gehungert – ich hatte immer das Gefühl, dass sie auch hier in der Schweiz noch immer jenen Hunger stillen wollten, den sie als Kinder erlebten. Und so war das Füttern von uns Kindern jener Liebesbeweis, den ihre Eltern ihnen nicht geben konnten.» Er glaubt, die Mischung in der Pandemie von «weniger Bewegungsfreiheit, mehr Zeit zu Hause und unbeschränkter Nahrungsmittelverfügbarkeit» sei für Menschen, die tendenziell ein Problem mit dem Essen hätten, toxisch gewesen.

Oft wechselt sich eine Essstörung mit der nächsten ab. Typisch ist der Wechsel von der Anorexie zur Bulimie, der Essbrechsucht. Diese lässt sich leichter verbergen, weil die Betroffenen scheinbar normal essen, während das In-sich-Hineinstopfen und anschliessende Erbrechen im Verborgenen geschieht.

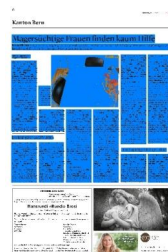
Laut der therapeutischen Leiterin Tschitsaz «ritzen» sich einige Betroffene auch – sie schneiden sich selber mit scharfen Gegenständen. Sie suchen so ein Ventil, um ihre innere Anspannung loszuwerden. Die Patientinnen seien zudem oft sehr ehrgeizig und gewissenhaft. «Sie wollen das, was sie machen, sehr gut machen.»

Tschitsaz sieht im Anstieg der Anorexie-Fälle auch einen Ausdruck des Zeitgeistes: Viele Mädchen präsentieren in den sozialen Medien ihre dünnen Körper. Davon geblendet, versuchen einige junge Mädchen in einer sensiblen Phase der Identitätsfindung, weniger zu essen, und rutschen schliesslich in eine gefährliche Abwärtsspirale.

Fatalerweise wird die Krank-

heit oft spät festgestellt. Viele Mädchen täuschen ihre Eltern am Esstisch, indem sie beispielsweise Essen in den Hosentaschen verstecken – oder so tun, als wäre alles in bester Ordnung. Das ist besonders verheerend, weil die Regel gilt: Je schneller man etwas gegen Magersucht unternimmt, desto besser stehen die Chancen, die Krankheit in den Griff zu bekommen. «Eine Familientherapie ist oft sinnvoll», sagt Tschitsaz.

Info: Franco Supino: «Mehr. Mehr. Mehr». Da-bux-Verlag 2021, 52 S., ca. 9 Fr.



Eine Jugendgynäkologin erklärt

«Ich stelle fest, dass sich die jungen Mädchen stark mit der Ernährung befassen. Viele ändern auch ihre Essgewohnheiten in Richtung vegane Kost. Sie essen zwar, aber sehr einseitig.» Sie würden insgesamt zu wenig Kalorien pro Tag zu sich nehmen. Das sagt Anja Wüest, Kinder- und Jugendgynäkologin am Inselspital Bern. Dies führe zu einer Fehlernährung mit Mangelerscheinungen. Die Folgen können gravierend sein: Die Periode setzt ent-

weder nicht ein oder wieder aus. «Viele meiner Patientinnen wollen schlank sein. Sie eifern dünnen Influencerinnen nach, die auf den Social-Media-Plattformen ihren mageren Körper zeigen. Dafür sind sie bereit, zu hungern.» Jungs seien weniger von Magersucht betroffen. Das hänge mit dem angesagten Schönheitsideal zusammen: «Angesagt sind bei Jungen breite Schultern und viele Muskeln. Das erreicht man nicht mit Hungern.» *rag*

Die häufigsten Essstörungen

In der Schweiz leiden ungefähr 3,5 Prozent der Allgemeinbevölkerung an Essstörungen. Häufig beginnt die Erkrankung bereits im frühen Jugendalter.

Magersucht oder Anorexie ist eine Essstörung, bei der Betroffene möglichst wenig essen und wiegen möchten. Es gibt aber auch Normalgewichtige, die das Denken und Verhalten Magersüchtiger an den Tag legen. Man spricht dann von «atypischer Anorexie». Die therapeutische Leiterin des Therapiezentrums Essstörungen in Moosseedorf, Armida Tschitsaz, sagt: «An Anorexie leiden vor allem Mädchen. Und sie werden immer jünger.» Wegen der verminderten Nahrungs-

aufnahme haben die Patientinnen zahlreiche körperliche Beschwerden, zum Beispiel Herzkreislauf-Probleme oder Hormonstörungen. Dazu kommen sogenannte psychosoziale Risiken, beispielsweise sozialer Rückzug, Leistungsabfall oder Antriebsverlust.

Daneben gibt es auch andere Essstörungen wie Essanfälle mit Kompensation (Bulimie) oder selektives Essverhalten oder das sogenannte Binge Eating. Bei der Bulimie wird die Nahrung nach dem Essen erbrochen oder mit Hilfsmitteln ausgeschieden. Die Betroffenen haben häufig Zahnprobleme, weil die Magensäure den Zahnschmelz angreift. *rag*



Pandemie führt zu mehr Essstörungen

Gesundheit Seit Beginn der Pandemie gibt es in der Schweiz deutlich mehr Fälle von Magersucht bei jungen Frauen. Doch Therapieplätze sind rar.

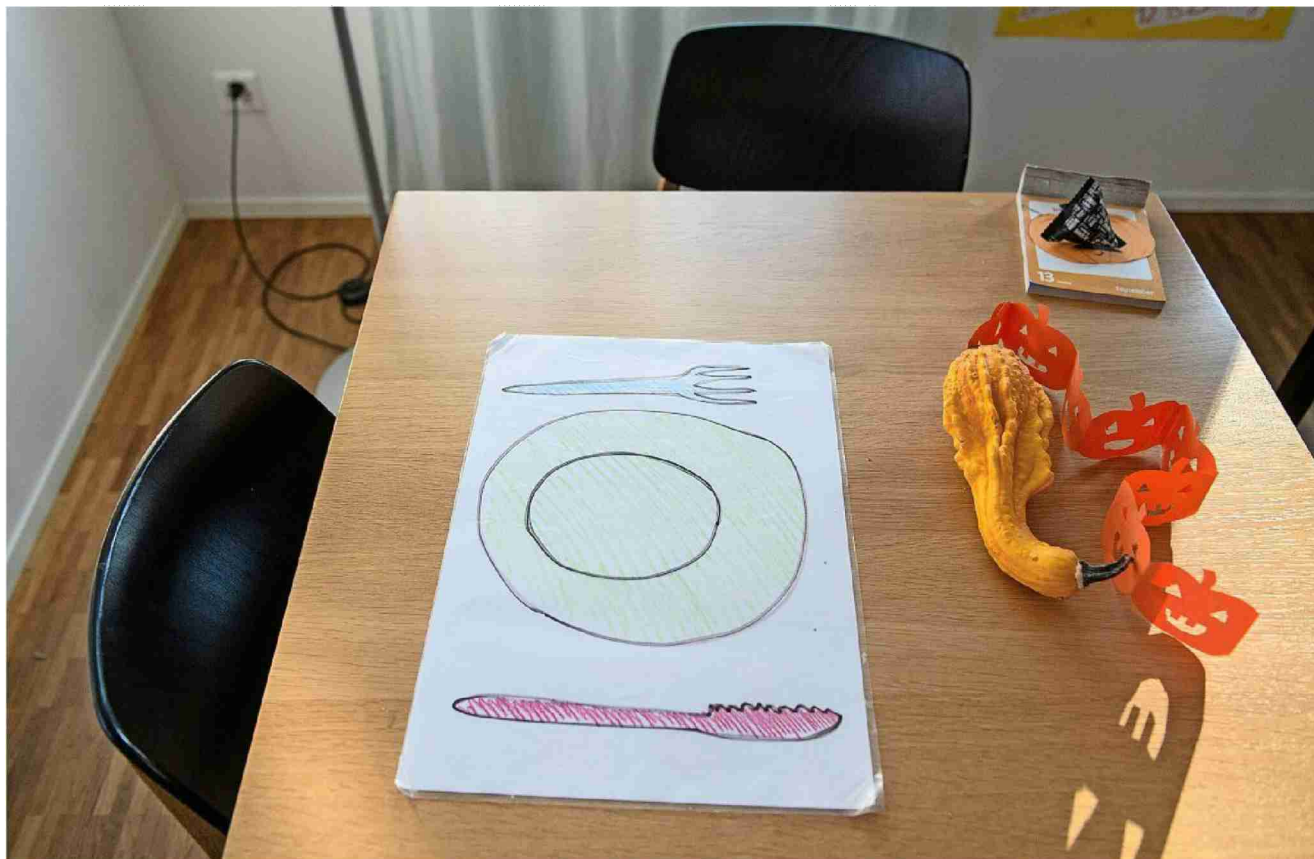
Für Menschen, die ein problematisches Verhältnis zum Essen haben, ist die Pandemie toxisch. Das zeigen die vielen Anmeldungen beim Therapiezentrum Essstörungen in Moosseedorf. Seit dem Lockdown im Frühjahr 2020 verzeichnet die Institution deutlich mehr junge Patientinnen und Patienten. Vor allem die Zahl der Magersuchtfälle sei stark gestiegen, sagt die therapeutische Leiterin Armita Tschitsaz. Einen Grund dafür sieht sie in der fehlenden Tagesstruktur.

Magersucht hat oft mit dem Wunsch nach Kontrolle zu tun. Wer seinem Körper etwas so Elementares wie Nahrung verweigert, der fühlt sich weniger ohnmächtig. Tschitsaz: «Die Betroffenen haben das Gefühl, in einer Welt, in der alles chaotisch scheint, wenigstens über diese eine Sache Entscheidungsbefugnis zu haben.» Wegen der grossen Nachfrage fanden nicht alle Erkrankten sofort einen Behandlungsplatz. Das kann gefährlich sein.
rag/mjc -



Die Therapieplätze für Magersüchtige sind knapp

Volle Berner Kliniken Einsamkeit, wenig Tagesstruktur und zu viel Sport: Die Pandemie trieb viele junge Frauen zu Essstörungen. Nicht alle finden sofort einen Behandlungsplatz.



Im Therapiezentrum in Moosseedorf sollen die Patientinnen und Patienten lernen, Essen als etwas Genussvolles zu betrachten. Foto: Raphael Moser



Rahel Guggisberg und Mirjam Comtesse

Ein etwa 12-jähriges Mädchen sitzt in dem Raum des Therapiezentrums Essstörungen in Moosseedorf, der wohl der wichtigste und zugleich konfliktbeladenste sein dürfte – dem Essraum. Es schreibt einen Brief, zeichnet Blumen und Herzen auf das Papier. Seine dünnen Arme ragen unter dem Pullover hervor, der lose an den knöchigen Schultern hängt.

«Wir behandeln Mädchen, die schwer krank sind», sagt Armita Tschitsaz. Sie ist therapeutische Leiterin des Therapiezentrums der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie. Die Patientinnen und Patienten sollen in Moosseedorf über die Gründe für ihr problematisches Essverhalten nachdenken und Strategien suchen, wie sie damit umgehen können. Das Zentrum ist ein idyllischer Ort. Im Garten des ehemaligen Bauernhofs gackern Hühner, und an den Wänden im Gebäude hängen zahlreiche selbst gemalte Zeichnungen.

Weg von zu Hause

Wie andere auf Essstörungen spezialisierte Institutionen in der Schweiz hat Moosseedorf nach dem ersten Lockdown im Frühling 2020 einen starken Anstieg von jungen Patientinnen und Patienten verzeichnet. Vor allem die Fälle von Magersucht hätten sich erhöht, sagt Tschitsaz. «Wir hatten etwa 30 Prozent mehr Magersüchtige.»

Eine junge Bernerin erzählt, wie es bei ihr zur Magersucht kam: «Im Lockdown habe ich mich sehr einsam gefühlt und angefangen, intensiv Sport zu treiben.» Gleichzeitig habe sie immer weniger gegessen: «Ich

hatte furchtbare Angst davor, hässlich und dick zu werden.»

Der Anfang im Therapiezentrum sei dann hart gewesen: «Sechs Mahlzeiten am Tag, also so gut wie den ganzen Tag essen, dann diese riesigen Portionen und von zu Hause weg sein, überall überwacht und kontrolliert zu werden, und so viele Therapien und Gespräche.»

«Die Mädchen hatten mehr Zeit, sich mit dem Zählen von Kalorien und exzessivem Sport auseinanderzusetzen.»

Armita Tschitsaz

therapeutische Leiterin des Therapiezentrums der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie

Sie habe aber sehr schnell gemerkt, wie gut ihr der Aufenthalt tue. «Ich habe es sehr geschätzt, mit den anderen Mädchen spazieren zu gehen, sich auszutauschen und zu plaudern. Mit der Zeit fand ich in Moosseedorf sogar richtig gute Freundinnen. Ich esse jetzt fast wieder ganz selbstständig und kann gut von mir aus genügend essen.»

Warteliste

Im Gegensatz zur jungen Bernerin fanden wegen der grossen Nachfrage nicht alle sofort einen Behandlungsplatz. Oft war das gefährlich. «Betroffene, die begreifen, wie schwer sie krank sind, müssen rasch behandelt werden können, um aus der Krankheit heraus zu kommen»,

erklärt Armita Tschitsaz. Die Verantwortlichen in Moosseedorf haben auf den Engpass reagiert. Das Therapiezentrum wurde diesen Sommer ausgebaut. Auch jetzt besteht noch eine Warteliste: sechs Mädchen stehen darauf. Die Betroffenen bleiben meist vier Monate in Moosseedorf.

