

BERUF AUS BERUFUNG

Umsichtige Ruhe

Nichts Hektisches ist an ihr. Susanne Fraling zieht bedächtig ihren Mantel aus uns setzt sich kerzengerade auf den ihr angebotenen Stuhl. Unter ihrem winterweissfarbenen Jäckchen blitzt ein silberner Anhänger. Ihr Sternzeichen? "Nein", lächelt sie, "das Om-Zeichen". Keine weiteren Erklärungen. Die gebürtige Bayerin und diplomierte Yogalehrerin ist keine Plappertasche. Sie wählt ihre Worte mit Umsicht, beschränkt sich auf das Wesentliche. "Ich bin eine schlechte Geschäftsfrau", gesteht sie achselzuckend. Sich selbst zu vermarkten, liege ihr fern. Sie wolle einfach nur ihr langjähriges Wissen mit Interessierten teilen.



Zum Yoga gefunden hat Susanne Fraling in den 90er-Jahren, und zwar durch ihre Erstgeborene. Die Schulmedizin stiess bei der Krankheit ihrer Tochter an ihre Grenzen, deshalb habe sie sich nach anderen Wegen der Heilung umgesehen und sei dabei auf das Kinderyoga gestossen. Ihre Tochter ist inzwischen erwachsen, gesund und Mutter zweier Kinder. Und Susanne Fraling selbst hat das Yoga seitdem nie mehr losgelassen. "Es trägt mich durch das Leben, gibt mir Kraft in Krisenzeiten." Auch die Pandemie hätte sie nicht aus der Ruhe bringen können. Denn das wahre Yoga sei viel mehr als eine Modeströmung.



Yoga als Weg der Erkenntnis

von Bettina Secchi

Susanne Fraling von Münster (1958) ist diplomierte Yogalehrerin und vedische Astrologin in Ausbildung. Die gebürtige Bayerin lebt seit mehr als zwanzig Jahren im Raum Locarno, wo sie lange ein eigenes Yogastudio leitete. Nun möchte sie sich vermehrt Einzelsitzungen zuwenden und passt sich dabei ganz und gar der Klientel an - sowohl was Ort als auch Zeit betrifft. In ihren Lektionen geht es weniger um äusserliche Schönheit und Fitness als vielmehr um innere Erkenntnis und Harmonie. Detailliertere Informationen zur Person und zu ihren Angeboten finden sich auf der Homepage: voga-susanne.ch.

Indische Astrologie

Würdige Eleganz

Susanne Fraling fährt sich durch das lange,

Alter. Das verleiht ihr besondere Würde und

Eleganz. "Um das Weltbild des Yoga zu ver-

mitteln, muss man selbst die Höhen und

Tiefen des Lebens kennengelernt haben",

nimmt sie den Faden wieder auf. Das sei,

davon ist sie felsenfest überzeugt, halt nur

vom "Ich" zum "Du" wirklich möglich. Den-

noch bietet sie immer wieder Yogaferien an

anderen Orten an. Dieses Jahr geht es nach

graue Haar. Sie ist mit dem Leben im Rei-

nen, will nicht sein, was sie nicht ist. Die arosse, schlanke 64-Jährige steht zu ihrem

Sie liebe Elba und fühle sich sehr verbunden mit "ihrer Insel", auf die sie seit 1996 fährt. "Wer weiss, was dort noch so alles entstehen wird..." Neben dem Yoga hat sie ein weiteres Studium aufgenommen: Jyotisch, das Licht der Wahrheit. Die Wissenschaft der vedischen Astrologie ist eine Methode, die Sprache des Universums so umzuwandeln, dass sie der Entwicklung der Seele, der eigenen Persönlichkeit dient. Mit billigem Hokuspokus beschäftigt sich Susanne Fraling nicht. Sie sucht wahre Erfüllung. Auf stille, unaufdringliche Art. Weniger ist mehr, so laute ihr Lebensmotto, verrät sie. Man glaubt es ihr.

Ursprüngliche Werte

Genau deswegen will sich Susanne Fraling wieder vermehrt auf die ursprünglichen Werte der aus Indien stammenden philosophischen Lehre besinnen. Sie hätte in den letzten Jahren auch Gruppen angeleitet. Doch da komme der einzelne Teilnehmer schlichtweg zu kurz. "In den letzten Jahren

wurde Yoga zum Trend", erzählt die Wahltessinerin, die seit der Jahrtausendwende im Locarnese lebt. Äussere Schönheit und Fitness stünden im Vordergrund. Dabei gehe es um ganz andere Werte, um meditative, spirituelle. Diese könne man am besten in Einzelsitzungen weitergeben

Preisverleihung "Tourismusinkubator San Gottardo"



In Sedrun hat am 12. Januar eine fachkundige Jury mit Vertretern aus den Kantonen Tessin, Wallis, Graubünden und Uri die besten drei Projekte aus dem "Tourismusinkubator" des Programms San Gottardo gekürt. Die Kombination von Bike Erlebnis und Übernachtung in der Natur, die Nutzung von Stauseen für den Tourismus und die Entwicklung von Genusspfaden gewinnen eine Anschubfinanzierung von je 5'000 Franken. Finanziert wird diese vom Programm San Gottardo, der Schweizerischen Südostbahn AG und der Regiun Surselva. Folgende Teams und Ideen wurden ausgezeichnet:

Genusspfade San Gottardo

Quer durch den Gotthardraum, beginnend im Isenthal und dem Goms wird das "Chuchichäschtli" Team rund um Niklaus Niederhauser seine Kulinarik- und Genusswanderungen führen. Die Gäste erleben wandernd die Region und geniessen gleichzeitig lokale Spezialitäten an unterschiedlichen Stationen. Zusätzlich hören sie lokale Sagen und Geschichten und setzen sich mit dem kulturellen Erbe der Gotthardregion auseinander.

