ALLEGRA

Informations- und Veranstaltungsmagazin
Engiadina Bassa, Val Müstair, Samnaun

Nr. 3 | 8. Januar - 29. Januar 2021

www.allegra.online

Eis – eine kühle Liebe Seite 18

Die weite Welt vor der Haustüre Seite 34

Engadin Samnaun Val Müstair – pür e cumplet.

Lassen Sie sich vom Engadiner Sternenhimmel verzaubern.

Mehr Infos und Buchung unter www.bergbahnen-scuol.ch/fondue-gondel

Engadin Scuol
Bergbahnen

Inhalt

Editorial	**Nix ist fix**	**5**
Sbrinzlas	**Desinfektions-Dispenser**	**6**
	Aura – ein neues Juwel in Scuol	**6**
	Yoga und Ayurvedische Massagen im Center Augustin in Scuol	**8**
	Gesundheitstrampolin in Sent	**8**
Natur	**Fördern Biosphärenreservate kreative Ansätze für nachhaltige Projekte?**	**10**
Aktuell	**Skifahren für alle dank dem Dualski**	**14**
Aktuell	**Wellnessen mit Zertifikat**	**15**
Sast amo?	**Benzin und schöne Autos**	**16**
Thema	**Eis – Eine kühle Liebe**	**18**
Fundstück	**Skilehrer auf Zeit**	**25**
Pagina Rumantscha	**«Eu nu sa scriver bain avuonda!»**	**26**
Interview	**Die Trinkhalle ist ein Architekturjuwel**	**28**
Portrait	**Variationen über fester Struktur**	**34**
Lieblings-rezept	**Bapis Mexicaine Old El Paso Style**	**47**
Zahlen erzählen	**Wieviel es «schneielet und beielet»**	**51**
Lö chod	**Juata, Val Müstair**	**53**
3 Wünsche	**Fabian Schorta wünscht sich, dass …**	**62**
Preisrätsel		60
Service		
Impressum		5
Die Region auf einen Blick		32
Notfallnummern		62

Titelbild: Dieses Eis aus dem Lai Nair ist noch nicht abgebaut. Bild: Dominik Taeuber

Thema: Eis kann ganz fest sein und am nächsten Tag schon geschmolzen – birgt also viele Veränderungen und Überraschungen. Genauso wie unsere gegenwärtige Zeit. Wieso also nicht dem gefrorenen Wasser mal etwas mehr Aufmerksamkeit widmen. → **Seite 18**

Portrait: Otmar Derungs ist Bildermaler aus Strada. Erstaunlich bei ihm ist, dass er in der Musik, der Kunst und im Leben stets über fixe Grundstrukturen improvisiert. → **Seite 34**

Natur: Wie gestalten Unternehmen und andere Initiativen aus dem Val Müstair und dem Engadin die nachhaltige Nutzung ihrer Heimat – und wie wird durch das UNESCO Biosphärenreservat Engiadina Val Müstair Unterstützung geleistet? → **Seite 10**

DIREKT BEI DER TALSTATION

TÄGLICH 8 – 18 UHR GEÖFFNET AUCH SONNTAGS!

The rent experts

TALSTATION

Ski und Snowboard-
VERLEIH | VERKAUF | SERVICE
Grosszügiges Skidepot! Lassen Sie Ihre Ausrüstung direkt an der Talstation übernachten.

SKI-DEPOT ÜBER NACHT

Unser top modernes Rent Center ist auch am Sonntag geöffnet! Täglich durchgehend von 08.00 – 18.00 Uhr

ZENTRUM SCUOL

Lassen Sie sich in unserem Geschäft an der Hauptstrasse von der grossen Auswahl an Sportartikeln, Bekleidung und Accessoires begeistern!

BERGSTATION

An der Bergstation können Sie bequem:
MIETEN | TESTEN | WECHSELN

Ausserdem betreiben wir dort auch eine Reparatur- und Servicestation.

sport heinrich scuol

Hauptstrasse 400
7550 Scuol
Tel. 081 864 19 56
www.sport-heinrich.ch
info@sport-heinrich.ch

INTERSPORT Rent

IMPRESSUM

Das «Allegra» ist das offizielle Informations- und Veranstaltungsmagazin für die Region Engadin Samnaun Val Müstair.

Herausgeber
Tourismus Engadin Scuol Samnaun Val Müstair AG (TESSVM) im Auftrag der Region Engiadina Bassa/ Val Müstair.