Warum steigt die Anzahl magersüchtiger Jugendlicher, in den meisten Fällen junge Mädchen? «Vielen fehlte seit dem Ausbruch der Pandemie eine feste Tagesstruktur. Die Mädchen hatten mehr Zeit, sich mit dem Zählen von Kalorien und exzessivem Sport auseinanderzusetzen», sagt Tschitsaz. Gleichzeitig hat Magersucht oft mit dem Wunsch nach Kontrolle zu tun. Wer seinem Körper etwas so Elementares wie Nahrung verweigert, der fühlt sich weniger ohnmächtig. «Die Betroffenen haben das Gefühl, in einer Welt, in der alles chaotisch scheint, wenigstens über diese eine Sache Entscheidungsbefugnis zu haben.»

Diese Ansicht bestätigt der Solothurner Autor Franco Supino, der in seinem neuen Buch «Mehr. Mehr. Mehr» eindringlich aus der Sicht eines jungen Menschen mit einer Essstörung schreibt: «Bei Magersucht geht es immer um Kontrolle. Meine Hauptfigur, deren Geschlecht bewusst offenbleibt, sagt, als sie in der Klinik behandelt wird, sie möchte für den Rest ihres Lebens künstlich ernährt werden. Das wäre dann die 100-prozentige Kontrolle.»

Von der Anorexie zur Bulimie

Franco Supino setzt sich seit Jahren mit dem Thema Essen auseinander: «Meine Eltern haben als Kind in Italien gehungert – ich hatte immer das Gefühl, dass sie auch hier in der Schweiz noch immer jenen Hunger stillen woll-



ten, den sie als Kinder erlebten. Und so war das Füttern von uns Kindern jener Liebesbeweis, den ihre Eltern ihnen nicht geben konnten.» Er glaubt, die Mischung in der Pandemie von «weniger Bewegungsfreiheit, mehr Zeit zu Hause und unbeschränkter Nahrungsmittelverfügbarkeit» sei für Menschen, die tendenziell ein Problem mit dem Essen hätten, toxisch gewesen.

Oft wechselt sich eine Essstörung mit der nächsten ab. Typisch ist der Wechsel von der Anorexie zur Bulimie, der Essbrosucht. Diese lässt sich leichter verbergen, weil die Betroffenen scheinbar normal essen, während das In-sich-Hineinstopfen und anschliessende Erbrechen im Verborgenen geschieht.

Laut der therapeutischen Leiterin Tschitsaz «ritzen» sich einige Betroffene auch – sie schneiden sich selber mit scharfen Gegenständen. Sie suchen so ein Ventil, um ihre innere Anspannung loszuwerden. Die Patientinnen seien zudem oft sehr ehrgeizig und gewissenhaft. «Sie wollen das, was sie machen, sehr gut machen.»

Gefährliche Abwärtsspirale

Tschitsaz sieht im Anstieg der Anorexie-Fälle auch einen Ausdruck des Zeitgeistes: Viele Mädchen präsentieren in den sozialen Medien ihre dünnen Körper. Davon geblendet, versuchen einige junge Mädchen in einer sensiblen Phase der Identitätsfindung, weniger zu essen, und rutschen schliesslich in eine gefährliche Abwärtsspirale.

Fatalerweise wird die Krankheit oft spät festgestellt. Viele Mädchen täuschen ihre Eltern am Esstisch, indem sie beispielsweise Essen in den Hosentaschen verstecken – oder so tun,

als wäre alles in bester Ordnung. Das ist besonders verheerend, weil die Regel gilt: Je schneller man etwas gegen Magersucht unternimmt, desto besser stehen die Chancen, die Krankheit in den Griff zu bekommen. «Eine Familientherapie ist oft sinnvoll», sagt Tschitsaz.

Franco Supino: «Mehr. Mehr. Mehr». Da-bux-Verlag 2021, 52 S., ca. 9 Fr.

Das sind die häufigsten Essstörungen

In der Schweiz leiden ungefähr 3,5 Prozent der Allgemeinbevölkerung an Essstörungen. Häufig beginnt die Erkrankung bereits im frühen Jugendalter.

Magersucht oder Anorexie ist eine Essstörung, bei der Betroffene möglichst wenig essen und wiegen möchten. Es gibt aber auch Normalgewichtige, die das Denken und Verhalten Magersüchtiger an den Tag legen. Man spricht dann von «atypischer Anorexie». Die therapeutische Leiterin des Therapiezentrums Essstörungen in Moosseedorf, Armita Tschitsaz, sagt: «An Anorexie leiden vor allem Mädchen. Und sie werden immer jünger.» Wegen der verminderten

Nahrungsaufnahme haben die Patientinnen zahlreiche körperliche Beschwerden, zum Beispiel Herz-Kreislauf-Probleme oder Hormonstörungen. Dazu kommen sogenannte psychosoziale Risiken, beispielsweise sozialer Rückzug, Leistungsabfall oder Antriebsverlust.

Daneben gibt es auch andere Essstörungen wie Essanfälle mit Kompensation (Bulimie) oder selektives Essverhalten oder das sogenannte Binge Eating. Bei der Bulimie wird die Nahrung nach dem Essen erbrochen oder mit Hilfsmitteln ausgeschieden. Die Betroffenen haben häufig Zahnprobleme, weil die Magensäure den Zahnschmelz angreift. (rag)



Eine Mutter erzählt

«Esstörungen bedeuten für die Angehörigen eine Überforderung. Sie fühlen sich machtlos und stellen sich Fragen wie: Was ist bei der Erziehung falsch gelaufen? Sie suchen nach Ursachen, obwohl das nichts bringt. Viele ziehen sich zurück, weil ihnen die Kraft fehlt, offen über die Krankheit zu sprechen. Nichtbetroffene können sich meist nicht in die Tragweite des

Problems einfühlen. Ich würde allen betroffenen Familien raten, für Erkrankte so früh wie möglich professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen. Eltern sollten für sich gezielt Personen suchen, die in der gleichen Situation sind, ein offenes Ohr haben und verschwiegen sind. Das können gute Freundinnen sein oder wie in meinem Fall eine Selbsthilfegruppe.» (mjc)

Eine Jugendgynäkologin erklärt

«Ich stelle fest, dass sich die jungen Mädchen stark mit der Ernährung befassen. Viele ändern auch ihre Essgewohnheiten in Richtung vegane Kost. Sie essen zwar, aber sehr einseitig.» Sie würden insgesamt zu wenig Kalorien pro Tag zu sich nehmen. Das sagt Anja Wüest, Kinder- und Jugendgynäkologin am Inselspital Bern. Dies führe zu einer Fehlernährung mit Mangelerscheinungen. Die Folgen können gravierend sein: Die Periode setzt

entweder nicht ein oder wieder aus. «Viele meiner Patientinnen wollen schlank sein. Sie eifern dünnen Influencerinnen nach, die auf den Social-Media-Plattformen ihren mageren Körper zeigen. Dafür sind sie bereit, zu hungern.» Jungs seien weniger von Magersucht betroffen. Das hänge mit dem angesagten Schönheitsideal zusammen: «Angesagt sind bei Jungen breite Schultern und viele Muskeln. Das erreicht man nicht mit Hungern.» (rag)



«Eine Familientherapie ist oft sinnvoll», sagt Armita Tschitsaz, therapeutische Leiterin des Therapiezentrums Essstörungen.



Pandemie führt zu mehr Essstörungen bei Mädchen

Gesellschaft Seit dem Lockdown im Frühjahr 2020 verzeichnet das Therapiezentrum Essstörungen in Moosseedorf deutlich mehr junge Patientinnen und Patienten. Vor allem die Zahl der Magersuchtsfälle sei stark gestiegen, sagt die therapeutische Leiterin Armita Tschitsaz. Einen Grund dafür sieht sie in der fehlenden Tagesstruktur: «Die Mädchen hatten mehr Zeit, sich mit dem Zählen von Kalorien und exzessivem Sport auseinanderzusetzen.»

Wegen der grossen Nachfrage fanden nicht alle Erkrankten sofort einen Behandlungsplatz. Das kann gefährlich sein. «Betroffene, die begreifen, wie schwer sie krank sind, müssen rasch behandelt werden», sagt Armita Tschitsaz. Die Verantwortlichen in Moosseedorf haben auf den Engpass reagiert: Das Therapiezentrum wurde diesen Sommer ausgebaut. Doch auch jetzt noch stehen sechs Mädchen auf der Warteliste. (mjc/rag)

UNIHOKEY Meisterschaft Männer Kleinfeld 2. Liga UHCR-Männer weiterhin ungeschlagen

Am Tag, an welchem die Uhren in der Schweiz um eine Stunde zurückgedreht wurden, trat das Männer-Zweitligateam des UHC Riehen frühmorgens zum Spiel gegen die Hornets Moosseedorf-Worblental an. Die Riehener spürten die Zeitumstellung offensichtlich. In der ersten Halbzeit wollte nichts gelingen, während die Hornets Fehler der Riehener gnadenlos ausnutzten. So stand es nach zwei Gegenstössen der Moosseedorfer und einem verwandelten Penalty zur Halbzeit 0:3 aus Sicht des UHC Riehen.

In der Pause war allen klar, dass dieser Rückstand schleunigst aufgeholt werden sollte, was in der Folge auch gelang. Riehen wurde effizienter. Nach einem Doppelschlag hatte man Blut geleckt und spielte die Hornets an die Wand. Nur der Ausgleich wollte lange nicht gelingen.

Das Spiel konnte erst fünf Minuten vor Schluss ausgeglichen werden, doch der Gleichstand währte nicht lange. Nach dem Beinahe-Führungstreffer durch Riehen konnte Moosseedorf im direkten Gegenstoss nochmals in Führung gehen. Riehen versuchte es die letzten eineinhalb Minuten ohne Torhüter und war 20 Sekunden vor Schluss erfolgreich. Das Unentschieden konnte man über die Zeit retten, war aber trotzdem nicht zufrieden mit dem einen erbeuteten Punkt.

Vergebene Chancen

Das zweite Spiel der Riehener gegen die Racoons Herzogenbuchsee glich dem ersten. Riehen begann zwar stark, konnte aber aus seinen guten Chancen nichts Zählbares machen und wieder waren es kleine Fehler, die dem Gegner aus dem Bernbiet zur Halbzeit einen 0:2-Vorsprung verschafften.

Riehen besprach beim Pausentee eine Umstellung der Blöcke, um das Spiel in die gewünschten Bahnen zu lenken. Diese zeigte sofort Wirkung. Bereits der erste Schuss nach der Pause sass. Der Elan der Riehener wurde arg gebremst, als Pascal Zaugg verletzt ausfiel. Nach kurzer Unsicherheit stimmte jedoch die Zuordnung wieder und Riehen hatte zusehends mehr vom Spiel, was auch daran lag, dass die Schüsse jetzt aufs Tor kamen. Doch einmal mehr brach ein Fehler im Spielaufbau das aufkommende Momentum. Es stand 1:3 aus Sicht der Riehener.

Man steckte jedoch nicht auf und kam durch einen Treffer der Marke «keine Ahnung wie, aber er ist drin» nochmals heran. Zum Abschluss nahm man noch einmal den Torhüter heraus und drückte vehement auf den Ausgleich. 40 Sekunden vor Schluss zahlte sich die Geduld der Riehener aus und der Ausgleich war nach einem muster-gültig gespielten 4 gegen 3 Tatsache. Bei diesem Resultat blieb es bis zur Schluss-sirene.

Ungeschlagenheit gewahrt

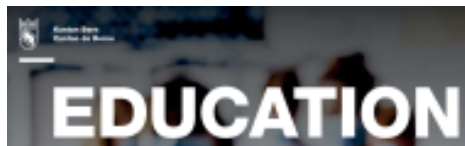
Riehen kann mit gemischten Gefühlen auf diese Runde zurückblicken. Einerseits wurden dem Gegner in beiden Spielen durch kleine Fehler Tore geschenkt. Zudem brachte Riehen weniger als die Hälfte seiner Schüsse aufs gegnerische Tor und vergab so Mal um Mal gute Abschlusschancen. Trotzdem konnte man, ohne je einmal in Führung gelegen zu haben, zwei Punkte mitnehmen, was positiv ist. Es gelang auch nach sechs Spielen noch immer ohne Niederlage dazustehen, was in dieser sehr engen Gruppe viel wert ist. Zudem haben die Riehener Moral bewiesen und sind nach mehrfachen Rückständen immer wieder zurückgekommen.

Reto Stauffiger

Moosseedorf – UHC Riehen I 4:4 (3:0)
UHC Riehen I – Herzogenbuchsee 3:3 (0:2)

UHC Riehen I: Andreas Waldburger (Tor); Adrian Diethelm, Joris Fricker, Gian Gaggiotti, Pascal Zaugg, Julian Fries, Marc Osswald, Mathis Brändlin, Reto Stauffiger. – Coaching: Thierry Meister.

Männer, Kleinfeld, 2. Liga, Gruppe 2:
1. Schatrone Bellach 6/10 (45:22), 2. UHC Riehen I 6/8 (28:17), 3. UHC Nuglar United II 6/7 (40:34), 4. Unihockey Mümliswil II 6/7 (30:31), 5. TV Lütlikofen 6/6 (39:44), 6. Unihockey Derendingen 6/5 (26:27), 7. UHC Kappelen II 6/5 (28:31), 8. Hornets Moosseedorf 6/4 (25:28), 9. Racoons Herzogenbuchsee II 6/4 (25:31), 10. SC Oensingen Lions 6/4 (27:48).



Education / Amtliches Schulblatt Kt. Bern
3005 Bern
031/ 633 85 11
<https://www.erz.be.ch/>

Medienart: Print
Medientyp: Fachpresse
Auflage: 21'000
Erscheinungsweise: 5x jährlich



Seite: 26
Fläche: 114'782 mm²

Auftrag: 1084658
Themen-Nr.: 862.006

Referenz: 82417587
Ausschnitt Seite: 1/4

Print



Portrait | Portrait

Viviane Moser

VON THAILAND VIA BHUTAN IN DIE LÄNGGASSE

Lukas Tschopp
Foto: Pia Neuenschwander

Viviane Moser arbeitet als Sozialpädagogin an der Tagesschule Moosseedorf. Die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen liegt ihr im Blut. Ebenso wie das Beachvolleyball, die Gartenarbeit – und das Eintauchen in fremde Kulturen.