Abenteuer Stauseen

Zusammen mit den Betreibern aus der Energiewirtschaft will die Tourismusorganisation Bellinzona e Valli die Nutzung der Stauseen zu touristischen Zwecken realisieren. Die Stauseen sind meist gut erschlossen und befinden sich in einer atemberaubenden Landschaft. Die Initianten können sich für die Gäste verschiedenste Aktivitäten, in einem ersten Schritt aber den Besuch der Anlagen, vorstellen.

GlampinGotthard

Stefano Bergamaschi und Marco Steiger von BikePort wiederum

Menschen & Meinungen

wollen Bikerinnen und Biker eine einzigartige, mobile Übernachtungsmöglichkeit fernab der Siedlungen erleben lassen. Der Genuss lokaler Spezialitäten und die Übernachtung unter dem Sternenhimmel runden das Erlebnis ab.

Mit dem "Tourismusinkubator San Gottardo" - initiiert durch das Programm San Gottardo (PSG) – wird das touristische Angebot in der Gotthardregion weiterentwickelt und mit neuen Ideen angereichert. Dabei handelt es sich um eine Werkstatt zur Entwicklung neuer Produkte, Dienstleistungen und Geschäftsmodelle, die in touristische Angebote im Gotthardgebiet münden.

Mitmachen können innovative Anbieterinnen und Anbieter, ob Expertin oder Laie, aus der Tourismusbranche. Sie erhalten Unterstützung und Begleitung beim unkomplizierten und schnellen (Wei-ter-)Entwickeln, Ausarbeiten und Ümsetzen ihrer Idee.

www.gottardo.ch

Pro-Senectute-Tageszentrum Lavizzara eingeweiht



Am Dienstag erfolgte im Schulhaus von Prato-Sornico die offizielle Einweihung des neuen Tageszentrums der Pro Senectute. Die Grüsse der Gemeinde wurden von der Municipale Laura Flocchini überbracht. Das Centro diurno Lavizzara ist ein generationenübergreifendes Projekt und steht den Seniorinnen und Senioren des oberen Maggiatals jeweils am Dienstag und Donnerstag von 9 bis 17 Uhr offen. Für das neue Zentrum wird noch ein Name gesucht. Vorschläge können per E-Mail unter cdsa.lavizzara@prosenectute oder persönlich im Zentrum abgegeben werden. www.lavizzara.ch

Zehn Jungforschende qualifizieren sich fürs Finale

Zehn Jungforschende von Tessiner Mittel- und Berufsschulen haben es ins grosse Finale des 57. Nationalen Wettbewerbs von Schweizer Jugend forscht in St. Gallen geschafft. Es sind dies: Alessio Pastorella aus Coldrerio und Mark Aleshkin aus Campione d'Italia in "Chemie / Biochemie / Medizin"; Alicia Gambino aus Agno und Fedro Fioravanti aus Cureglia in "Literatur / Philosophie /Sprache"; Till Neubecker aus Niederhasli, Gregorio Silvestri aus Lugano, Linda Ferrario aus Taverne und Giuseppe Lovagnini aus Comano in "Mathematik/Informatik"; Massimiliano Ferrulli aus Caslano und Stefano Hauswirth aus Lugano in "Physik/Technik Am Nationalen Wettbewerb von Schweizer Jugend forscht nehmen Jungforschende im Alter von 16 bis 23 Jahren teil. Am Finale vom 20. bis 22. April an der Universität St. Gallen präsentieren die Teilnehmenden ihre Arbeiten vor Experten aus der ganzen Schweiz und erhalten bei der Preisverleihung ein Prädikat (gut, sehr gut, ausgezeichnet). Wer am Finale dabei ist, gewinnt - denn alle Prädikate werden mit einem Geldbetrag (500, 750 oder 1000 Franken) belohnt. Darüber hinaus erhalten die besten Arbeiten Sonderpreise, die es den Jugendlichen ermöglichen, ins Ausland zu reisen, um beispielsweise die Schweiz bei internationalen wissenschaftlichen Wettbewerben zu vertreten.

Die "Kleinen" wehren sich gegen das neue Jagdgesetz

Das Parlament hat im Dezember 2022 das revidierte Bundesgesetz über die Jagd und den Schutz wildlebender Säugetiere und Vögel (Jagdgesetz, JSG) gutgeheissen. Kernpunkt des neuen Gesetzes ist die Möglichkeit präventiver Abschüsse von Wölfen, die Schaden verursachen könnten, und damit eine massive Lockerung des Wolfsschutzes.

In der Medienmitteilung vom 15. Januar erklären Pro Natura, WWF Schweiz, BirdLife Schweiz sowie die Gruppe Wolf Schweiz, auf ein Referendum gegen das JSG verzichten zu wollen. Dies überrascht, hatten sie sich doch bisher für den Schutz der Wölfe stark gemacht und das letzte missratene JSG im Jahr 2020 erfolgreich bekämpft. Zudem kritisiert Pro Natura in ihrem neusten Magazin das revidierte JSG harsch. Diese paradoxe Haltung hat in den sozialen Medien bereits einen Sturm der Entrüstung ausgelöst. In kürzester Zeit formierte sich zum Jahresende 2022 ein Referendumskomitee, das nun als David ohne Hilfe der grossen Naturschutzverbände gegen den Goliath der Bauernlobby in den Kampf zieht. Getragen wird das Referendum vom Gruppo Uomo e Biodiversità, Tessin, dem Verein Wildtierschutz Schweiz, dem Verein CHWOLF, der Gruppe Wolfs-Hirten und weiteren Organisationen.

www.nein-zum-jagdgesetz.ch