Verlag
Gammeter Media AG
Scuol / St. Moritz

Redaktion
Jürg Wirth, Angela Brunies
c/o Tourismus Engadin Scuol Samnaun
Val Müstair AG, 7550 Scuol, Tel. 081 861 88 21
allegra@engadin.com, allegra.online

Inserate
Gammeter Media AG
Via Surpunt 54, 7500 St. Moritz
Tel. 081 837 90 00
Stradun 404, 7550 Scuol, Tel. 081 861 60 60
werbemarkt@gammetermedia.ch

Satz und Druck
Gammeter Media AG
Via Surpunt 54, 7500 St. Moritz
Tel. 081 837 90 90
satz@gammetermedia.ch

Allegra-Abonnement
Pro Saison: Fr. 45.00 (Schweiz), im Jahr: Fr. 90.00
Ausland zuzüglich Portokosten, Tel. 081 837 90 80

Veranstaltungskalender
Tourismus Engadin Scuol Samnaun Val Müstair AG
7550 Scuol, Tel. 081 861 88 00
chalender@engadin.com
Meldeformular für Veranstaltungen:
engadin.com/Allegra

Kommende Ausgaben

Erscheinungsdaten:			**Redaktionsschluss:**
Winter	Nr. 4	29. Januar	5. Januar
Winter	Nr. 5	26. Februar	2. Februar
Winter	Nr. 6	26. März	2. März
Sommer	Nr. 1	30. April	30. März
Sommer	Nr. 2	4. Juni	4. Mai

Für unverlangt eingesandtes Text- und Bildmaterial sowie fehlerhafte Informationen übernehmen weder Redaktion noch Verlag die Haftung.

Auflage
11'000 pro Ausgabe

Klimaneutral
Druckprodukt
ClimatePartner.com/11223-2012-1001

Nix ist fix

Jürg Wirth, Redaktor

Wir leben in ungewöhnlichen Zeiten. Was heute noch galt, ist morgen nicht mehr. Die Zukunft, sie findet zwar statt, nur ist sie noch ungewisser als sonst schon. Schöne Gewohnheiten wie ein Händedruck oder eine Umarmung, sie sind geschmolzen wie Eis an der Sonne.

Gerade deshalb bildet das Thema respektive dessen Inhalt unsere Zeit präzise ab. Eis wirkt und ist fest und hart, bildet die schönsten Formen und Figuren, bis die Sonne kommt oder im besten Fall sich der Eiswürfel im Drink auflöst. Dann wird er zu Wasser und davon hat's ja in Scuol auch ziemlich viel. Und nicht nur irgendwelches Wasser, sondern mitunter die weltbesten respektive wirksamsten Mineralwasser, so jedenfalls sahen das die Experten früher. Mit dieser Einschätzung befeuerten sie den ersten Tourismus in der Gegend, der bald zur grossen Blüte führte und illustre, wohlhabende Gäste aus ganz Europa und der halben Welt anlockte. Stumme und leider verfallende Zeitzeugin ist die Trinkhalle in Nairs. Diese zu retten, diesem Ziel hat sich der Verein Pro Büvetta verschrieben, deren Präsident, Christian Müller sagt, wie er dies bewerkstelligen will.

Doch mit dem wahrscheinlich besten Mittel in und gegen unruhige Zeiten wartet Otmar Derungs auf. Er setzt auf fixe Grundstrukturen, um dann über sie zu improvisieren. Sei es in der Musik, wo er sich auf das Gerüst des Blues stützt, um sich darüber auszutoben oder in der Malerei, wo er seit Jahren Bilder mit gleichen Motiven malt, um diese dann immer wieder leicht zu variieren.

In die weite Welt hat es ihn nie gezogen, ihm genügt seine nahe Umgebung. Diese allerdings betrachtet er genau und findet immer wieder Neues. Wenigstens das ist fix.

Ich wünsche viel Vergnügen und etwas Gewissheit beim Lesen

Jürg Wirth, Redaktor

SBRINZLAS

Desinfektions-Dispenser

Eigentlich wollte Ruedi Nuolf aus Vulpera nur eine Sprühpistole für Desinfektionsmittel bestellen. Doch nun verkauft er Dispenser mit Desinfektionsmittel – und das kam so. «Ich war zur richtigen Zeit am richtigen Ort» strahlt Nuolf. Denn die Firma Hausammann in Zürich, von der er die Sprühpistole beziehen wollte, wies ihn darauf hin, dass sie auch ganze Dispenser inklusive Desinfektionsmittel verkauften. Nuolf, ganz Geschäftsmann, zögerte nicht lange und begann die Dispenser zu beziehen und in ganz Graubünden zu verkaufen. Als ehemaliger Heizungs- und Sanitärberater verfügt er über ein grosses Beziehungsnetz, was sich positiv auf die Verkäufe auswirkt. Mittlerweile hat er schon über 240 Dispenser verkauft. Die stehen in Banken, Hotels, Schulhäusern, bei den Bergbahnen oder auch beim Tourismusverein. Die Dispenser kosten 300 Fr. pro Stück, darin inbegriffen sind Montage und Lieferung. Selbstverständlich übernimmt Nuolf auch den Service, wenn es sein muss, auch mal nach Feierabend.

Aura – ein neues Juwel in Scuol

Martina Etter und Adrian Barbüda leben als junge Familie mit ihren drei Kindern in Scuol und verwirklichen ihren Traum. An der Via da la Staziun 410a, vis-à-vis der ehemaligen Bikeria eröffnen sie Aura. Aura soll ein Ort des Wohlfühlens sein, des Entspannens und des Loslassens vom hektischen Alltag. Dazu dienen sollen wohltuende Tees, Kerzen, Kräuter, Räucherwerk, Schaumbäder, Seifen und himmlische Klänge. Die Düfte im Laden vermitteln das Gefühl, inmitten der Natur zu sein. Ihr grosses Augenmerk liegt darauf, sinnvolle Alternativen zu Plastik zu bieten sowie auf der Verwendung von Recyclingmaterial. Die beiden freuen sich über Besuch, und ein wohltuender Tee steht immer bereit.