Education / Amtliches Schulblatt Kt. Bern
3005 Bern
031/ 633 85 11
<https://www.erz.be.ch/>

Medienart: Print
Medientyp: Fachpresse
Auflage: 21'000
Erscheinungsweise: 5x jährlich



Seite: 26
Fläche: 114'782 mm²

Auftrag: 1084658
Themen-Nr.: 862.006

Referenz: 82417587
Ausschnitt Seite: 2/4

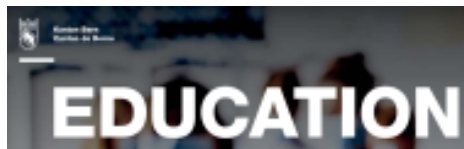
Print

Während andere Kinder mit Playmobil spielten, hat Viviane Moser mit einer Kobra gekämpft – nun ja, zumindest aber zugeschaut, wie Hauskatze «Chili» die Schlange verjagen wollte. «Ich bin tatsächlich viel herumgekommen in der Welt», erzählt die heute 25-Jährige. Ihre ersten Lebensjahre verbrachte sie mit ihrer Familie in Thailand. «Mein Vater Samuel arbeitete damals an seiner Doktorarbeit für die ETH Zürich über thailändische Maiskulturen. Meine Mutter Jacqueline verdiente ihr Geld am Strand als Surflehrerin.» 1999 siedelte die Familie Moser von Thailand ins Königreich Bhutan über ins 200-Seelen-Dorf Lobesa, fernab der Hauptstadt Thimphu. Dafür gab es Bären, Warane – und eben Kobras. Dreieinhalb Jahre später ging es zurück in die Schweiz in die Grossstadt Zürich. Hier wurde Viviane Moser eingeschult. «Da erlebte ich so etwas wie einen Kulturschock», gesteht die Sozialpädagogin. «Als junges Primarschulkind kam ich überhaupt nicht klar mit dem riesigen Angebot an Lebensmitteln im Coop oder in der Migros. Und als ich erstmals eine Rolltreppe sah, war ich völlig baff. So etwas hatte ich in Bhutan noch nicht gesehen.» Auch musste sie feststellen, dass sie in den Strassen Zürichs unmöglich alle Leute grüssen konnte. «In Bhutan war es selbstverständlich, dass man die Menschen grüsste und sich Zeit nahm für einen Schwatz. In einer Stadt wie Zürich ist das viel anonym. Auch das musste ich erst einmal begreifen.»

Von Zürich ging es weiter nach Frutigen ins Berner Oberland, die Heimat ihres Vaters. In der Oberländer Bergwelt schloss Viviane Moser die obligatorische Schule ab. Und machte erste Erfahrungen in der Betreuung von Kindern. «Als Sek-Schülerin verdiente ich mein Taschengeld mit dem Hüten der Nachbarskinder. Das hat mir grossen Spass gemacht. Den Austausch mit Kindern und Jugendlichen, das habe ich schon immer gemocht, auch als Schülerin. Darum habe ich mich entschieden, nach dem Schulabschluss mit der Ausbildung zur Fachfrau Kinderbetreuung zu starten.» Zunächst absolvierte sie ein einjähriges Praktikum an einer Kindertagesstätte in Thun. Während der Ausbildung sammelte sie dann weitere Arbeitserfahrungen in einer anthroposophisch ausgerichteten Spielgruppe in Interlaken und einer Kindertagesstätte im Stadtberner Murifeld-Quartier. «Das waren spannende Einblicke. Mir wurde bewusst, wie breit das Spektrum pädagogischer Berufe eigentlich ist.»

Turnhalle als «Wohnzimmer»

Heute arbeitet Viviane Moser als Tagesschulbetreuerin an der Schule Moosseedorf. In dieser Funktion betreut sie den Mittagstisch und hilft mit bei der Zubereitung des Essens oder dem Abwasch. Danach geht es mit einer Gruppe Kinder in die Turnhalle – das «Wohnzimmer» von Viviane Moser: «In der Turnhalle fühle ich mich am wohlsten. Beim Sport bin ich in meinem Element.» Auch darum wurde ihr von der Schulleitung zusätzlich die Betreuung einer gehbehinderten Fünftklässlerin anvertraut. Nebst dem Sportunterricht auch in Fächern wie Mathematik oder NMG. «Diese Betreuung im Unterricht der Regelklasse verschafft mir wertvolle Einblicke in die Klassenzimmer. Als Betreuerin der



Education / Amtliches Schulblatt Kt. Bern
3005 Bern
031/ 633 85 11
<https://www.erz.be.ch/>

Medienart: Print
Medientyp: Fachpresse
Auflage: 21'000
Erscheinungsweise: 5x jährlich



Seite: 26
Fläche: 114'782 mm²

Auftrag: 1084658
Themen-Nr.: 862.006

Referenz: 82417587
Ausschnitt Seite: 3/4

Print

Tagesschule ist das normalerweise nicht möglich.» Ohnehin engagiert sich die Bernerin für einen regen Austausch zwischen den Anspruchsgruppen der Schule. «Spielgruppe, Kindergarten, Tages- und Regelschule – in Moosseedorf liegen all diese Gefässe auf demselben Schulareal. Das vereinfacht die Zusammenarbeit.» Bei der Fallbesprechung eines Kindes werden alle Beteiligten mit ins Boot geholt: von der Lehrperson über die Schulsozialarbeit bis hin zum Betreuungspersonal der Tagesschule. «Diese Integration der Tagesschule in den Schulalltag erachte ich als grosse Stärke», sagt Viviane Moser.

Vier Tage die Woche verbringt sie an der Schule. Jeden Morgen fährt sie von ihrer Wohngemeinschaft im Berner Länggasse-Quartier mit ihrem Fahrrad nach Moosseedorf und abends wieder zurück. Dieser abwechslungsreichen, aber auch anstrengenden pädagogischen Praxis nicht genug, hat Viviane Moser ein Jahr nach Lehrabschluss die Aufnahmeprüfung für die Ausbildung zur Sozialpädagogin bestanden. An der Höheren Fachschule BFF in Bern. Im Juli konnte sie auch diese Ausbildung erfolgreich abschliessen. Im Rahmen einer Diplomarbeit hat sie an der Tagesschule einen sogenannten «Gaming-Room» konzipiert und eingerichtet. «Es ist mir ein Anliegen, als Pädagogin nicht einfach an den Wünschen der Kinder und Jugendlichen «vorbeizuerziehen». Es soll darum gehen, deren Bedürfnisse zu berücksichtigen und in die Betreuungsarbeit einfließen zu lassen.» Gesagt, getan: Nach einer breit angelegten Befragung der 200 Schülerinnen und Schüler der Tagesschule hat sich der Wunsch nach ebendiesem «Gaming-Room» herauskristallisiert: einem Raum mit Sofa und Spielkonsole, in dem die Kinder und Jugendlichen einmal pro Woche zu geregelten Zeiten dem Playstation-Spiel frönen dürfen. «Besonders der Fussballklassiker «FIFA» und das Jump-n-Run-Spiel «Rayman» sind hoch im Kurs.»

Nebst dem Sportprogramm fungiere für die Kinder und Jugendlichen eben auch ein «Gaming-Room» als Ventil, um aufgestaute Energie rauslassen zu können, ist Viviane Moser überzeugt. Es ist kaum mehr von der Hand zu weisen: Hier ist eine Pädagogin mit Herzblut am Werk, die sich mit vollem Engagement für die Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen einsetzt. Ein Schelm, wer denkt, dass eine derart engagierte Betreuerin nach Feierabend einfach die Beine hochlagert. «Sport ist meine grösste Leidenschaft. Nicht nur mit den Kindern in der Turnhalle, sondern auch in meiner Freizeit. Zweimal die Woche spiele ich mit Freundinnen und Freunden Beachvolleyball. Im Sommer draussen in der Badi und im Winter drinnen im Beachcenter im Weissenbühl. Teamsport ist etwas sehr Bereicherndes.» Und mindestens einmal im Jahr gönnt sie sich mit ihrer Schwester Annina ein, zwei Wochen Surf-Ferien in Südfrankreich oder Ägypten. Sport ist also auch für Viviane Moser selbst ein wichtiges Ventil.

Kräuter- und Gemüsegarten

Neben den sportlichen Aktivitäten ist ihr auch der Austausch mit ihren Nächsten wichtig: «Wenn es bei der Arbeit ein Problem gibt, so kann ich das beim Abendbrot mit meinem Freund Dominik



Education / Amtliches Schulblatt Kt. Bern
3005 Bern
031/ 633 85 11
<https://www.erz.be.ch/>

Medienart: Print
Medientyp: Fachpresse
Auflage: 21'000
Erscheinungsweise: 5x jährlich



Seite: 26
Fläche: 114'782 mm²

Auftrag: 1084658
Themen-Nr.: 862.006

Referenz: 82417587
Ausschnitt Seite: 4/4

Print

oder meinen Freundinnen besprechen. Am liebsten bei selbst gemachtem Sushi, meiner Lieblingsspeise. Es scheint mir unglaublich wichtig, Konflikte nicht in sich hineinzufressen, sondern im vertrauten Rahmen zu thematisieren.» Dazu besucht Viviane Moser auch regelmässig ihre Eltern. «Meine Mutter treffe ich beim Waisenhausplatz in Bern, wo sie ihren selbst gemachten Schmuck verkauft.» Beim Vater hilft sie bei der Gartenarbeit mit. «Gerade erst haben wir auf seinem Landfleck in Frutigen einen Heckenschutz entlang der Kander errichtet zur Förderung der Biodiversität.» Eine aktive Beziehung zu Mensch und Natur, das ist Viviane Moser quasi in die Wiege gelegt worden. Früher in Südostasien und heute in Bern.

In naher Zukunft zieht es Viviane Moser wieder in die Ferne. Sie plant eine grössere Reise, diesmal nach Südamerika. Dort will sie während dreier bis vier Monaten bei einer Gastfamilie unterkommen, um Spanisch zu lernen. Später wird ihr Freund Dominik dazustossen – und mit einem eigens dafür umgebauten Auto soll es dann den Kontinent hinaufgehen über Mittelamerika, Mexiko, die USA bis an die «letzte Grenze», nach Alaska. «Wir haben uns vorgenommen, auf der Reise auch Freiwilligenarbeit zu leisten, zum Beispiel in einem Kinderheim. Aber ja, wir werden viel improvisieren müssen. Wer weiss schon, was auf so einer Reise alles passiert?» Diesbezüglich braucht man sich wohl keine Sorgen zu machen. Viviane Moser ist ja schon viel herumgekommen in der Welt.



Neuigkeiten aus den Gemeinden

Moosseedorf

Neuer Warteraum der Sanitätspolizei

Schwierige Witterungsverhältnisse, aber auch Staus und verstopfte Strassen können die Hilfsfristen von Einsatzfahrzeugen von Schutz und Rettung Bern verlängern. Die Inbetriebnahme von Warteräumen in verschiedenen Regionen kann Abhilfe schaffen und die Anfahrt beispielsweise bei Notfallmedizinischen Einsätzen verkürzen. Dies zeigt die Einführung des ersten Warteraums der Sanitätspolizei zusammen mit der Insel Gruppe in der Gemeinde Belp im vergangenen Jahr. Ab dem 1. Oktober 2021 betreibt die Sanitätspolizei nun einen zweiten Warteraum in der Gemeinde Moosseedorf, um in dieser Region die Hilfsfristen tief zu halten. Der Rettungsdienst von Schutz und Rettung Bern arbeitet dabei mit der Migros Aare zusammen.

Die Hilfsfrist bei einem Rettungsdienst-einsatz bemisst sich ab dem Zeitpunkt des Alarmeingangs bis zum Eintreffen des ersten Mittels, zum Beispiel einer Ambulanz, vor Ort. Gemäss den Richtlinien der Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion (GSI) des Kantons Bern muss in 80 Prozent aller Einsätze innerhalb von 30 Minuten ein Mittel vor Ort sein. Neu wird gar eine Vorgabe von 90 Prozent in 15 Minuten angestrebt. Die Anforderungen gelten für Primär-



einsätze mit höchster Dringlichkeit. Also für Einsätze, bei welchen bei einer Patientin oder einem Patienten eine Beeinträchtigung der Vitalfunktionen (Atmung, Kreislauf, Bewusstsein) vermutet wird.

Die Sanitätspolizei von Schutz und Rettung Bern hält die verlangten Hilfsfristen in der Gemeinde und Region Moosseedorf sehr gut ein und übertrifft die Vorgaben grundsätzlich. Trotzdem ist gerade bei stark frequentierten Strassen ein Durchkommen für die Ambulanzfahrzeuge oft schwierig und kann die Anfahrtszeit verlängern. Um künftig auch bei schwierigen Verkehrsverhältnissen möglichst kurze Hilfsfristen für Patientinnen und Patienten in diesem Gebiet zu gewähren, nimmt die Sanitätspolizei in der Gemeinde Moosseedorf einen neuen Warteraum in Betrieb.

Der Rettungsdienst arbeitet dabei mit der Betriebsfeuerwehr Migros Aare beim Shoppyland Schönbühl bzw. der Betriebszentrale der Migros Aare zusammen. Das Feuerwehrmagazin der Migros Aare bietet der Sanitätspo-

lizei eine umfassende Infrastruktur und Platz für ein Ambulanzfahrzeug. Der Standort des Magazins nahe der Hauptstrasse mit direktem Autobahnanschluss liegt ideal, um in der Region rasch zu den Patientinnen und Patienten zu gelangen.

