

# Antistress-Kurse für Manager

**BERN.** Drei Oberländer wollen Manager in die freie Natur locken. Malen, Angeln und Heuen sollen den Führungskräften Entspannung bringen.

«Die Unsicherheit der Wirtschaftskrise sorgt bei vielen zunehmend für Stress», weiss der Berner Arbeitspsychologe Herbert Kubat. Dies spürt auch Barbara Hochstrasser von der auf Burnout spezialisierten Privatklinik Meiringen: «Wir haben einen Anstieg von Stressfolgeerkrankungen wie chronische Müdigkeit, Burnout und Depressionen.» Die Experten sind sich einig:

«Wir haben einen Anstieg von Stressfolgeerkrankungen wie chronische Müdigkeit, Burnout und Depressionen.»

**Barbara Hochstrasser**  
Chefärztin Privatklinik Meiringen.

«Ein wichtiges Gegenmittel heisst Entspannung.»

Diese können Stressgeplagte neu in einer einfachen Jagdhütte im Berner Oberland finden: Aktivitäten wie Malen, Schnitzen, Heuen, Holzen und

Fischen sollen helfen, den Büroalltag zu vergessen. «Allein schon die Bergwelt wirkt entspannend», sagt Erich Sterchi. Zusammen mit zwei Kollegen hat der Oberländer Bergnatur

Pur gegründet, eine Art Burnout-Prophylaxe für Führungskräfte. Auf Extremes wie Canyoning und Riverrafting verzichtet er dabei bewusst: «Die Auszeit soll nicht auch noch Stress bedeuten.» Sein Kon-

zept stösst auf offene Ohren: Die Privatklinik Meiringen hat bereits Interesse an einer Ko-

operation angemeldet. Einen anderen Ansatz bietet der Kientalerhof in Kiental mit

Entspannungs-Golf und Shiat-su-Massagen. **NINA JECKER**  
[www.bergnatur-pur.ch](http://www.bergnatur-pur.ch)



Das Wild im Oberland beobachten: Dies ist eine von vielen Aktivitäten, die Stress abbauen sollen.

## Wahlen: Plattform für Kandidatinnen

**BERN.** Berner Politikerinnen treten für die Wahlen 2010 gemeinsam auf. Auf einer Homepage werben sie für mehr Frauen-Power in Parlament und Regierung. «Es ist höchste Zeit, dass die Hälfte der Sitze mit Politikerinnen besetzt wird», so Regula Furrer von der Frauenzentrale BE, die die Seite aufgeschaltet hat. Die Vorteile liegen für sie auf der Hand: «Frauen politisieren sachbezogener, offener und kompromissbereiter.» Um die richtige Volksvertreterin zu finden, können sich Wähler und Wählerinnen online Porträts der einzelnen Kandidatinnen – von den Grünen bis zur SVP – anschauen. Eine Anleitung hilft zudem wahlfaulen Bernern beim Ausfüllen der Zettel. Furrer: «Sucht euch für die



Freche Slogans im Wahlkampf.

Wahlen 2010 Politikerinnen aus, die eure Interessen vertreten.» Denn nur mit einem Anteil von 50 Prozent Frauen sei ein Rat repräsentativ für die Schweizer Bevölkerung. **NJ**  
[www.frauenwahlen-be.ch](http://www.frauenwahlen-be.ch)

## Informant wurde nicht enttarnt

**BERN.** Die Suche nach einem anonymen Informanten in der Berner Kantonsverwaltung ist im Sand verlaufen: Die Untersuchung konnte nicht klären, wer die vertraulichen Dokumente zu den horrenden Abgangsschädigungen von

Kaderbeamten den Medien zugespült hatte. Durch diese Indiskretion kam letzten Sommer auch ans Licht, wie eifrig hohe Beamte Überstunden abgerechnet hatten. Geheimpapiere sollen künftig sorgfältiger behandelt werden.

## Maskierter Mann raubt Denner aus

**THUN.** Ein maskierter Mann hat am Dienstag um 19 Uhr die Denner-Filiale an der Burgstrasse überfallen. Er überraschte zwei Angestellte, als diese den Laden durch den Lieferanteneingang verlassen wollten, und drängte sie ins Innere zurück. Dort bedrohte er sie mit einer Faustfeuerwaffe und verlangte

Geld. Die Beute in noch unbekannter Höhe steckte der Räuber in eine rote Denner-Kühltasche und flüchtete in unbekannte Richtung. Der Mann sprach Dialekt mit Akzent. Die Kapo Bern hat einen Zeugenauftrag erlassen: Der Gesuchte ist rund 180 cm gross, schlank und trug dunkle Kleider.

## Mit selbstgemalten Plakaten gegen die BKW-Kraftwerke



**BERN.** Die Grossratskandidaten Lukas Harder und Reto Gasser malten gestern zusammen mit Passanten ihre Wahlplakate. Wie allen Parteien stellt der Kanton ihrer Liste «Kein Klimaschaden aus

Bern» 30 Plakatstellen zur Verfügung. Die Aktion sollte nicht nur die Parteikasse schonen: Die Mitwirkenden wurden aufgefordert, den Dreck zu malen, den die BKW-Kraftwerke ausstossen. **FOTO: MAR**

## Politik gegen Ticket-Filz

**BERN.** «Der Vorverkauf für die Veranstaltungen im Stade de Suisse muss in Zukunft fair ablaufen», verlangt SP-Stadträtin Patrizia Mordini. Für die Konzerte von AC/DC und Muse seien viele Tickets auf dem Graumarkt gelandet statt bei den Fans, die lange dafür angestanden seien. Die Stadt muss nun klären, wie sie dies verhindern könnte. Mordini will auch wissen, ob das Stade de Suisse die Firma Ticketcorner mittels Absprachen bevorzugt.

ANZEIGE

**MariNatal**  
61 Halle 120  
05. - 07. Februar 2010  
**hochzeitsmessen . ch**