Zudem werden die beiden ab Mitte 2021 von Luzia Zischg auch die Grotta da Mineralias übernehmen.

aura-scuol.ch

ZEGG.CH

HOTELS & STORES

HOTELS & SPA

Chasa Montana Hotel & Spa****s
Chalet Silvretta Hotel & Spa****
Apparthotel Garni Nevada***

ZOLLFREI-GESCHÄFTE

ZEGG Watches & Jewellery
ZEGG Haute Parfumerie Arcada
ZEGG Duty Free Arcada/ZEGG Cigars
ZEGG Boutique Romaine
ZEGG Sport & Mode
ZEGG 3000
Shopping Nevada

GASTRONOMIE

Restaurant-Trattoria La Pasta
Gourmet-Stübli La Miranda
Raclette-Fondue La Grotta (Winter)
Bündner Stube
US-MEX-Restaurant El-Rico

BOUTIQUE ROMAINE

MO.-SA. VON 09:00 BIS 18:30 UHR
SONNTAG VON 10:00 BIS 18:30 UHR
Dorfstrasse 17, CH-7563 Samnaun
T: +41 81 861 90 04

www.zegg.ch
Follow us on Instagram
@zegg_stores #zeggstores

ÖFFNUNGSZEITEN & INFORMATIONEN

www.zegg.ch
Tel. Geschäfte: 081 868 57 57
Tel. Hotels: 081 861 90 00
CH-7563 Samnaun-Engadin

Yoga und Ayurvedische Massagen im Center Augustin in Scuol

Rahel Famos und Leah Rosenast. Bild: Mayk Wendt

Was in den Städten gang und gäbe ist, suchten Einheimische und Gäste im Unterengadin bis anhin vergeblich: ein belebtes Yoga-Studio. Dies ändert sich nun, denn Rahel Famos, gebürtige Engadinerin, bietet neu im Center Augustin regelmässig Yoga-Stunden an. Und da Yoga bekanntlich zum Ayurveda und einer ganzheitlichen Heilkunst gehört, komplettiert Leah Rosenast das Angebot mit ayurvedischen Massagen.
Kontakt und Anmeldung Yoga:
Rahel Famos, yogamotata.ch
Kontakt und Terminvereinbarung Ayurvedische Massagen:
Leah Rosenast, Tel. 076 256 57 01

Gesundheitstrampolin in Sent

In Sent bietet Sabrina Schweizer Unterricht auf dem Gesundheitstrampolin an. Das Trampolin ist klein und rund, ungefähr in den Dimensionen eines Mini-Trampolins. Gesprungen wird allerdings eher wenig, die Schülerinnen und Schüler von Sabrina Schweizer bewegen sich auf dem Trampolin mit verschiedenen Schritten und Übungen zur Verbesserung der Koordination, des Gleichgewichtes und zur Stärkung der Muskulatur.

Bislang gibt es zwei verschiedene Klassen, eine «wildere» und eine «ruhigere». Die «Wilden» absolvieren ein schweisstreibendes Power-Workout zu mitreissender Musik. Die «Ruhigeren» bestreiten ein therapieähnliches Training, das bei Rücken-, Knie- oder Hüftschmerzen hilft oder auch gegen Beckenbodenschwäche. Zudem gibt's noch einen Kurs für Senioren zur Verbesserung der Beweglichkeit.

Auf Anfrage kann auch Privatunterricht gebucht werden, und selbstverständlich werden in Zeiten wie diesen auch Kurse über Video abgehalten.

VALENTIN
VINOTECA

Valentin Vinoteca | Stradun 386 B | 7550 Scuol
www.valentin-vinoteca.ch

GuardaVal

Gault&Millau

Engadiner Boutique-Hotel GuardaVal | Vi 383 | 7550 Scuol
www.guardaval-scuol.ch

Auf dem Weg zu nachhaltigen Verhältnissen müssen viele Fäden zusammenlaufen. Biosphärenreservate können rahmengebende Orientierung und Unterstützung bieten. Besichtigung der Tessanda Handweberei in Santa Maria Val Müstair. Bild: Nils Untha

Fördern Biosphärenreservate kreative Ansätze für nachhaltige Projekte?

Jacob Heuser, Nils Unthan, Judith Schäfernolte; Universität Innsbruck//**Wie gestalten Unternehmen und andere Initiativen aus dem Val Müstair und dem Engadin die nachhaltige Nutzung ihrer Heimat – und wie wird durch das UNESCO Biosphärenreservat Engiadina Val Müstair Unterstützung geleistet?**

Deutlich spürbare gesellschaftliche Herausforderungen lassen die Gewissheit wachsen, dass sozial-ökologische Konzepte oder Modelle für die nachhaltige Entwicklung dringend notwendig sind. Dabei rückt, neben unserem sozialen Miteinander, auch der Umgang mit der uns umgebenden Natur in den Blickpunkt.