Die Vorbereitungen für den neuen Warteraum sind abgeschlossen. Ab Freitag, 1. Oktober 2021, wird täglich eine Ambulanz im Magazin der Betriebsfeuerwehr Migros Aare stationiert. Thomas Rohrbach, Bereichsleiter und Kommandant der Sanitätspolizei, ist zuversichtlich, dass sich auch der zweite Warteraum der Sanitätspolizei bewährt: «Die sehr positiven Erfahrungen mit dem ersten Warteraum in Belp zeigen, dass sich die Hilfsfristen um mehrere Minuten verkürzen und damit bei Notfällen mit höchster Dringlichkeit schneller lebensrettende Hilfe beim Patienten oder bei der Patientin eintrifft. Dies wollen wir auch mit dem Warteraum in Moosseedorf erreichen».

Thomas Roder, Mediensprecher
 Foto: «Schutz und Rettung Bern»

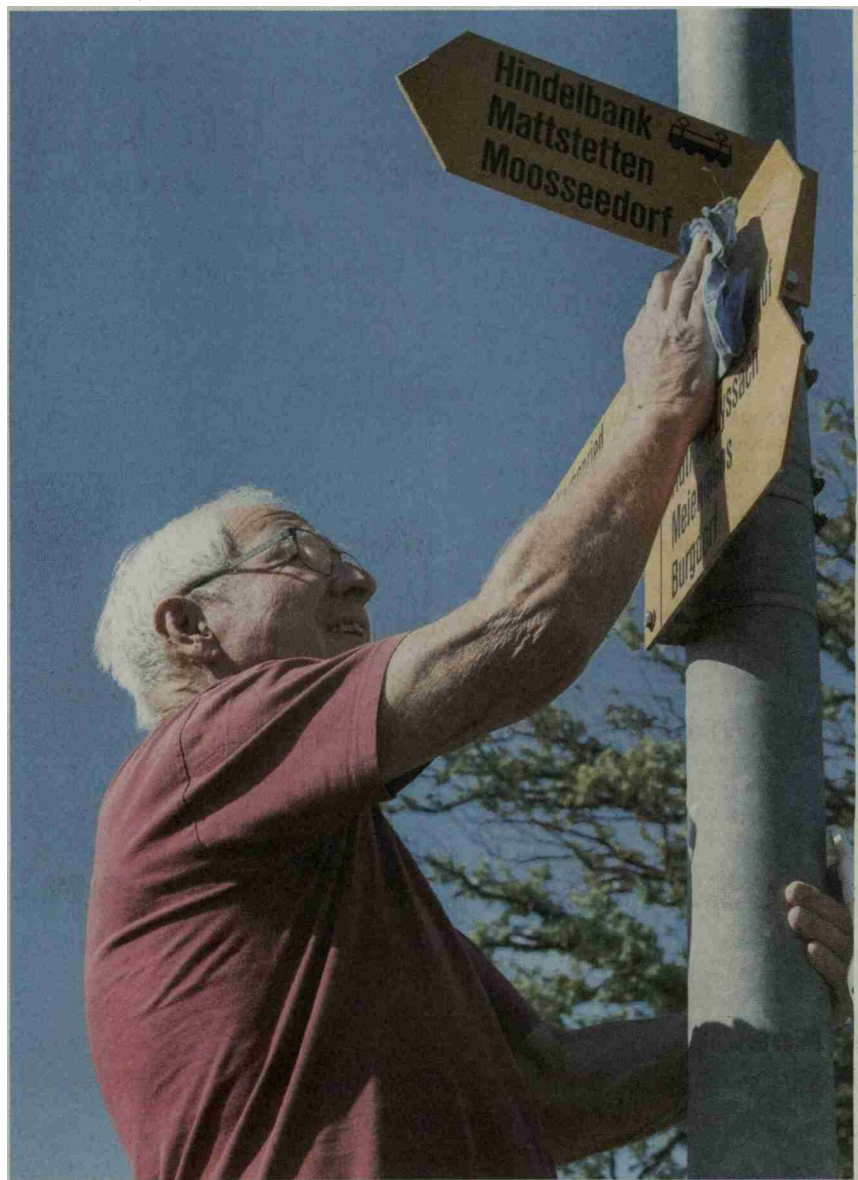


Ein «Merci» für die Schweizer Wanderwege – ein «Merci» für Paul Schenk aus Münchringen

Der Verband Schweizer Wanderwege hat eine nationale Onlinekampagne lanciert und dabei das Engagement von 1500 freiwilligen Mitarbeitenden in den Fokus gerückt. Die Ehrenamtlichen kümmern sich innerhalb der kantonalen Wanderweg-Organisationen um die Signalisation des 65'000 Kilometer langen Wanderwegnetzes. Für den Bezirk Fraubrunnen ist Rentner Paul Schenk aus Münchringen unterwegs.

Signalisation und Unterhalt der Wanderwege

Wandern gehört zu der beliebtesten Sportaktivität bei den Schweizerinnen und Schweizern. Ab 15 Jahren wandern 57% der Bevölkerung regelmässig. Während 96% der Menschen in der Schweiz die gelben Wegweiser kennen, wissen nur 10%, wer sich um diese kümmert. Für vier Millionen Wanderinnen und Wanderer sind Freiwillige unterwegs, die jährlich für die Signalisierung der Wanderwege und deren Unterhalt besorgt sind. Um diese ehrenamtliche Tätigkeit wertzuschätzen und danke zu sagen, hat der Verband Schweizer Wanderwege eine Merci-Kampagne gestartet. Landesweit werden alle Wanderwege mindestens einmal pro Jahr von den ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der 26 kantonalen Wanderweg-Organisationen kontrolliert. Dabei reinigen, montieren oder ersetzen sie Wegweiser, malen Zwischenmarkierungen oder führen je nach Kanton auch einfache



Einer der Aufgaben von Paul Schenk ist es, die Wegweisertafeln zu reinigen.



Unterhaltsarbeiten durch. So kommen jährlich mehr als 86 000 Stunden Freiwilligenarbeit zusammen, wovon die rund vier Millionen Schweizer Wanderinnen und Wanderer profitieren. Ohne den Beitrag der Freiwilligen sowie die finanzielle Unterstützung von Privaten, Firmen und der öffentlichen Hand wäre die kostenlose Bereitstellung attraktiver und zuverlässig signalisierter Wanderwege nicht möglich. Denn die Wege auf dem offiziellen Wanderwegnetz müssen per Gesetz frei begehbar sein. Ziel der Kampagne ist es, die Leistungen der meist im Hintergrund freiwillig arbeitenden Helferinnen und Helfer sichtbar zu machen.

Porträt eines freiwilligen Helfers aus der Region

Paul Schenk aus Münchringen gehört zu einem der 1500 freiwilligen Mitarbeitenden, die für die Signalisation und den Unterhalt der Wanderwege verantwortlich sind. Der Kanton Bern allein weist bereits 78 Bezirke mit ca. 80 Freiwilligen aus. Schenk ist zuständig für den Bezirk Fraubrunnen-Moosseedorf-Burgdorf-Emme (Kanton Bern)-Limpach bis zur Kantonsgrenze-Wengi. Der Rentner läuft seit 10 Jahren mindestens einmal im Jahr die 145 km Wanderwege in seinem Gebiet ab und kontrolliert, ob alles in Ordnung ist. Zu seinen Aufgaben gehören die Kontrolle der korrekten Beschilderung, so dass man ohne Wegkenntnisse anhand der gelben Wegweiser von A nach B kommt, ob die Wege begehbar sind und keine Hindernisse wie beispielsweise umgefallene Bäume oder eingestürzte Brücken aufweisen. Kann Paul Schenk die Hindernisse nicht selbst aus dem Weg räumen, macht er eine Meldung bei der zuständigen Gemeinde oder bietet bei grosser Dringlichkeit das Notfallteam der Schweizer Wanderwege auf. Morsche Holzpfosten

mit Wanderwegschildern wechselt er mit Metallpfosten aus. Demolierte, besprayte oder verklebte Wegweiser reinigt oder ersetzt er, auch solche, die mit den Jahren verblasst sind. Die Kontrollen und Unterhaltsarbeiten macht er zu Fuss oder mit dem Velo und Anhänger. Sein Rucksack ist stets mit dem nötigen Werkzeug und Material ausgerüstet, wie Richtungsanzeigeschilder, Putzmittel, gelbe Farbe, Pinsel, Zange, Schraubenzieher, usw. Auf seiner Kontrolle lernt er viele Leute kennen, mit denen er ins Gespräch kommt. Er ist den privaten Eigentümern, deren Grundstück einen Wanderweg tangiert, dankbar, dass sie Durchlass gewähren.

Paul Schenk begann damals, mit Kollegen zu wandern. Einer dieser Freunde war als freiwilliger Helfer für dieses Amt bei den Schweizer Wanderwegen engagiert. Als im 2010 der Freund verstarb, entschloss sich Schenk, für ihn diese Tätigkeiten weiterzuführen. Er fand es eine interessante Arbeit und eine gute Sache. Der Rentner liebt es, draussen in der Natur zu sein. Die Aufgabe kann er gleichzeitig mit seinen Hobbys Wandern und Biken sinnvoll verbinden. Er schätzt es, mit einem tollen Team zusammenzuarbeiten. Jedes Jahr besucht Paul Schenk einen Kurs, auf was er bei seiner Kontrolle achten und wie er bei seiner Arbeit vorgehen muss. Er hat einen kantonalen Auftrag, der ihm vorschreibt, spätestens bis im Herbst per Rapport zuhanden des Kantons zu bestätigen, dass alle Wegstrecken kontrolliert wurden und die nötigen Unterhaltsarbeiten gemacht worden sind. Alle Wanderwege sind in einem Sachplan vom Kanton festgehalten.

Erlebnisse hatte er schon viele. In bester Erinnerung bleibt ihm eine Begegnung am Eidgenössischen Schwingfest in

Zug. Eine Frau am gleichen Tisch sprach ihn an: «Ich kenne dich!». Es stellte sich heraus, dass ihn diese Frau aus Büren zum Hof, dort beim Putzen der Wanderwegtafel beobachtet hatte. Er freute sich über die Einladung zum Kaffee, wenn er das nächste Mal wieder dort am Putzen sei.

Was Paul Schenk momentan am meisten ärgert und Arbeit gibt, ist eine Person im Raum Bätterkinden, die ständig Gesichter in die gelben Rhomben malt. Diese muss er immer wieder übermalen, da die Signalisierung der Wanderwege gesetzlich im Verkehrsgesetz verankert ist und klare Vorschriften herrschen.

Paul Schenk ist froh über Meldungen, wenn etwas auf einem der Wanderwege nicht in Ordnung ist. Rufen Sie direkt Telefon 079 652 41 74 an oder melden Sie sich bei bernerwanderwege.ch unter Signalisation Schäden melden.

Wir danken Paul Schenk für sein freiwilliges Engagement zugunsten der Wanderwege in unserer Region.

Weitere Infos zur Kampagne:
schweizer-wanderwege.ch.

Text und Fotos: Karin Balmer



Die gelben Rhomben, die zur Signalisation der Wanderwege dienen, müssen von Zeit zu Zeit mit Farbe aufgefrischt werden.



Moosseedorf informiert über Nachtspernungen der A6

In der Nacht vom 10. auf den 11. November 2021 ist die A6 zwischen dem Anschluss Lätti, Münchenbuchsee und der Verzweigung Schönbühl bei Moosseedorf gesperrt.

10. November 2021, Nau Regional

Wie die Gemeinde Moosseedorf berichtet, durchquert diese Woche ein circa 90 Meter langer Ausnahmetransport den Raum Bern. Aufgrund seiner Dimensionen und seines Gewichts kann er gewisse Stellen auf der Autobahn nicht passieren.

Deshalb verlässt er bei Schönbühl die Autobahn, um auf der Kantonsstrasse bis zum Anschluss Neufeld zu fahren, wo er über den Neufeldtunnel wieder auf die A1 gelangt.

Bei der Verzweigung und beim Anschluss Schönbühl sowie beim Anschluss Neufeld muss der Transport verschiedene Rückwärtsmanöver durchführen, um die Bereiche passieren zu können. Für diese Manöver müssen gewisse Abschnitte kurzzeitig gesperrt werden.

Deshalb findet der Transport nachts statt. In der Nacht vom 10. und 11. November 2021 ist die A6 zwischen dem Anschluss Lätti, Münchenbuchsee und der Verzweigung Schönbühl in Fahrtrichtung Schönbühl gesperrt.

Die Sperrung wird ungefähr zwei Stunden dauern

Der Verkehr wird umgeleitet. Die Sperrung dauert ungefähr von 22 Uhr bis Mitternacht. Je nachdem kann der Abschnitt auch schon früher wieder freigegeben werden. Einige Stunden später sind der Neufeldtunnel und der Anschluss Neufeld von Sperrungen betroffen.

Der Neufeldtunnel wird in beiden Richtungen gesperrt. Zusätzlich wird die Ausfahrt vom Felsenauviadukt her gesperrt. Die Sperrungen dauern hier rund eine Stunde, voraussichtlich etwa von 3 Uhr bis 4 Uhr. Auch hier werden die Fahrspuren sobald als möglich wieder freigegeben.

In der folgenden Woche findet ein zweiter Transport auf derselben Route statt. Die genauen Zeiten der Sperrung und die betroffenen Abschnitte werden im Vorfeld kommuniziert.



Nau
3097 Liebefeld
0800 81 88 81
<https://www.nau.ch/>

Medienart: Internet
Medientyp: Infoseiten
Page Visits: 13'754'937



Web Ansicht

Auftrag: 1084658
Themen-Nr.: 862.006

Referenz: 82418228
Ausschnitt Seite: 2/2

News Websites



Max Bill Platz im Zentrum von Moosseedorf. - Moosseedorf - nau.ch / Ueli Hiltbold



Volle Berner Therapiezentren

Wie die Pandemie zu mehr Magersüchtigen führt

Publiziert heute um 07:22 Uhr, Rahel Guggisberg

Einsamkeit, wenig Tagesstruktur und zu viel Sport: Die Pandemie trieb viele junge Frauen zu Essstörungen. Nicht alle finden einen Behandlungsplatz.

