

Dolce Vita oder Dessert im Alltag

Olten Das Café Philo suchte die Süsse des Lebens, sozusagen das Dessert im Alltag

VON URS AMACHER (TEXT UND BILD)

Mit dem Café Philo von gestern startete die Gesprächsrunde über eine philosophische Frage bereits in die dritte Saison. Über zwanzig Interessierte fanden sich am Sonntagmorgen zur ungezwungenen Diskussion im Cultibo ein. Das Thema, das sie sich vorgenommen hatten, lautete: «Die Süsse des Lebens». Verena Zimmermann vom organisierenden Team wies darauf hin, dass sich selbstverständlich alle am Meinungsaustausch beteiligen können, aber nicht müssen. «Wir möchten ein Forum anbieten, um sich inspirieren zu lassen durch die Gedankenwelt von anderen.» Deshalb gibt es auch kein einführendes Referat, sondern eine Gesprächsführung an der langen Leine.

Die Diskussion leitete die Philosophin Anna Secreti Zbinden, die vor allem Anstösse gab, um die Debatte in Schwung zu bringen. Diese kam sehr schnell in Gang, da unter der «Süsse des Lebens» ganz Verschiedenes verstanden werden kann. Jedenfalls darf sie nicht gleichgesetzt werden mit dem süssen Leben. Nur immer feiern, das zeigte auch Federico Fellini in seinem Film «La Dolce Vita» (1960), bringt auf die Dauer auch keine Zufriedenheit.

Die Süsse des Lebens - das ist eher das «Dessert» im normalen Alltag. Doch wo findet man den «Kuchen» im Leben? Für die einen ist es die gemütliche Tasse Kaffee am frühen Morgen. Für andere der Kick in der sportlichen Leistung. Wie auch immer, diese Hochgefühle sind stets bloss süsse Augenblicke. Dabei wäre es das Ziel, den schö-



Die Gesprächsleiterin Anna Secreti Zbinden und Verena Zimmermann vom organisierenden Team des Café Philo.

nen Moment etwas länger andauern zu lassen. Aber jeden Tag Kuchen essen ist langweilig. Sich für eine gute Sache zu engagieren, für andere, die es nötig haben, etwas zu tun, das bringe ihm ein anhaltend gutes Gefühl, sagte ein Diskussions Teilnehmer. Das Bewusstsein, einen Beitrag zu leisten, lasse ihn aufblühen, gebe ihm den inneren «Zucker». Oder wie es eine Teilnehmerin formulierte: «Die Frage ist, wofür brenne ich, was macht mich glücklich?»

Das Süsse-Paradox

Verbunden mit der Lust auf Süssem, ob im eigentlichen oder allgemeinen Sinn, geht oft ein schlechtes Gewissen einher. Sich etwas Besonderes zu gönnen oder sich dem Müsiggang hinzugeben, fällt uns schwer. Was mögen die Anderen auch bloss denken? Dabei ist «Honig» ja Nahrung für Geist und Seele. Und wer «Süesses» erlebt, ist in der Regel offener und lässt gerne andere daran teilhaben.

Zum Café Philo gehört selbstverständlich eine Tasse Kaffee am Boulevardtischchen. Und einer schönen Tradition folgend wird der Debattier-Vormittag mit einem Teller Suppe abgerundet, zubereitet von Brigitte Kirschbaum. Dem süssen Thema entsprechend wartete das Philo-Team diesmal mit einer Überraschung auf. Heinz Glauser servierte das Dessert, eine Meringue mit Vanilleglacé, beides selbst gemacht natürlich.

HINWEISE

OLTEN

Brasilien – eine kritische Geografie

Ist der Amazonas die Lunge der Welt? Sind Favelas die neuen kulturellen Zentren Brasiliens? Was hinterlässt die Fussball-WM im Land des Sambas? Auf diese und weitere aktuelle Fragen geben brasilianische Geografen überraschende Antworten. Am 24. Oktober beginnt an der Volkshochschule Olten ein drei Abende dauernder Kurs unter der Leitung von Paul Sutermeister. Der Vortrag regt die Teilnehmenden zur Diskussion über das moderne Lateinamerika an. Auskunft unter 062 212 16 80. (MGT)

OLTEN

Capoeira – brasilianische Kampfkunst

Capoeira ist eine brasilianische Kampfkunst bzw. ein Kampftanz. Capoeira ist gut für die Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems, die Kräftigung der gesamten Muskulatur, die Beweglichkeit, das Gleichgewicht und die Koordination. Ein Kurs an der Volkshochschule Olten unter Leitung von Fabricio Rabelo beginnt am 20. Oktober. Auskunft: 062 212 16 80. (MGT)

OLTEN

Kampf- und Bewegungskunst für Anfänger

Taijiquan ist eine chinesische Kampf- und Bewegungskunst. Die meditativen Bewegungsabläufe basieren auf der daoistischen Philosophie von Yin und Yang und dienen der Entwicklung von Körper und Geist. Sie sind sanft und fließend, und durch die Kultivierung der inneren Energie bereiten sie ein Wohlfühl und fördern die Gesundheit. Taijiquan eignet sich für Menschen jeden Alters. Ein neuer Kurs an der Volkshochschule Olten mit Jörg Berger beginnt am 28. Oktober. Auskunft: 062 212 16 80. (MGT)