Der Einbezug des Zusammenspiels zwischen Mensch und Natur ist eine gesamtgesellschaftliche Herausforderung, die vor Ort, in unseren Regionen, angegangen werden muss. Ansatzpunkte sind unsere Art zu wirtschaften sowie unsere alltäglichen Handlungen. Dieser tiefgreifende gesellschaftliche Wandel kommt ohne neue, vielleicht auch experimentelle Ideen, und der Bereitschaft, Unsicherheiten und mitunter auch Rückschläge

Was macht einen guten ‚Nährboden' für kreative Initiativen aus? Mid-term Meeting und Workshop der Projektpartner in Vnà. Bild: Reutz, Unthan 2020

in Kauf zu nehmen, nicht aus. Gesucht werden neue soziale Praktiken, die auch mit einer Rückbesinnung auf traditionelle kulturelle Techniken einhergehen können.

Die Bewältigung dieser Herausforderungen ist eine Gemeinschaftsaufgabe, bei der Biosphärenreservate eine rahmengebende und unterstützende Rolle einnehmen können. Zentrale Bausteine bei der Bewältigung sind von der Bevölkerung initiierte und getragene Ansätze für Veränderungen. Nur so kann der Weg zu einer Modellregion, die sich als beispielhaft für die nachhaltige Gestaltung des Verhältnisses zwischen Mensch und Natur auszeichnet, erfolgreich beschritten werden.

Austauschtreffen in Vnà

CRAFT untersucht diesen Themenkomplex im UNESCO Biosphärenreservat Engiadina Val Müstair und dem ebenso beteiligten UNESCO Biosphärenpark Grosses Walsertal (AT). Durchgeführt wird das Projekt von der Universität Innsbruck und der Zürcher Hochschule für angewandte Wissenschaften, im engen Austausch mit den jeweiligen Verantwortlichen für das Biosphärenmanagement Engiadina Val Müstair und Grosses Walsertal.

Mit dem Ende des ersten Projektjahres trafen sich die Projektpartner*innen aus Österreich und der Schweiz im August für einen konsolidierenden Austausch im schönen Vnà. Auf der Tagesordnung standen der Austausch über die Projektfortschritte und die Diskussion erster Ergebnisse sowie ein Workshop zu der Frage

parc naziunal svizzer
echt wild

wie das UNESCO Biosphärenreservat einen guten ‚Nährboden' für die lokalen und regionalen kreativen Initiativen bereiten kann. Als ein Ergebnis stellte sich heraus, dass seitens der Biosphärenreservate eine eindeutige proaktive Ansprechperson, die offen die Zusammenarbeit mit den Initiativen in der Region sucht, ein zentraler Faktor ist. Initiativen, die kreativ und experimentell an ihren Projekten arbeiten, brauchen als guten Nährboden eine Umgebung, in der Erfolg oder Misserfolg nicht vorschnell beurteilt wird. Ein Voneinander-Lernen und langfristige Unterstützung sollen ermöglicht werden.

Kommen Sie als Initiative, Unternehmer*in oder als Privatperson mit ihren Aktivitäten mit dem UNESCO Biosphärenreservat Engiadina Val Müstair in Berührung? Welche Faktoren befördern oder hindern Sie in Ihren Aktivitäten? Und wie stehen Sie zu den oben dargelegten Eindrücken?

Im Rahmen des Projektes führen wir Gespräche mit neuen sowie etablierten Initiativen und Unternehmen, wie auch mit Privatpersonen, um:diese Akteure besser kennenzulernen und ihre Beziehungen zu ländlich-peripheren Biosphärenreservaten und ihrer umgebenden Region besser zu verstehen;zu verstehen, welche Rolle Biosphärenreservate als Plattform für innovative und kreative Ansätze bei der Gestaltung sozial-ökologischer Übergänge spielen und spielen können;zu erkennen, welche Unterstützungsmechanismen und Handlungsräume sich durch

Gemeinsame Forschung zur Gestaltung nachhaltiger Verhältnisse (Dank an Curdin Tones/ Somalgors 47).
Bild: Nils Unthan

Biosphärenreservate für Initiativen generell eröffnen und relevant sein können.

Die Zusammenarbeit der Wissenschaft mit Akteuren aus der Region ist unabdingbar für ein erfolgreiches Umsetzen des Projektes und der Projektideen. In diesem Sinne sind wir auf Ihre Unterstützung angewiesen, insbesondere in den schwierigen Zeiten der Covid-19-Pandemie. Es wäre einfacher, Sie direkt zu besuchen und im gemeinsamen Austausch die, vielleicht sehr theoretisch erscheinenden, Fragen zu diskutieren. Das geht leider nicht, daher **würden wir uns sehr freuen, wenn Sie,falls Sie eine Projektidee im Sinne des nachhaltigen Wirtschaftens haben, an der Befragung über den nebenstehenden QR-Code teilnehmen würden.**

Wir wollen so grundlegende Informationen über bestehende und sich entwickelnde Initiativen erheben, die sich mit alternativen, kreativen Ansätzen für lokale bis globale gesellschaftliche Herausforderungen beschäftigen.

Wir bedanken uns bei Ihnen vielmals im Voraus und freuen uns auf Ihre Teilnahme und hoffentlich auf einen echten Austausch im Sommer 2021.

Was bedeutet CRAFT?