Ein etwa 12-jähriges Mädchen sitzt in dem Raum des Therapiezentrums Essstörungen in Moosseedorf, der wohl der wichtigste und zugleich konfliktbeladene sein dürfte – dem Essraum. Es schreibt einen Brief, zeichnet Blumen und Herzen auf das Papier. Seine dünnen Arme ragen unter dem Pullover hervor, der lose an den knöchigen Schultern hängt.

«Wir behandeln Mädchen, die schwer krank sind», sagt Armita Tschitsaz. Sie ist therapeutische Leiterin des Therapiezentrums der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie. Die Patientinnen und Patienten sollen in Moosseedorf über die Gründe für ihr problematisches Essverhalten nachdenken und Strategien suchen, wie sie damit umgehen können. Das Zentrum ist ein idyllischer Ort. Im Garten des ehemaligen Bauernhofs gackern Hühner, und an den Wänden im Gebäude hängen zahlreiche selbst gemalte Zeichnungen.

Wie andere auf Essstörungen spezialisierte Institutionen in der Schweiz hat Moosseedorf nach dem ersten Lockdown im Frühling 2020 einen starken Anstieg von jungen Patientinnen und Patienten verzeichnet. Vor allem die Fälle von Magersucht hätten sich erhöht, sagt Tschitsaz. «Wir hatten etwa 30 Prozent mehr Magersüchtige.»

Eine junge Bernerin erzählt, wie es bei ihr zur Magersucht kam: «Im Lockdown habe ich mich sehr einsam gefühlt und angefangen, intensiv Sport zu treiben.» Gleichzeitig habe sie immer weniger gegessen: «Ich hatte furchtbare Angst davor, hässlich und dick zu werden.»

Der Anfang im Therapiezentrum in Moosseedorf sei dann hart gewesen: «Sechs Mahlzeiten am Tag, also so gut wie den ganzen Tag essen, dann diese riesigen Portionen und von zu Hause weg sein, überall überwacht und kontrolliert zu werden, und so viele Therapien und Gespräche.»

Sie habe aber sehr schnell gemerkt, wie gut ihr der Aufenthalt tue. «Ich habe es sehr geschätzt, mit den anderen Mädchen spazieren zu gehen, sich auszutauschen und zu plaudern. Mit der Zeit fand ich in Moosseedorf sogar richtig gute Freundinnen, mit denen ich jetzt auch noch Kontakt habe. Ich esse jetzt fast wieder ganz selbstständig und kann gut von mir aus genügend essen.»

Im Gegensatz zur jungen Bernerin fanden wegen der grossen Nachfrage nicht alle sofort einen Behandlungsplatz. Oft war das gefährlich. «Betroffene, die begreifen, wie schwer sie krank sind, müssen rasch behandelt werden können, um aus der Krankheit heraus zu kommen», erklärt die therapeutische Leiterin Armita Tschitsaz. Die Verantwortlichen in Moosseedorf haben bereits auf den Engpass reagiert. Das Therapiezentrum wurde diesen Sommer ausgebaut. Auch jetzt besteht noch eine Warteliste: sechs Mädchen stehen darauf. Die Betroffenen bleiben meist vier Monate in Moosseedorf.

Warum steigt die Anzahl magersüchtiger Jugendlicher, in den meisten Fällen junge Mädchen? «Vielen fehlte seit dem Ausbruch der Pandemie eine feste Tagesstruktur. Die Mädchen hatten mehr Zeit, sich mit dem Zählen von Kalorien und exzessivem Sport auseinanderzusetzen», sagt Tschitsaz. Gleichzeitig hat Magersucht oft mit dem Wunsch nach Kontrolle zu tun. Wer seinem Körper etwas so Elementares wie Nahrung verweigert, der fühlt sich weniger ohnmächtig. Tschitsaz erklärt. «Die Betroffenen haben das Gefühl, in einer Welt, in der alles chaotisch scheint, wenigstens über diese eine Sache Entscheidungsbefugnis zu haben.»



Das sind die häufigsten Essstörungen

In der Schweiz leiden ungefähr 3,5 Prozent der Allgemeinbevölkerung an Essstörungen. Häufig beginnt die Erkrankung bereits im frühen Jugendalter.

Magersucht oder Anorexie ist eine Essstörung, bei der Betroffene möglichst wenig essen und wiegen möchten. Es gibt aber auch Normalgewichtige, die das Denken und Verhalten Magersüchtiger an den Tag legen. Man spricht dann von «atypischer Anorexie». Die therapeutische Leiterin des Therapiezentrums Essstörungen in Moosseedorf, Armita Tschitsaz, sagt: «An Anorexie leiden vor allem Mädchen. Und sie werden immer jünger.» Wegen der verminderten Nahrungsaufnahme haben die Patientinnen zahlreiche körperliche Beschwerden, zum Beispiel Herz-Kreislauf-Probleme oder Hormonstörungen. Dazu kommen sogenannte psychosoziale Risiken, beispielsweise sozialer Rückzug, Leistungsabfall oder Antriebsverlust.

Neben der Anorexie oder Magersucht gibt es auch andere Essstörungen wie Essanfälle mit Kompensation (Bulimie) oder selektives Essverhalten oder das sogenannte Binge Eating. Bei der Bulimie wird die Nahrung nach dem Essen erbrochen oder mit Hilfsmitteln ausgeschieden. Die Betroffenen haben häufig Zahnprobleme, weil die Magensäure den Zahnschmelz angreift. (rag)

Diese Ansicht bestätigt der Solothurner Autor Franco Supino, der in seinem neuen Buch «Mehr. Mehr. Mehr» eindringlich aus der Sicht eines jungen Menschen mit einer Essstörung schreibt: «Bei Magersucht geht es immer um Kontrolle. Meine Hauptfigur, deren Geschlecht bewusst offenbleibt, sagt, als sie in der Klinik behandelt wird, sie möchte für den Rest ihres Lebens künstlich ernährt werden. Das wäre dann die 100-prozentige Kontrolle.»

Franco Supino setzt sich seit Jahren mit dem Thema Essen auseinander, weil es ihn schon früh geprägt hat: «Meine Eltern haben als Kind in Italien gehungert – ich hatte immer das Gefühl, dass sie auch hier in der Schweiz noch immer jenen Hunger stillen wollten, den sie als Kinder erlebten. Und so war das Füttern von uns Kindern jener Liebesbeweis, den ihre Eltern ihnen nicht geben konnten.» Er glaubt, die Mischung in der Pandemie von «weniger Bewegungsfreiheit, mehr Zeit zu Hause und gleichzeitig unbeschränkter Nahrungsmittelverfügbarkeit» sei für Menschen, die tendenziell ein Problem mit dem Essen hätten, toxisch gewesen.

Oft wechselt sich bei den Betroffenen eine Essstörung mit der nächsten ab. Typisch ist der Wechsel von der Anorexie zur Bulimie, der Essbrechsucht. Diese lässt sich leichter verbergen, weil die Betroffenen scheinbar normal essen, während das In-sich-Hineinstopfen und anschliessende Erbrechen im Verborgenen geschieht.

Eine Mutter erzählt:

«Essstörungen bedeuten für die Angehörigen eine Überforderung. Sie fühlen sich machtlos und stellen sich Fragen wie: Was ist bei der Erziehung falsch gelaufen? Sie suchen nach Ursachen, obwohl das nichts bringt. Viele ziehen sich zurück, weil ihnen die Kraft fehlt, offen über die Krankheit zu sprechen. Denn Nichtbetroffene können sich meistens nicht in die Tragweite des Problems einfühlen.

Ich würde allen betroffenen Familien raten, für Erkrankte so früh wie möglich professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen. Eltern sollten zudem für sich gezielt Personen suchen, die in der gleichen Situation sind, ein offenes Ohr haben und verschwiegen sind. Das können gute Freundinnen sein oder wie in meinem Fall eine Selbsthilfegruppe.» (mjc)

Laut der therapeutischen Leiterin Tschitsaz «ritzen» sich einige Betroffene auch – sie schneiden sich selber mit scharfen Gegenständen. Sie suchen so ein Ventil, um ihre innere Anspannung loszuwerden. Die Patientinnen seien zudem oft sehr ehrgeizig und gewissenhaft. «Sie wollen das, was sie machen, sehr gut machen.»

Tschitsaz sieht im Anstieg der Anorexie-Fälle auch einen Ausdruck des Zeitgeistes: Viele Mädchen präsentieren in den sozialen Medien ihre dünnen Körper. Davon geblendet, versuchen einige junge Mädchen in einer sensiblen



Phase der Identitätsfindung, weniger zu essen, und rutschen schliesslich in eine gefährliche Abwärtsspirale.

Eine Jugendgynäkologin erklärt:

«Ich stelle fest, dass sich die jungen Mädchen stark mit der Ernährung befassen. Viele ändern auch ihre Essgewohnheiten in Richtung vegane Kost. Sie essen zwar, aber sehr einseitig. Sie vermeiden tierische Produkte und nehmen insgesamt zu wenig Kalorien pro Tag zu sich.» Das sagt Anja Wüest, Kinder- und Jugendgynäkologin am Inselspital Bern. Dies führe zu einer Fehlernährung mit Mangelerscheinungen. Die Folgen können gravierend sein: Die Periode setzt entweder nicht ein oder wieder aus.

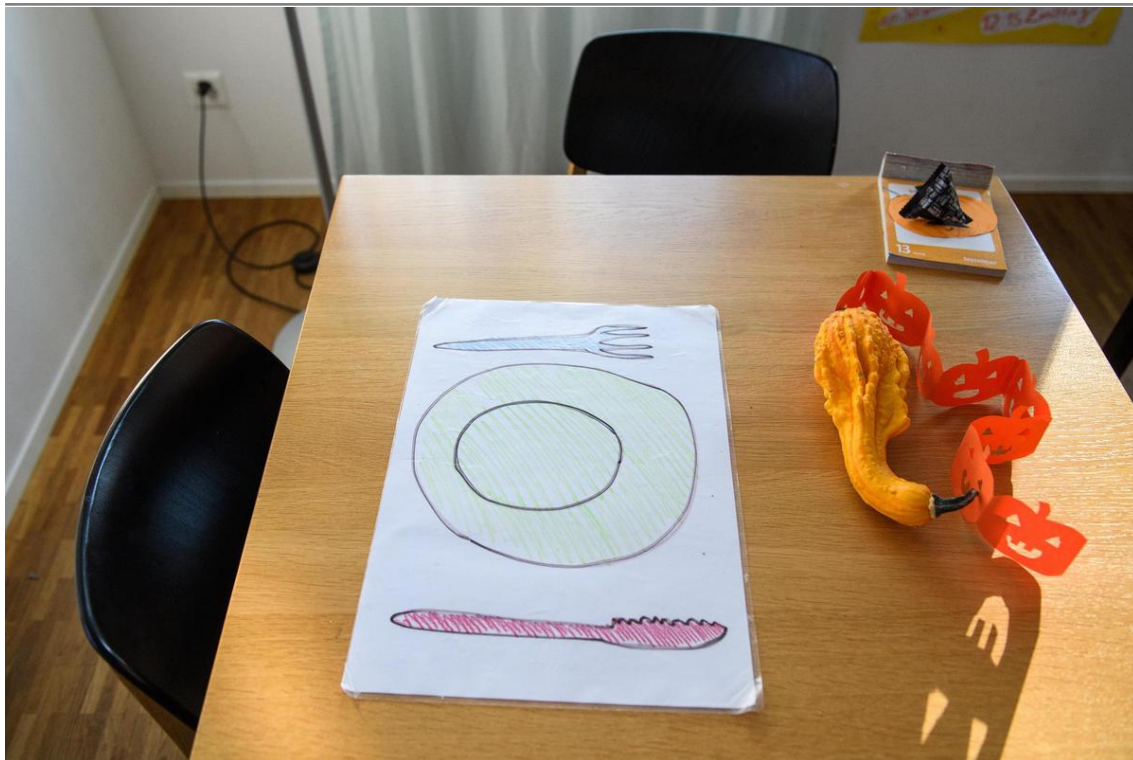
Anja Wüest ergänzt: «Viele meiner Patientinnen wollen schlank sein. Sie eifern dünnen Influencerinnen nach, die auf den Social-Media-Plattformen ihren mageren Körper zeigen. Dafür sind sie bereit, zu hungern.» Jungs seien weniger von Magersucht betroffen. Das hängt laut Wüest mit dem angesagten Schönheitsideal zusammen: «Angesagt sind bei Jungen breite Schultern und viele Muskeln. Das erreicht man nicht mit Hungern.» (rag)

Fatalerweise wird die Krankheit oft spät festgestellt. Viele Mädchen täuschen ihre Eltern am Esstisch, indem sie beispielsweise Essen in den Hosentaschen verstecken – oder so tun, als wäre alles in bester Ordnung. Das ist besonders verheerend, weil die Regel gilt: Je schneller man etwas gegen Magersucht unternimmt, desto besser stehen die Chancen, die Krankheit in den Griff zu bekommen. «Eine Familientherapie ist oft sinnvoll», sagt Tschitsaz.

Franco Supino: «Mehr. Mehr. Mehr». Da-bux-Verlag 2021, 52 S., ca. 9 Fr.

Rahel Guggisberg arbeitet bei der Nachrichten- und Wirtschaftsredaktion der «Berner Zeitung BZ». Ausgebildet als Lehrerin und Juristin, hat sie 2007 den Sprung in den Journalismus gemacht. Sie ist Dozentin für Wirtschaftsrecht an der Fernfachhochschule FFHS.