OLTEN

Zumba zu mitreissender Latinomusik

Innert kürzester Zeit hat Zumba viele begeisterte Anhänger gefunden. Zu mitreissender Latinomusik werden schnelle und langsame Rhythmen mit Audauertraining kombiniert. Für Zumba muss man nicht tanzen können, das Wichtigste ist, man hat Spass an der Bewegung und an Rhythmen wie Cumbia, Salsa, Bachata, Reggeton usw. Ein r Kurs an der Volkshochschule unter Leitung von Saskia Aerni beginnt am 22. Oktober. Auskunft: 062 212 16 80. (MGT)

OLTEN

Neue Sprachkurse für Anfänger

Nach den Herbstferien, ab 20. Oktober 2014, beginnen an der Volkshochschule Olten neue Anfängerkurse für Englisch, Italienisch, Französisch und Spanisch. Für Fortgeschrittene stehen Kurse verschiedener Stufen zur Auswahl. Auskunft: 062 212 16 80. (MGT)

Atemlos durch den Alltag

Olten Am Samstag lud der Verein Lungenkranke und Sauerstoffpatienten (VLSP) zum elften Sauerstoffpatiententreffen.

VON TRUDI STADELMANN

Rund siebzig Männer und Frauen fanden den Weg nach Olten, um dem elften Sauerstoffpatiententreff beizuwohnen. Aber was ist denn ein Sauerstoffpatient genau? Einfach gesagt sind dies Menschen, die ohne künstliche Sauerstoffzufuhr nicht mehr oder nur noch sehr eingeschränkt leben können. Hauptursache ist COPD (Chronical Obstructive Pulmonary Disease) - eine nichtheilbare, anhaltende, die Lunge verengende Krankheit. Betroffen sind aber auch Menschen, die unter Lungenhochdruck leiden.

Geselligkeit ist wichtig

Im Jahr 2004 wurde eine Selbsthilfe-

gruppe gegründet, aus der 2011 ein Verein entstand. Aufklärung und Erfahrungsaustausch sind wichtig. Albert Walker, Präsident des Vereins, betonte aber auch den geselligen Teil des Vereins. Ausflüge, Lottomatches oder Racletteessen stehen auf dem Jahresprogramm. Und natürlich das alljährliche Treffen. Dieses wird vom Verein organisiert, richtet sich aber an einen weiteren Adressatenkreis. Schliesslich sind, so wird geschätzt, über eine Million Menschen lungenkrank.

Wichtig, so Walker, sei auch die Zusammenarbeit mit Kliniken und Spitälern. Insbesondere der Kontakt zum Universitätsspital Zürich habe sich in den letzten Jahren gut entwickelt. So kam es denn auch, dass Dr. med. Christian Clarenbach, Oberarzt Pneumologie in Zürich, sich nach seinem Referat über die verschiedenen Therapiemöglichkeiten, den Fragen des Publikums stellte. Gemäss Weltgesundheitsorganisation ist COPD die vierthäufigste Todesursache der Welt. Hauptursache ist in der westlichen Welt das Rauchen, in

Entwicklungsländern hingegen das Kochen auf offenen Feuern in geschlossenen Räumen, wie Clarenbach ausführte. Er ging in seinem Referat zudem auf die verschiedenen Therapiemöglichkeiten ein: Ohne einen Rauchstopp gehe gar nichts. So nützten weder Medikamente noch chirurgische Eingriffe etwas, wenn der Patient oder die Patientin nicht konsequent auf die Zigarette verzichtet. Bei einem chirurgischen Eingriff werden erkrankte, geblähte Lungenteile entfernt, um den gesunden Teilen mehr Platz zu geben. Die Transplantation sei das letzte aller Mittel, so Clarenbach. Bei der anschliessenden Fragerunde betonte er die Wichtigkeit des Informationsaustausches zwischen Patienten und behandelnden Ärzten.

Transportable Geräte

Früher waren Lungenkranke kaum in der Lage ihre Wohnung zu verlassen. Riesige und schwere Sauerstoffflaschen verhinderten ein soziales Leben. Diese grossen Tanks findet man auch heute noch bei den Kranken zu Hause. Aus

diesen können sie aber transportable Geräte auffüllen. Die Patienten sind so in der Lage, sich frei zu bewegen und ein «normales Leben» zu führen. Dies trägt wesentlich zur Lebensqualität bei. Kino und Konzerte, Treffen mit Freunden oder Urlaub werden wieder möglich. Dies bestätigt ein 65-jähriger Mann: So könne man sich die grossen Tanks in Hotels liefern lassen. Zudem bestehe die Möglichkeit, die sogenannten Konzentratoren an sogenannten Tankstellen aufzufüllen. Diese stehen heute in verschiedenen Städten der Schweiz.

Eine 58-jährige Frau hängt seit 2003 an der Sauerstoffflasche. Auch ist sie auf schwere Medikamente angewiesen. Zu Hause bezieht sie den Sauerstoff aus einer grossen Flasche mit einer fünfzehn Meter langen Leitung. «Eine Art Hundeleine halt», meint sie lachend. Hundeleine oder mobiles Gerät sind für sie zur Normalität geworden. Ihr Motto ist bestechend einfach: «Entweder du machst das Beste aus der Situation, oder du hast keine Chance.»

INSERAT

www.visilab.ch

29%
Stan Wawrinka

VISILAB
IHRE BRILLE IN EINER STUNDE

**IHR ALTER
=
IHR RABATT IN %
auf die Fassung***

53%
Lolita Morena

*aus einer Markenauswahl, beim Kauf einer Brille (Fassung und Korrekturgläser).
Gültig bis 30. November 2014.
Nicht kumulierbar mit anderen Vergünstigungen.
Siehe Konditionen im Geschäft.

**VISILAB SWISS
QUALITY LABEL**

Visilab in Ihrer Region • Olten: Hauptgasse 34