CRAFT (CReative Approaches For socio-ecological Transitions) ist eine vergleichende Studie über UNESCO Biosphärenreservate als Motor bottom-up basierter Innovationen und wird im Rahmen des*Man and the Biosphere Programm*von der österreichischen Akademie der Wissenschaften (ÖAW) und der Akademie der Naturwissenschaften Schweiz (SCNAT) gefördert. Die wissenschaftliche Leitung liegt bei der Universität Innsbruck und der Zürcher Universität für angewandte Wissenschaften (ZHAW).

Burnout – wenn Körper und Geist ausgebrannt sind

OSPIDAL
CENTER DA SANDÀ ENGIADINA BASSA
GESUNDHEITSZENTRUM UNTERENGADIN

Wer permanent seine Kraftreserven aufbraucht und seinem Körper und seinem Geist keine Möglichkeit zur Erholung gibt, kann ein Burnout erleiden. Die Corona-Krise begünstigt die Krankheit noch zusätzlich.

Es trifft vor allem engagierte und produktive Menschen, die an sich selbst und an ihr Umfeld hohe Erwartungen stellen. Betroffen sind Berufe, die sich um Menschen kümmern oder viele Kundenkontakte haben – wie Ärzte, Pflege- und Betreuungspersonal, Polizisten, Sozialarbeiter, Rechtsanwälte oder Lehrer. Extrem anfällig für ein Burnout sind Frauen, die Doppelbelastungen ausgesetzt sind. Beruf, Kinder, Haushalt müssen bewältigt werden, und Frauen wollen es allen recht machen. «Im Hintergrund stehen immer die Erwartungen, die man an sich selbst hat. Es wird viel investiert, jedoch bekommt man selten Rückmeldung und Bestätigung», erklärt Melitta Breznik. Sie ist Leitende Ärztin Integrative & Komplementäre Medizin sowie Fachärztin Psychiatrie & Psychotherapie FMH am Center da sandà Engiadina Bassa (CSEB).

Melitta Breznik

Ein Gefühl der Leere

Idealismus, Verantwortungsbewusstsein, Perfektionsstreben, Zwanghaftigkeit sowie der Wunsch, alles selbst machen zu wollen, gehören zu den Risikofaktoren. Doch auch eine schlechte Ausbildung und die fehlende Fähigkeit, sich selbst und anderen Grenzen zu setzen, können zu einer Erschöpfung beitragen. Weitere Faktoren sind eine stetig stärkere Arbeitsbelastung, zu unpersönliche Kontakte, die fehlende Möglichkeit, sich selbst und seine Ideen in den Arbeitsablauf mit einzubringen. Auch mangelnde Anerkennung durch den Chef oder durch die Kollegen können einen schneller ausbrennen lassen. «Eine weitere Rolle spielt hier auch Einsamkeit, wenn man sich nicht mit anderen über die Arbeit und seine Sorgen austauschen kann, oder es gar keinen Grund gibt, sich von der Arbeit abzugrenzen, weil Alternativen in der Freizeit fehlen», sagt Breznik. Es beginnen körperliche Beschwerden wie Kopfschmerzen, Verdauungsprobleme, Schlafstörungen, man kann sich nicht mehr entspannen. Ein Gefühl der Sinnlosigkeit und Leere taucht auf, man fühlt sich nicht mehr zugehörig zur Umwelt, bis zuletzt sogar Selbstmordgedanken auftauchen.

Entspannung und Erholung

«Nach Ausbruch der Erkrankung spielen ausreichende Erholungsphasen, ein gesunder Lebenswandel und gezielte Entspannungstechniken eine entscheidende Rolle», sagt Breznik. Die Betroffenen müssen lernen, «Nein» zu sagen, ohne sich dabei schuldig zu fühlen, oder das Gefühl zu entwickeln, versagt zu haben. Ausserdem geht es laut der Fachärztin darum, berufliche Ziele realistisch einzuschätzen, Überforderungen schnell zu erkennen und ihnen entgegenzuwirken und das Arbeitspensum auf einem verträglichen Level zu halten. «Häufig steckt eine Depression oder eine andere psychische Erkrankung hinter den Anzeichen des ‹Ausgebranntseins›», weiss Breznik. In Zeiten von Corona gelte für die Betroffenen umso mehr, gut für sich zu sorgen. Die Behandlung des Burnout ist keine kurzfristige Massnahme. «Sie dient dazu, langfristig die Lebensgewohnheiten und die Selbsteinschätzung des Betroffenen zu verändern und Bewältigungsstrategien für den Alltag zu vermitteln», hält Breznik abschliessend fest.

Der Skilehrer freut sich genauso wie der Dualski-Pilot.

Der Skilehrer fährt hinter dem Dualski und führt diesen.

Skifahren für alle dank dem Dualski

Jürg Wirth//**Bereits im dritten Winter bietet die Schweizer Skischule Scuol-Ftan in Zusammenarbeit mit der Stiftung Cerebral Schweiz Dualskis samt Skilehrer zum Mieten an.**

Wollen Menschen mit einer Behinderung oder Rollstuhlfahrer mal wieder Pistenspass erleben, so bot sich bis jetzt nur der Monoski an. Allerdings setzte dieser bereits ein gesundes Mass an Fitness, Gleichgewicht und etwas Mut voraus. Anforderungen, die nicht alle gleich stark mitbringen.