Mirjam Comtesse ist Historikerin und arbeitet als Redaktorin im Ressort Kultur. Ihr Schwerpunkt sind Gesellschaftsthemen.



Im Therapiezentrum Essstörungen in Moosseedorf sollen die Patientinnen und Patienten lernen, Essen als etwas Genussvolles zu betrachten. Foto: Raphael Moser



Das Therapiezentrum Essstörungen in Moosseedorf ist aus einem ehemaligen Bauernhaus entstanden. Im Hof

picken Hühner nach Körnern. Foto: Raphael Moser



Die therapeutische Leiterin Armita Tschitsaz sagt: «Eine Familientherapie ist oft sinnvoll.» Foto: Raphael Moser



Eine der vielen Regeln: Die Patientinnen sollen «die ganze Frucht abbeissen». Foto: Raphael Moser



Hell und gemütlich: So sehen die Patientenzimmer aus. Foto: Raphael Moser



Der Solothurner Autor Franco Supino schreibt in seinem gerade erschienenen Buch «Mehr. Mehr. Mehr.» eindringlich über Essstörungen. Foto: Beat Mathys



Solothurn

Pop-up-Fischgeschäft in der Altstadt: «Solothurn ist für uns ein sehr gutes Fischpflaster»

Elisabeth Burri verkauft seit zwei Jahren auf dem Wochenmarkt frische Fische. Nun lanciert sie mit ihrem Mann Heinz Burri das Geschäft Fishwork an der Judengasse 3.

06.11.2021, Wolfgang Wagmann

Frischer Fisch in Solothurn ist so eine Sache. Oder ein Auf und Ab. Nach der Aufgabe des langjährigen Märet-Fischhändlers Martignano und dem Aus von Manor Food 2017 haben sich inzwischen wieder verschiedene Frischfisch-Anbieter am Mittwoch und Samstag auf den zwei Wochenmärkten etabliert. Darunter seit 2019 auch das Unternehmen Fishwork von Elisabeth Buri, bekannt durch den Samstagsstand vor der Suteria.

Nun sind sie und ihr Mann Heinz auch mit einem fixen Standort in der Altstadt vertreten: An der Judengasse 3 haben sie ein Pop-up-Geschäft eröffnet, das von Donnerstag bis und mit Samstag ein ständig umfangreicheres Angebot bereithält. «Bei uns ist der Fisch immer frisch», betont Elisabeth Buri und erklärt damit auch die limitierten Öffnungszeiten: Jeweils am Dienstag und Mittwoch erfolgen die Lieferungen, «und wir wollen nicht in der ersten Wochenhälfte Ware aus der Vorwoche verkaufen», erklärt ihr Mann.

Nachhaltigkeit an erster Stelle

Elisabeth und Heinz Buri leben für ihren Beruf, der zur Berufung geworden ist. Sie ist auch noch an den Märkten in Bolligen, Langenthal und Bern unterwegs und meint anerkennend: «Solothurn ist für uns ein sehr gutes Fischpflaster.» Auf dem Land seien eher Filets ohne Gräten und Räucherfisch gefragt, «hier getraut sich die Kundschaft mehr, es kommen viele Connaisseurs vorbei». Das innovative Ehepaar unterhält auch einen Produktionsbetrieb in Etziken, wo die Rohstoffe weiterverarbeitet und veredelt werden.

«Wir tunen Fisch», meint Heinz Buri lachend, der als Hauptstandbein zu Hause in Moosseedorf noch die Firma Sensible Solutions betreibt.

«Ich berate damit vor allem Gastrobetriebe fachlich in Sachen Fisch.»

Denn Buri ist ein ausgewiesener Fachmann und hat sein Handwerk von der Pike auf gelernt. Schon als gelernter Koch spezialisierte er sich als Poissonnier, und an der Wand kündigt der Fischwirtschaftsmeisterbrief von der entsprechenden Ausbildung im bayrischen Weihenstephan.

Entsprechende Praxis erwarb er sich in der Betreuung der Fischzucht im Moossee oder in der Störzucht von Frutigen. «Wir haben uns Nachhaltigkeit auf die Fahne geschrieben», erklärt er zu seiner Beratungstätigkeit und Geschäftsphilosophie, basierend auf einem stetig wachsenden Netzwerk. So verkaufen Buris prinzipiell nur Ware, bei der die WWF-Empfehlungen eingehalten werden. «Schau Dir diese Eglifilets an. Die wurden in Reusen gefangen und hatten keinen Stress. Das merkt man dem Fleisch sofort an», deutet er auf einen Eisbehälter.

Mal schauen, was geht

Hinter «Fishwork» steht eine klare Ansage: «Unser Auftrag ist es, die Produktion von Aquakulturprodukten für dich kritisch zu hinterfragen und den achtsamen Konsum – der glücklich macht – zu fördern.» Nach diesem Kriterium entscheiden Elisabeth und Heinz Buri als Fischsommelier nun, wohin die Reise mit dem neuen Geschäft geht. Bereits sind zwei Sorten Austern – französische und irische – zu haben, dann aber auch Vongole oder Thunfisch.

Frisch zubereitete Fischsalate locken ebenso wie Räucherspezialitäten, darunter die legendäre Kieler Sprotte. «Bis im Januar sehen wir, ob wir hier bleiben oder uns für einen neuen Standort entscheiden», steckt der Fischfachmann



Online-Ausgabe

BZ Basel
4051 Basel
061 555 79 71
<https://www.bzbasel.ch/>

Medienart: Internet
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
UUpM: 1'580'000
Page Visits: 1'098'000



Auftrag: 1084658
Themen-Nr.: 862.006

Referenz: 82418224
Ausschnitt Seite: 2/3

News Websites

die nächsten Schritte sorgsam ab. Schritte, die auch im ständigen Kontakt mit der Solothurner Kundschaft getan werden sollen. Denn ein Ziel hat das Unternehmer-Ehepaar klar vor Augen:

«Wir wollen nicht in zehn Jahren noch immer nur auf dem Märet sein.»

Einst war der «Schissidechu» sehr begehrt

Fisch gehörte in Solothurn seit jeher auf den Tisch. Meerfisch war damals bis vielleicht auf Salzheringe und Stockfisch in Mitteleuropa nicht erhältlich, und ob Lachs und Maifisch im Mittelalter zum Laichen in der Aare bis Solothurn aufgestiegen sind, lässt sich kaum belegen. So deckte neben sonstigem Frischfisch aus der Aare vor allem der Karpfen aus Zuchtteichen rund um die Stadt den riesigen Bedarf speziell in der Fastenzeit, ergänzt durch Fluss- und Bachkrebse. Von der einst blühenden Fischteich-Landschaft in der Region haben sich kaum mehr Reste erhalten; der nächstgelegene Betrieb ist noch die Forellenzucht in Kräiligen.

Wie der Vereinsgeschichte des 1913 gegründeten Fischereivereins Solothurn und Umgebung zu entnehmen ist, war die Fischerei in der Solothurner Aare bis 1893 frei, dann wurden die Gewässer von Altreu bis Deitingen in Enzen unterteilt und diese öffentlich versteigert. 1918 beeinträchtigte ein schwerer Zwischenfall die Wasser-Population über Jahrzehnte hinweg. Die Schleuse in Nidau wurde geschlossen, der Aarespiegel sank binnen Stunden um eineinhalb Meter, und Millionen Lebewesen verendeten.

Auch Gewässerverschmutzungen, unter anderem durch die Cellulose Attisholz oder das Gaswerk Solothurn, machte den Fischern zu schaffen, ebenso die zweite Juragewässerkorrektur, die mit der Inbetriebnahme der Staustufe Flumenthal 1970 abgeschlossen war. In den 60er-Jahren wurde die bis dahin praktizierte Netzfischerei verboten, denn noch 1949 fing man im Solothurner Fanggebiet der Aare über 25'000 Fische mit einem Gesamtgewicht von 4,3 Tonnen!

«Brotfisch» war damals die Brachsme – im Volksmund liebevoll «Schissidechu» genannt – und andere Weissfische wie der «Häsu», die vor allem im blutgetränkten Wasser unterhalb des Schlachthauses oder bei der Eisenbahnbrücke in Massen vorkamen und dort von italienischen Gastarbeitern direkt bei den Anglern eingekauft wurden. Heute hat vor allem im Solothurner Stadtbereich ab Mitte März die Forelle eine kurze Blütezeit, hauptsächlich wird aber dem Egli nachgestellt. Auch Hechte und zunehmend Welse gehen an die Angel, während Aale, Aeschen und Nasen kaum mehr vorhanden sind – ganz im Gegensatz zum eher gemiedenen, aber massenhaft vorkommenden Alet.

Eine Delikatesse gäbe es reichlich am Aaregrund, doch sie darf nur mit einer speziellen Lizenz des Kantons gefangen, nicht aber verkauft werden: der eingeschleppte amerikanische Signalkrebs. Auch gerne von Forellen vernascht, sorgt er bei diesen immer öfter für tieforanges Fleisch wie bei einem Wildlachs aus Alaska. Eigentlich schade, dass die Massen an Krebsen nicht besser bewirtschaftet dürfen – wer einmal nach stundenlangem Pulen des Fleisches aus den Schalen eine echte Aare-Krebsterrine genossen hat, weiss, welches kulinarische Potenzial da direkt vor unserer Haustür schlummert ...



Heinz und Elisabeth Buri bieten in ihrem neuen Geschäft an der Judengasse viel Fachkompetenz in Sachen Fisch an. Wolfgang Wagmann



Volle Berner Therapiezentren

Wie die Pandemie zu mehr Magersüchtigen führt

Publiziert heute um 07:22 Uhr, Rahel Guggisberg

Einsamkeit, wenig Tagesstruktur und zu viel Sport: Die Pandemie trieb viele junge Frauen zu Essstörungen. Nicht alle finden einen Behandlungsplatz.

Ein etwa 12-jähriges Mädchen sitzt in dem Raum des Therapiezentrums Essstörungen in Moosseedorf, der wohl der wichtigste und zugleich konfliktbeladene sein dürfte – dem Essraum. Es schreibt einen Brief, zeichnet Blumen und Herzen auf das Papier. Seine dünnen Arme ragen unter dem Pullover hervor, der lose an den knöchigen Schultern hängt.

«Wir behandeln Mädchen, die schwer krank sind», sagt Armita Tschitsaz. Sie ist therapeutische Leiterin des Therapiezentrums der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie. Die Patientinnen und Patienten sollen in Moosseedorf über die Gründe für ihr problematisches Essverhalten nachdenken und Strategien suchen, wie sie damit umgehen können. Das Zentrum ist ein idyllischer Ort. Im Garten des ehemaligen Bauernhofs gackern Hühner, und an den Wänden im Gebäude hängen zahlreiche selbst gemalte Zeichnungen.

Wie andere auf Essstörungen spezialisierte Institutionen in der Schweiz hat Moosseedorf nach dem ersten Lockdown im Frühling 2020 einen starken Anstieg von jungen Patientinnen und Patienten verzeichnet. Vor allem die Fälle von Magersucht hätten sich erhöht, sagt Tschitsaz. «Wir hatten etwa 30 Prozent mehr Magersüchtige.»

Eine junge Bernerin erzählt, wie es bei ihr zur Magersucht kam: «Im Lockdown habe ich mich sehr einsam gefühlt und angefangen, intensiv Sport zu treiben.» Gleichzeitig habe sie immer weniger gegessen: «Ich hatte furchtbare Angst davor, hässlich und dick zu werden.»

Der Anfang im Therapiezentrum in Moosseedorf sei dann hart gewesen: «Sechs Mahlzeiten am Tag, also so gut wie den ganzen Tag essen, dann diese riesigen Portionen und von zu Hause weg sein, überall überwacht und kontrolliert zu werden, und so viele Therapien und Gespräche.»

Sie habe aber sehr schnell gemerkt, wie gut ihr der Aufenthalt tue. «Ich habe es sehr geschätzt, mit den anderen Mädchen spazieren zu gehen, sich auszutauschen und zu plaudern. Mit der Zeit fand ich in Moosseedorf sogar richtig gute Freundinnen, mit denen ich jetzt auch noch Kontakt habe. Ich esse jetzt fast wieder ganz selbstständig und kann gut von mir aus genügend essen.»

Im Gegensatz zur jungen Bernerin fanden wegen der grossen Nachfrage nicht alle sofort einen Behandlungsplatz. Oft war das gefährlich. «Betroffene, die begreifen, wie schwer sie krank sind, müssen rasch behandelt werden können, um aus der Krankheit heraus zu kommen», erklärt die therapeutische Leiterin Armita Tschitsaz. Die Verantwortlichen in Moosseedorf haben bereits auf den Engpass reagiert. Das Therapiezentrum wurde diesen Sommer ausgebaut. Auch jetzt besteht noch eine Warteliste: sechs Mädchen stehen darauf. Die Betroffenen bleiben meist vier Monate in Moosseedorf.

Warum steigt die Anzahl magersüchtiger Jugendlicher, in den meisten Fällen junge Mädchen? «Vielen fehlte seit dem Ausbruch der Pandemie eine feste Tagesstruktur. Die Mädchen hatten mehr Zeit, sich mit dem Zählen von Kalorien und exzessivem Sport auseinanderzusetzen», sagt Tschitsaz. Gleichzeitig hat Magersucht oft mit dem Wunsch nach Kontrolle zu tun. Wer seinem Körper etwas so Elementares wie Nahrung verweigert, der fühlt sich weniger ohnmächtig. Tschitsaz erklärt. «Die Betroffenen haben das Gefühl, in einer Welt, in der alles chaotisch scheint, wenigstens über diese eine Sache Entscheidungsbefugnis zu haben.»



Das sind die häufigsten Essstörungen

In der Schweiz leiden ungefähr 3,5 Prozent der Allgemeinbevölkerung an Essstörungen. Häufig beginnt die Erkrankung bereits im frühen Jugendalter.

Magersucht oder Anorexie ist eine Essstörung, bei der Betroffene möglichst wenig essen und wiegen möchten. Es gibt aber auch Normalgewichtige, die das Denken und Verhalten Magersüchtiger an den Tag legen. Man spricht dann von «atypischer Anorexie». Die therapeutische Leiterin des Therapiezentrums Essstörungen in Moosseedorf, Armita Tschitsaz, sagt: «An Anorexie leiden vor allem Mädchen. Und sie werden immer jünger.» Wegen der verminderten Nahrungsaufnahme haben die Patientinnen zahlreiche körperliche Beschwerden, zum Beispiel Herz-Kreislauf-Probleme oder Hormonstörungen. Dazu kommen sogenannte psychosoziale Risiken, beispielsweise sozialer Rückzug, Leistungsabfall oder Antriebsverlust.

Neben der Anorexie oder Magersucht gibt es auch andere Essstörungen wie Essanfälle mit Kompensation (Bulimie) oder selektives Essverhalten oder das sogenannte Binge Eating. Bei der Bulimie wird die Nahrung nach dem Essen erbrochen oder mit Hilfsmitteln ausgeschieden. Die Betroffenen haben häufig Zahnprobleme, weil die Magensäure den Zahnschmelz angreift. (rag)

Diese Ansicht bestätigt der Solothurner Autor Franco Supino, der in seinem neuen Buch «Mehr. Mehr. Mehr» eindringlich aus der Sicht eines jungen Menschen mit einer Essstörung schreibt: «Bei Magersucht geht es immer um Kontrolle. Meine Hauptfigur, deren Geschlecht bewusst offenbleibt, sagt, als sie in der Klinik behandelt wird, sie möchte für den Rest ihres Lebens künstlich ernährt werden. Das wäre dann die 100-prozentige Kontrolle.»

Franco Supino setzt sich seit Jahren mit dem Thema Essen auseinander, weil es ihn schon früh geprägt hat: «Meine Eltern haben als Kind in Italien gehungert – ich hatte immer das Gefühl, dass sie auch hier in der Schweiz noch immer jenen Hunger stillen wollten, den sie als Kinder erlebten. Und so war das Füttern von uns Kindern jener Liebesbeweis, den ihre Eltern ihnen nicht geben konnten.» Er glaubt, die Mischung in der Pandemie von «weniger Bewegungsfreiheit, mehr Zeit zu Hause und gleichzeitig unbeschränkter Nahrungsmittelverfügbarkeit» sei für Menschen, die tendenziell ein Problem mit dem Essen hätten, toxisch gewesen.

Oft wechselt sich bei den Betroffenen eine Essstörung mit der nächsten ab. Typisch ist der Wechsel von der Anorexie zur Bulimie, der Essbrechsucht. Diese lässt sich leichter verbergen, weil die Betroffenen scheinbar normal essen, während das In-sich-Hineinstopfen und anschliessende Erbrechen im Verborgenen geschieht.

Eine Mutter erzählt:

«Essstörungen bedeuten für die Angehörigen eine Überforderung. Sie fühlen sich machtlos und stellen sich Fragen wie: Was ist bei der Erziehung falsch gelaufen? Sie suchen nach Ursachen, obwohl das nichts bringt. Viele ziehen sich zurück, weil ihnen die Kraft fehlt, offen über die Krankheit zu sprechen. Denn Nichtbetroffene können sich meistens nicht in die Tragweite des Problems einfühlen.

Ich würde allen betroffenen Familien raten, für Erkrankte so früh wie möglich professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen. Eltern sollten zudem für sich gezielt Personen suchen, die in der gleichen Situation sind, ein offenes Ohr haben und verschwiegen sind. Das können gute Freundinnen sein oder wie in meinem Fall eine Selbsthilfegruppe.» (mjc)

Laut der therapeutischen Leiterin Tschitsaz «ritzen» sich einige Betroffene auch – sie schneiden sich selber mit scharfen Gegenständen. Sie suchen so ein Ventil, um ihre innere Anspannung loszuwerden. Die Patientinnen seien zudem oft sehr ehrgeizig und gewissenhaft. «Sie wollen das, was sie machen, sehr gut machen.»

Tschitsaz sieht im Anstieg der Anorexie-Fälle auch einen Ausdruck des Zeitgeistes: Viele Mädchen präsentieren in den sozialen Medien ihre dünnen Körper. Davon geblendet, versuchen einige junge Mädchen in einer sensiblen



Phase der Identitätsfindung, weniger zu essen, und rutschen schliesslich in eine gefährliche Abwärtsspirale.

Eine Jugendgynäkologin erklärt:

«Ich stelle fest, dass sich die jungen Mädchen stark mit der Ernährung befassen. Viele ändern auch ihre Essgewohnheiten in Richtung vegane Kost. Sie essen zwar, aber sehr einseitig. Sie vermeiden tierische Produkte und nehmen insgesamt zu wenig Kalorien pro Tag zu sich.» Das sagt Anja Wüest, Kinder- und Jugendgynäkologin am Inselspital Bern. Dies führe zu einer Fehlernährung mit Mangelercheinungen. Die Folgen können gravierend sein: Die Periode setzt entweder nicht ein oder wieder aus.

Anja Wüest ergänzt: «Viele meiner Patientinnen wollen schlank sein. Sie eifern dünnen Influencerinnen nach, die auf den Social-Media-Plattformen ihren mageren Körper zeigen. Dafür sind sie bereit, zu hungern.» Jungs seien weniger von Magersucht betroffen. Das hängt laut Wüest mit dem angesagten Schönheitsideal zusammen: «Angesagt sind bei Jungen breite Schultern und viele Muskeln. Das erreicht man nicht mit Hungern.» (rag)

Fatalerweise wird die Krankheit oft spät festgestellt. Viele Mädchen täuschen ihre Eltern am Esstisch, indem sie beispielsweise Essen in den Hosentaschen verstecken – oder so tun, als wäre alles in bester Ordnung. Das ist besonders verheerend, weil die Regel gilt: Je schneller man etwas gegen Magersucht unternimmt, desto besser stehen die Chancen, die Krankheit in den Griff zu bekommen. «Eine Familientherapie ist oft sinnvoll», sagt Tschitsaz.

Franco Supino: «Mehr. Mehr. Mehr». Da-bux-Verlag 2021, 52 S., ca. 9 Fr.

Rahel Guggisberg arbeitet bei der Nachrichten- und Wirtschaftsredaktion der «Berner Zeitung BZ». Ausgebildet als Lehrerin und Juristin, hat sie 2007 den Sprung in den Journalismus gemacht. Sie ist Dozentin für Wirtschaftsrecht an der Fernfachhochschule FFHS.

Mirjam Comtesse ist Historikerin und arbeitet als Redaktorin im Ressort Kultur. Ihr Schwerpunkt sind Gesellschaftsthemen.



Im Therapiezentrum Essstörungen in Moosseedorf sollen die Patientinnen und Patienten lernen, Essen als etwas Genussvolles zu betrachten. Foto: Raphael Moser



Das Therapiezentrum Essstörungen in Moosseedorf ist aus einem ehemaligen Bauernhaus entstanden. Im Hof

picken Hühner nach Körnern. Foto: Raphael Moser



Die therapeutische Leiterin Armita Tschitsaz sagt: «Eine Familientherapie ist oft sinnvoll.» Foto: Raphael Moser



Eine der vielen Regeln: Die Patientinnen sollen «die ganze Frucht abbeissen». Foto: Raphael Moser



Hell und gemütlich: So sehen die Patientenzimmer aus. Foto: Raphael Moser



Der Solothurner Autor Franco Supino schreibt in seinem gerade erschienenen Buch «Mehr. Mehr.» eindringlich über Essstörungen. Foto: Beat Mathys



Solothurn

Pop-up-Fischgeschäft in der Altstadt: «Solothurn ist für uns ein sehr gutes Fischpflaster»

Elisabeth Burri verkauft seit zwei Jahren auf dem Wochenmarkt frische Fische. Nun lanciert sie mit ihrem Mann Heinz Burri das Geschäft Fishwork an der Judengasse 3.

06.11.2021, Wolfgang Wagmann

Frischer Fisch in Solothurn ist so eine Sache. Oder ein Auf und Ab. Nach der Aufgabe des langjährigen Märet-Fischhändlers Martignano und dem Aus von Manor Food 2017 haben sich inzwischen wieder verschiedene Frischfisch-Anbieter am Mittwoch und Samstag auf den zwei Wochenmärkten etabliert. Darunter seit 2019 auch das Unternehmen Fishwork von Elisabeth Buri, bekannt durch den Samstagsstand vor der Suteria.

Nun sind sie und ihr Mann Heinz auch mit einem fixen Standort in der Altstadt vertreten: An der Judengasse 3 haben sie ein Pop-up-Geschäft eröffnet, das von Donnerstag bis und mit Samstag ein ständig umfangreicheres Angebot bereithält. «Bei uns ist der Fisch immer frisch», betont Elisabeth Buri und erklärt damit auch die limitierten Öffnungszeiten: Jeweils am Dienstag und Mittwoch erfolgen die Lieferungen, «und wir wollen nicht in der ersten Wochenhälfte Ware aus der Vorwoche verkaufen», erklärt ihr Mann.

Nachhaltigkeit an erster Stelle

Elisabeth und Heinz Buri leben für ihren Beruf, der zur Berufung geworden ist. Sie ist auch noch an den Märkten in Bolligen, Langenthal und Bern unterwegs und meint anerkennend: «Solothurn ist für uns ein sehr gutes Fischpflaster.» Auf dem Land seien eher Filets ohne Gräten und Räucherfisch gefragt, «hier getraut sich die Kundschaft mehr, es kommen viele Connaisseurs vorbei». Das innovative Ehepaar unterhält auch einen Produktionsbetrieb in Etziken, wo die Rohstoffe weiterverarbeitet und veredelt werden.

«Wir tunen Fisch», meint Heinz Buri lachend, der als Hauptstandbein zu Hause in Moosseedorf noch die Firma Sensible Solutions betreibt.

«Ich berate damit vor allem Gastrobetriebe fachlich in Sachen Fisch.»

Denn Buri ist ein ausgewiesener Fachmann und hat sein Handwerk von der Pike auf gelernt. Schon als gelernter Koch spezialisierte er sich als Poissonnier, und an der Wand kündigt der Fischwirtschaftsmeisterbrief von der entsprechenden Ausbildung im bayrischen Weihenstephan.

Entsprechende Praxis erwarb er sich in der Betreuung der Fischzucht im Moossee oder in der Störzucht von Frutigen. «Wir haben uns Nachhaltigkeit auf die Fahne geschrieben», erklärt er zu seiner Beratungstätigkeit und Geschäftsphilosophie, basierend auf einem stetig wachsenden Netzwerk. So verkaufen Buris prinzipiell nur Ware, bei der die WWF-Empfehlungen eingehalten werden. «Schau Dir diese Eglifilets an. Die wurden in Reusen gefangen und hatten keinen Stress. Das merkt man dem Fleisch sofort an», deutet er auf einen Eisbehälter.

Mal schauen, was geht

Hinter «Fishwork» steht eine klare Ansage: «Unser Auftrag ist es, die Produktion von Aquakulturprodukten für dich kritisch zu hinterfragen und den achtsamen Konsum – der glücklich macht – zu fördern.» Nach diesem Kriterium entscheiden Elisabeth und Heinz Buri als Fischsommelier nun, wohin die Reise mit dem neuen Geschäft geht. Bereits sind zwei Sorten Austern – französische und irische – zu haben, dann aber auch Vongole oder Thunfisch.

Frisch zubereitete Fischsalate locken ebenso wie Räucherspezialitäten, darunter die legendäre Kieler Sprotte. «Bis im Januar sehen wir, ob wir hier bleiben oder uns für einen neuen Standort entscheiden», steckt der Fischfachmann



die nächsten Schritte sorgsam ab. Schritte, die auch im ständigen Kontakt mit der Solothurner Kundschaft getan werden sollen. Denn ein Ziel hat das Unternehmer-Ehepaar klar vor Augen:

«Wir wollen nicht in zehn Jahren noch immer nur auf dem Märet sein.»

Einst war der «Schissidechu» sehr begehrt

Fisch gehörte in Solothurn seit jeher auf den Tisch. Meerfisch war damals bis vielleicht auf Salzheringe und Stockfisch in Mitteleuropa nicht erhältlich, und ob Lachs und Maifisch im Mittelalter zum Laichen in der Aare bis Solothurn aufgestiegen sind, lässt sich kaum belegen. So deckte neben sonstigem Frischfisch aus der Aare vor allem der Karpfen aus Zuchtteichen rund um die Stadt den riesigen Bedarf speziell in der Fastenzeit, ergänzt durch Fluss- und Bachkrebse. Von der einst blühenden Fischteich-Landschaft in der Region haben sich kaum mehr Reste erhalten; der nächstgelegene Betrieb ist noch die Forellenzucht in Kräiligen.

Wie der Vereinsgeschichte des 1913 gegründeten Fischereivereins Solothurn und Umgebung zu entnehmen ist, war die Fischerei in der Solothurner Aare bis 1893 frei, dann wurden die Gewässer von Altreu bis Deitingen in Enzen unterteilt und diese öffentlich versteigert. 1918 beeinträchtigte ein schwerer Zwischenfall die Wasser-Population über Jahrzehnte hinweg. Die Schleuse in Nidau wurde geschlossen, der Aarespiegel sank binnen Stunden um eineinhalb Meter, und Millionen Lebewesen verendeten.

Auch Gewässerverschmutzungen, unter anderem durch die Cellulose Attisholz oder das Gaswerk Solothurn, machte den Fischern zu schaffen, ebenso die zweite Juragewässerkorrektur, die mit der Inbetriebnahme der Staustufe Flumenthal 1970 abgeschlossen war. In den 60er-Jahren wurde die bis dahin praktizierte Netzfischerei verboten, denn noch 1949 fing man im Solothurner Fanggebiet der Aare über 25'000 Fische mit einem Gesamtgewicht von 4,3 Tonnen!