Deshalb haben Stephan Gmür von der Tourismus Engadin Scuol Samnaun Val Müstair AG und selbst Rollstuhlfahrer sowie die Schweizer Skischule Scuol-Ftan in Zusammenarbeit mit der Stiftung Cerebral ein neues Angebot erarbeitet. Dualski heisst die Lösung dabei. Dieser sieht etwas aus wie diese Jogging-Kinderwagen, einfach auf Skiern, auf zwei Skiern notabene, deshalb der Name. Der Skilehrer «führt» den Dualski, indem er hinter diesem fährt und ihn steuert. Die Pistensportler auf dem Dualski können sich somit alleine auf das Pistenvergnügen konzentrieren und freuen. Fittere Menschen legen sich in die Kurven und erhöhen den persönlichen Spass dadurch noch mehr, die anderen lassen sich einfach manövrieren, was ihrem Genuss keinen Abbruch tut.

Dualski auf Reservation

Auch wenn das Angebot äusserst verlockend klingt, so empfiehlt Stephan Gmür auch aus eigener Erfahrung nicht mehr als zwei, drei Stunden hintereinander Dualski zu fahren. Weil die Passagiere ihre Beine nicht bewegen können, würden diese sehr schnell kalt werden, weiss Gmür.

Wer jetzt den Dualski mal ausprobieren möchte, reserviert diesen vorgängig, damit er auch frei ist. Schliesslich haben die Skischulen nur zwei Stück auf Lager. Die Reservation für den Schlitten ist gratis, der «mitgelieferte» Skilehrer aber wird zum normalen Privatskilehrer-Tarif verrechnet. Dies sind CHF 290.00 für vier Stunden. Rollstuhlfahrer schweben mit der Gondel hoch auf die Motta, können dort, wenn's sein muss, noch kurz auf die Toilette und nehmen dann Platz im Dualski. Sessel- und Skilifte sind damit problemlos zu meistern, sagt Stephan Gmür. Und los geht's, und dem barrierefreien Skivergnügen steht nichts mehr im Wege.

Für weitere Informationen und Reservation: www.scuol-ftan.ch

Entspannen und Erholen im Aussenbecken des Bogn Engiadina. Bild: Johannes Fredheim

Erholen und Entspannen lässt es sich auch beim Winterwandern. Bild: Andrea Badrutt, Chur

Wellnessen mit Zertifikat

Jürg Wirth//**Seit 2008 ist Scuol zertifizierte «Wellness Destination». Eben hat sich die Unterengadiner Metropole die Auszeichnung für weitere drei Jahre bis und mit 2023 verdient. Weshalb? Lesen Sie selbst.**

Alle drei Jahre vergibt der Schweizer Tourismus-Verband das Label für die «Wellness Destination». Seit Bestehen des Labels im Jahre 2008 ist Scuol immer damit ausgezeichnet worden. Offensichtlich scheint man im Unterengadin vieles richtig zu machen. Basis für die Zertifizierung sind die vier Säulen der Wellness-Philosophie, wie sie der Tourismus-Verband definiert hat. Diese sind Erholung für Körper und Geist, Bewegung Indoor und Outdoor, Ernährung und Behandlungen.

Was Erholung für Körper und Geist angeht, so startet das Unterengadin quasi aus der Poleposition. Die intakte Natur, die vielfältige Landschaft und die natürlichen Mineralquellen bieten den perfekten Rahmen zur Erholung. Wohl kann man sich auch Indoor bewegen, zum Beispiel im Origym oder in einer der Sporthallen. Im Bogn Engiadina wird in reinem Mineralwasser gebadet, sowohl drinnen als auch draussen, mit Blick auf die Engadiner Berge. Wer es etwas privater mag, besucht das römisch-irische Bad. Gerade wegen der eindrücklichen Natur ist das Unterengadin jedoch primär auf Outdoor-Bewegung ausgelegt respektive angelegt. Und diesbezüglich sind die Möglichkeiten breit, reichen vom Wandern und Biken über Trailrunning, Bergsteigen, Tourenfahren, Langlaufen, Pistensport, Eislauf, Hockey, Curling und was das Herz noch weiter begehrt. Auch die Ernährung kommt nicht zu kurz, sei es in einem der Restaurants oder Hotels mit einheimischen Spezialitäten, regionaler oder gluten- und laktosefreier Küche, genauso wie vegetarisch, aber auch Exotisches wie beispielsweise Thailändisch findet man in Scuol. Und was die Behandlungen angeht, so besticht Scuol ebenfalls durch ein dichtes Angebot von Massage, Physio oder Kraniosacraltherapie, bis hin zu den klassischen Angeboten im Gesundheitszentrum Engiadina Bassa, wo beispielsweise auch die Komplementärmedizin eine wichtige Rolle spielt.

Eigentlich nur logisch, dass Scuol das Label wiederbekommen hat und Grund genug zu testen, ob dies auch tatsächlich verdient ist. Fangen Sie an.

WELLNESS
Destination

SAST AMO?

Benzin und schöne Autos

Jürg Wirth//**61 Jahre alt ist die Alpina-Tankstelle in Samnaun, die einzige mitten im Dorf. Die Familie Zegg als Betreiberin erinnert sich an die Anfänge und einen guten letzten Sommer.**

Als die Alpina-Tankstelle in Samnaun eröffnete, waren die Autos noch schön, dafür nicht so gross. Wichtig waren damals feine, geschwungene Linien und elegante Formen, anstelle von schierer Masse. Porsche 356A, BMW 507 oder Mercedes Benz 300 heissen die Lösungwörter dazu. Man schrieb das Jahr 1959, als Josef Zegg, als ältester der Zegg-Kinder, die erste Migrol-Tankstelle mitten in Samnaun eröffnete. Zuvor gab es eine Gulf-Tankstelle in Samnaun Compatsch und eine von Shell vor dem damaligen Hotel Prinz. Bald schon übernahmen Josefs Söhne die Tanke samt Pension. Deren Hauptaufgabe neben der, das Benzin in die Auto-Tanks zu lassen – das funktionierte früher nur mit einer Handpumpe – war es vor allem, das Benzin zur Tankstelle zu bringen. Das taten sie in Eigenregie mit verschiedenen Tankwagen, wie sich der langjährige Betreiber Hans Zegg erinnert: «Erst hatten wir einen Mercedes 337, auf den wir in Cesena einen Tank aufbauen liessen. Dann wechselten wir auf einen 90er-Mercedes, der fasste um die 6000 Liter Benzin, und 1976 kauften wir den letzten Tankwagen.»

Scheiben putzen und Öl wechseln

Und Benzin brauchten sie viel, denn die Tankstelle lief gut. Gut hätten sie damals verkauft, erinnert sich die versammelte Familie, zu der auch noch Sohn Johnny und die Mutter Regina gehören. Das heisst, es waren unzählige Fahrten zwischen Buchs im St. Galler Rheintal, wo sie das Benzin bezogen, und Samnaun nötig. Und wer die Strasse von Vinadi nach Samnaun kennt, weiss, dass diese Fahrten als abenteuerlich zu bezeichnen eher untertrieben ist. Schneeketten montieren und wieder demontieren im Winter war normal, trotzdem geriet der volle Lastwagen einmal von der Strasse und stürzte ins Val Cotschna. Glücklicherweise blieb der Fahrer unverletzt, und der Wagen wurde nur leicht beschädigt. Dank einer aufwendigen Rettungsaktion, zuerst musste das Benzin abgepumpt werden, konnte der Lastwagen wieder geborgen werden. Es waren früher auch die Zeiten, in denen nicht nur das Benzin von Hand gepumpt werden musste, sondern in denen der Tankwart auch gleich noch die Scheiben putzte, Öl, Wasser und Reifendruck kontrollierte oder auf Wunsch auch gleich mal einen Ölwechsel vornahm. Bei der Alpina-Tankstelle tat dies 42 Jahre lang Zivoijn Milanovic. Erst vergangenen Sommer sei er definitiv in seine zweite Heimat Serbien zurückgekehrt, sagt Familie Zegg. «Mit einem lachenden und einem weinenden Auge», fügen sie noch an und scheinen nicht nur den Tankwart damit zu meinen.

Jedenfalls seien die Geschäfte immer gut gegangen, sagen sie. Die Leute hätten getankt und dann auf der Terrasse des Alpina noch etwas gegessen, man habe es sich gutgehen lassen. Zu Beginn habe es auch noch nicht so viele Hotels und Restaurants in Samnaun gegeben, erinnert sich Frau Zegg.

Alleine die Vorschriften seien auch für sie immer strenger geworden, weshalb sie 1999 die Tankstelle totalrevidiert hätten.

Diesen Sommer haben sie allerdings auch in guter Erinnerung, weil viele Schweizer Gäste in Samnaun waren, die auch mehr Geld ausgegeben hätten. Und ganz besonders in Erinnerung haben sie die schönen Autos, die jeweils Sprit brauchten: Ferrari, Lamborghini oder Bentley zählt Johnny auf, und die Dame des Hauses erinnert sich begeistert an einen Cadillac, wie ihn auch Elvis Presley fuhr. Damals, als die Zeiten noch golden und die Autos schön waren.

Johnny und Hans Zegg vor «ihrer» Tankstelle. Bild: Jürg Wirth

Die Alpina-Tankstelle stammt aus einer Zeit, als die Autos noch schön, dafür nicht so gross waren. Bild: zvg

THEMA

Eis – Eine kühle Liebe

Eisklettern in der Clemgia Schlucht. Bild: Dominik Täuber

Zur Bildung von Eis braucht es Temperaturen unter Null und einen Kristallisationskeim. Bild: Niculin Meyer

Jürg Wirth//**Eis kann ganz fest sein und am nächsten Tag schon geschmolzen – birgt also viele Veränderungen und Überraschungen. Genauso wie unsere gegenwärtige Zeit. Wieso also nicht dem gefrorenen Wasser mal etwas mehr Aufmerksamkeit widmen.**

Eis ist der dritte Aggregatszustand von Wasser. Die anderen sind Dampf und eben einfach Wasser. Zur Bildung von Eis braucht es Temperaturen unter Null und einen Kristallisationskeim. Bei minus 30 Grad Celsius ist Eis so hart wie Kalkstein, bei Temperaturen über Null schmilzt es. Eis passt deshalb gut in die aktuelle Zeit der Ungewiss-

heit und der stetigen Veränderung. Was heute noch gilt, ist morgen bereits vorbei oder eben geschmolzen wie Eis an der Sonne oder im Drink.