«Brotfisch» war damals die Brachsme – im Volksmund liebevoll «Schissidechu» genannt – und andere Weissfische wie der «Häsu», die vor allem im blutgetränkten Wasser unterhalb des Schlachthauses oder bei der Eisenbahnbrücke in Massen vorkamen und dort von italienischen Gastarbeitern direkt bei den Anglern eingekauft wurden. Heute hat vor allem im Solothurner Stadtbereich ab Mitte März die Forelle eine kurze Blütezeit, hauptsächlich wird aber dem Egli nachgestellt. Auch Hechte und zunehmend Welse gehen an die Angel, während Aale, Aeschen und Nasen kaum mehr vorhanden sind – ganz im Gegensatz zum eher gemiedenen, aber massenhaft vorkommenden Alet.

Eine Delikatesse gäbe es reichlich am Aaregrund, doch sie darf nur mit einer speziellen Lizenz des Kantons gefangen, nicht aber verkauft werden: der eingeschleppte amerikanische Signalkrebs. Auch gerne von Forellen vernascht, sorgt er bei diesen immer öfter für tieforanges Fleisch wie bei einem Wildlachs aus Alaska. Eigentlich schade, dass die Massen an Krebsen nicht besser bewirtschaftet dürfen – wer einmal nach stundenlangem Pulen des Fleisches aus den Schalen eine echte Aare-Krebsterrine genossen hat, weiss, welches kulinarische Potenzial da direkt vor unserer Haustür schlummert ...



Heinz und Elisabeth Buri bieten in ihrem neuen Geschäft an der Judengasse viel Fachkompetenz in Sachen Fisch an. Wolfgang Wagmann

Solothurn

Pop-up-Fischgeschäft in der Altstadt: «Solothurn ist für uns ein sehr gutes Fischpflaster»

Elisabeth Burri verkauft seit zwei Jahren auf dem Wochenmarkt frische Fische. Nun lanciert sie mit ihrem Mann Heinz Burri das Geschäft Fishwork an der Judengasse 3.

06.11.2021, Wolfgang Wagmann

Frischer Fisch in Solothurn ist so eine Sache. Oder ein Auf und Ab. Nach der Aufgabe des langjährigen Märet-Fischhändlers Martignano und dem Aus von Manor Food 2017 haben sich inzwischen wieder verschiedene Frischfisch-Anbieter am Mittwoch und Samstag auf den zwei Wochenmärkten etabliert. Darunter seit 2019 auch das Unternehmen Fishwork von Elisabeth Buri, bekannt durch den Samstagsstand vor der Suteria.

Nun sind sie und ihr Mann Heinz auch mit einem fixen Standort in der Altstadt vertreten: An der Judengasse 3 haben sie ein Pop-up-Geschäft eröffnet, das von Donnerstag bis und mit Samstag ein ständig umfangreicheres Angebot bereithält. «Bei uns ist der Fisch immer frisch», betont Elisabeth Buri und erklärt damit auch die limitierten Öffnungszeiten: Jeweils am Dienstag und Mittwoch erfolgen die Lieferungen, «und wir wollen nicht in der ersten Wochenhälfte Ware aus der Vorwoche verkaufen», erklärt ihr Mann.

Nachhaltigkeit an erster Stelle

Elisabeth und Heinz Buri leben für ihren Beruf, der zur Berufung geworden ist. Sie ist auch noch an den Märkten in Bolligen, Langenthal und Bern unterwegs und meint anerkennend: «Solothurn ist für uns ein sehr gutes Fischpflaster.» Auf dem Land seien eher Filets ohne Gräten und Räucherfisch gefragt, «hier getraut sich die Kundschaft mehr, es kommen viele Connaisseurs vorbei». Das innovative Ehepaar unterhält auch einen Produktionsbetrieb in Etziken, wo die Rohstoffe weiterverarbeitet und veredelt werden.

«Wir tunen Fisch», meint Heinz Buri lachend, der als Hauptstandbein zu Hause in Moosseedorf noch die Firma Sensible Solutions betreibt.

«Ich berate damit vor allem Gastrobetriebe fachlich in Sachen Fisch.»

Denn Buri ist ein ausgewiesener Fachmann und hat sein Handwerk von der Pike auf gelernt. Schon als gelernter Koch spezialisierte er sich als Poissonnier, und an der Wand kündigt der Fischwirtschaftsmeisterbrief von der entsprechenden Ausbildung im bayrischen Weihenstephan.

Entsprechende Praxis erwarb er sich in der Betreuung der Fischzucht im Moossee oder in der Störzucht von Frutigen. «Wir haben uns Nachhaltigkeit auf die Fahne geschrieben», erklärt er zu seiner Beratungstätigkeit und Geschäftsphilosophie, basierend auf einem stetig wachsenden Netzwerk. So verkaufen Buris prinzipiell nur Ware, bei der die WWF-Empfehlungen eingehalten werden. «Schau Dir diese Eglifilets an. Die wurden in Reusen gefangen und hatten keinen Stress. Das merkt man dem Fleisch sofort an», deutet er auf einen Eisbehälter.

Mal schauen, was geht

Hinter «Fishwork» steht eine klare Ansage: «Unser Auftrag ist es, die Produktion von Aquakulturprodukten für dich kritisch zu hinterfragen und den achtsamen Konsum – der glücklich macht – zu fördern.» Nach diesem Kriterium entscheiden Elisabeth und Heinz Buri als Fischsommelier nun, wohin die Reise mit dem neuen Geschäft geht. Bereits sind zwei Sorten Austern – französische und irische – zu haben, dann aber auch Vongole oder Thunfisch.

Frisch zubereitete Fischsalate locken ebenso wie Räucherspezialitäten, darunter die legendäre Kieler Sprotte. «Bis im Januar sehen wir, ob wir hier bleiben oder uns für einen neuen Standort entscheiden», steckt der Fischfachmann



die nächsten Schritte sorgsam ab. Schritte, die auch im ständigen Kontakt mit der Solothurner Kundschaft getan werden sollen. Denn ein Ziel hat das Unternehmer-Ehepaar klar vor Augen:

«Wir wollen nicht in zehn Jahren noch immer nur auf dem Märet sein.»

Einst war der «Schissidechu» sehr begehrt

Fisch gehörte in Solothurn seit jeher auf den Tisch. Meerfisch war damals bis vielleicht auf Salzheringe und Stockfisch in Mitteleuropa nicht erhältlich, und ob Lachs und Maifisch im Mittelalter zum Laichen in der Aare bis Solothurn aufgestiegen sind, lässt sich kaum belegen. So deckte neben sonstigem Frischfisch aus der Aare vor allem der Karpfen aus Zuchtteichen rund um die Stadt den riesigen Bedarf speziell in der Fastenzeit, ergänzt durch Fluss- und Bachkrebse. Von der einst blühenden Fischteich-Landschaft in der Region haben sich kaum mehr Reste erhalten; der nächstgelegene Betrieb ist noch die Forellenzucht in Kräiligen.

Wie der Vereinsgeschichte des 1913 gegründeten Fischereivereins Solothurn und Umgebung zu entnehmen ist, war die Fischerei in der Solothurner Aare bis 1893 frei, dann wurden die Gewässer von Altreu bis Deitingen in Enzen unterteilt und diese öffentlich versteigert. 1918 beeinträchtigte ein schwerer Zwischenfall die Wasser-Population über Jahrzehnte hinweg. Die Schleuse in Nidau wurde geschlossen, der Aarespiegel sank binnen Stunden um eineinhalb Meter, und Millionen Lebewesen verendeten.

Auch Gewässerverschmutzungen, unter anderem durch die Cellulose Attisholz oder das Gaswerk Solothurn, machte den Fischern zu schaffen, ebenso die zweite Juragewässerkorrektur, die mit der Inbetriebnahme der Staustufe Flumenthal 1970 abgeschlossen war. In den 60er-Jahren wurde die bis dahin praktizierte Netzfischerei verboten, denn noch 1949 fing man im Solothurner Fanggebiet der Aare über 25'000 Fische mit einem Gesamtgewicht von 4,3 Tonnen!

«Brotfisch» war damals die Brachsme – im Volksmund liebevoll «Schissidechu» genannt – und andere Weissfische wie der «Häsu», die vor allem im blutgetränkten Wasser unterhalb des Schlachthauses oder bei der Eisenbahnbrücke in Massen vorkamen und dort von italienischen Gastarbeitern direkt bei den Anglern eingekauft wurden. Heute hat vor allem im Solothurner Stadtbereich ab Mitte März die Forelle eine kurze Blütezeit, hauptsächlich wird aber dem Egli nachgestellt. Auch Hechte und zunehmend Welse gehen an die Angel, während Aale, Aeschen und Nasen kaum mehr vorhanden sind – ganz im Gegensatz zum eher gemiedenen, aber massenhaft vorkommenden Alet.

Eine Delikatesse gäbe es reichlich am Aaregrund, doch sie darf nur mit einer speziellen Lizenz des Kantons gefangen, nicht aber verkauft werden: der eingeschleppte amerikanische Signalkrebs. Auch gerne von Forellen vernascht, sorgt er bei diesen immer öfter für tieforanges Fleisch wie bei einem Wildlachs aus Alaska. Eigentlich schade, dass die Massen an Krebsen nicht besser bewirtschaftet dürfen – wer einmal nach stundenlangem Pulen des Fleisches aus den Schalen eine echte Aare-Krebsterrine genossen hat, weiss, welches kulinarische Potenzial da direkt vor unserer Haustür schlummert ...



Heinz und Elisabeth Buri bieten in ihrem neuen Geschäft an der Judengasse viel Fachkompetenz in Sachen Fisch an. Wolfgang Wagmann



@PSPresseschau Offenbar bereits möglich in Bern (Westside) resp. ab nächster Woche in Schönbühl/Moosseedorf (ehem. Smart-Tower bei Shoppy) gem. <https://t.co/uRZulbONNj> (Abo-Artikel)

@PSPresseschau Offenbar bereits möglich in Bern (Westside) resp. ab nächster Woche in Schönbühl/Moosseedorf (ehem. Smart-Tower bei Shoppy) gem. <https://t.co/uRZulbONNj> (Abo-Artikel)

...PSPresseschau Offenbar bereits möglich in Bern (Westside) resp. ab nächster Woche in Schönbühl/[Moosseedorf](#) (ehem. Smart-Tower bei Shoppy) gem. <https://t.co/uRZulbONNj> (Abo-Artikel) ...



Meine SVP #Moosseedorf sagt #CovidGesetzJa. Ich mag die Meinungsvielfalt innerhalb der grössten Partei des Landes. Man stelle sich vor, eine mittellinke Ortssektion sagte #CovidGesetzNein.

Meine SVP #Moosseedorf sagt #CovidGesetzJa. Ich mag die Meinungsvielfalt innerhalb der grössten Partei des Landes. Man stelle sich vor, eine mittellinke Ortssektion sagte #CovidGesetzNein.

...Meine SVP **#Moosseedorf** sagt #CovidGesetzJa. Ich mag die Meinungsvielfalt innerhalb der grössten Partei des Landes. Man stelle sich vor, eine mittellinke Ortssektion sagte...



Mehr Magersüchtige: Die Pandemie war toxisch für Menschen mit Essstörungen. Das Therapiezentrum Moosseedorf baute aus. (Abo) <https://t.co/fwojhhoIN6>

Mehr Magersüchtige: Die Pandemie war toxisch für Menschen mit Essstörungen. Das Therapiezentrum Moosseedorf baute aus. (Abo) <https://t.co/fwojhhoIN6>

...Mehr Magersüchtige: Die Pandemie war toxisch für Menschen mit Essstörungen. Das Therapiezentrum [Moosseedorf](#) baute aus. (Abo) <https://t.co/fwojhhoIN6> ...



Mehr Magersüchtige: Die Pandemie war toxisch für Menschen mit Essstörungen. Das Therapiezentrum Moosseedorf baute aus. (Abo) <https://t.co/h4hrd2UJsY>

Mehr Magersüchtige: Die Pandemie war toxisch für Menschen mit Essstörungen. Das Therapiezentrum Moosseedorf baute aus. (Abo) <https://t.co/h4hrd2UJsY>

...Mehr Magersüchtige: Die Pandemie war toxisch für Menschen mit Essstörungen. Das Therapiezentrum [Moosseedorf](#) baute aus. (Abo) <https://t.co/h4hrd2UJsY> ...



Mehr Magersüchtige: Die Pandemie war toxisch für Menschen mit Essstörungen. Das Therapiezentrum Moosseedorf baute aus. (Abo)

Mehr Magersüchtige: Die Pandemie war toxisch für Menschen mit Essstörungen. Das Therapiezentrum Moosseedorf baute aus. (Abo)

...Mehr Magersüchtige: Die Pandemie war toxisch für Menschen mit Essstörungen. Das Therapiezentrum **Moosseedorf** baute aus. (Abo) <https://www.bernerzeitung.ch/wie-die-pandemie-zu-mehr-magersuechtigen-fuehrt-741140262905> <https://external-lga3-2.xx...>



Mehr Magersüchtige: Die Pandemie war toxisch für Menschen mit Essstörungen. Das Therapiezentrum Moosseedorf baute aus. (Abo)

Mehr Magersüchtige: Die Pandemie war toxisch für Menschen mit Essstörungen. Das Therapiezentrum Moosseedorf baute aus. (Abo)

...Mehr Magersüchtige: Die Pandemie war toxisch für Menschen mit Essstörungen. Das Therapiezentrum **Moosseedorf** baute aus. (Abo) <https://www.derbund.ch/wie-die-pandemie-zu-mehr-magersuechtigen-fuehrt-741140262905> <https://external-lga-3-2.xx...>