A propos Drink respektive Kühlung. Diese war früher eine der Hauptaufgaben von Eis. Naturgemäss nicht im Winter, weil es dann sowieso kalt war, sondern im Sommer. Und das Hauptproblem bestand darin, das Eis vom Winter in den Sommer hinüberzuretten. Besonders gut gelang dies im Jura. Oberhalb von Couvet in der Hochebene von La Brévine liegt die Glacière de Monlési, eine eindrückliche Grotte, in der die Temperaturen im Winter bis auf minus 40 Grad fallen können und wo auch im Sommer immer ein kühler Wind weht. Aus diesem konzentrierten Gletscher bauten die Jurassier jahrelang Eis ab und verkauften es bis nach Paris.

Eis aus dem Lai Tarasp

Doch auch in unserer Gegend wurde Eis abgebaut, gelagert und zur Kühlung im Sommer verwendet. Produktions-

Auch zum Curling spielen braucht es Eis. Bild: zvg

quelle war der Lai da Tarasp. Tatsächlich wurde dieser auch nur dazu angelegt. Entweder, um Häuser bei einem Brand zu löschen oder eben für die Eisproduktion. Dazu wurden Blöcke aus dem Lai da Tarasp geschnitten und wegtransportiert. Allerdings nicht sehr weit, denn damals standen in unmittelbarer Umgebung die bedeutenden Kurhäuser wie Waldhaus oder Scuol Palace. So brauchten die Eisblöcke keine grossen Distanzen auf sich zu nehmen. Dort lagerten sie dann in extra angefertigten Kellern, genauso wie auch im Schloss Tarasp und kühlten die verderbliche Ware den Sommer über, um sie haltbar zu machen.

Unlängst erinnerte sich der Künstler Daniel Cotti aus Ramosch wieder an dieses alte Handwerk und liess es aufleben. Zusammen mit Helfern schnitt er mit der Motorsäge Blöcke aus dem Eis des Lai Tarasp, insgesamt 40 Tonnen. Daraus erbaute man einen Eispalast, der die Eiskönigin vor Neid hätte erblassen lassen.

Kleine Blöcke oder Eislichter

Jetzt haben aber nicht alle einen See vor der Haustüre, aus dem sie Blöcke schneiden könnten. Die Brunnen gefrieren nicht, und die Eisgewinnung aus Bächen und Flüssen ist zu gefährlich. Doch es gibt eine Lösung, die «Heimwerker-Variante» quasi. Dabei füllt man Plastikkisten mit Wasser, wartet, bis alles gefroren ist, löst den Block vorsichtig aus der Box, und fertig ist der erste Eis-Baustein. Wendet man dieses Verfahren für ein, zwei, viele Blöcke an, lässt sich daraus die perfekte Eisbar hochziehen oder gar ein kleines Iglu oder anderes Häuschen bauen. Der Fantasie sind jedenfalls keine Grenzen gesetzt.

Wer lieber Licht ins Dunkel bringen will, anstatt Klötze zu stapeln, ist mit Wasser im dritten Aggregatszustand ebenfalls gut bedient. Eislicht heisst das Stichwort hierzu. Das sind diese äusserst dekorativen Windlichter, die im Engadin zur Winterszeit viele Türen und Häuser zieren. Die Kerze scheint dabei im Eisblock eingefroren zu brennen.

Anstatt das Wasser in eine Kiste zu füllen, nimmt man einen Eimer oder auch eine Gugelhopfform. Der Trick ist nun der, das Wasser nicht ganz durchfrieren zu lassen, was allerdings nicht so einfach zu bewerkstelligen ist, weil schwierig zu erkennen. Also wiederum den Eiszylinder aus der Form lösen und dann ganz sanft den Deckel einschlagen, das Wasser ablassen, die Kerze reinstellen, anzünden und fertig ist das Windlicht aus Eis.

Natürliche Formen

Doch eigentlich ist immer schöner als handgemachtes Eis dasjenige, das in der Natur vorkommt. Angefangen beim gefrorenen See, möglichst schwarz. Falls dies nicht der Fall ist,

Ein Gugelhopf aus Eis. Bild: Jürg Wirth

lässt er sich zur Not auch schwarz räumen. Das Erlebnis danach, oder auf dem rein schwarz gefrorenen See, ist eines der dritten Art. Zieht man seine Linien übers Eis, begleitet einen ständig ein leichtes Knacken und Surren - das Eis lebt. Ein Blick auf die anderen Eiskunstläuferinnen und -läufer beruhigt dann etwas. Die sind schliesslich auch noch nicht eingebrochen. Es kann weitergehen mit dem Kurvenziehen.

Wer lieber gar kein Risiko eingehen will, spaziert am besten einem Bach oder Fluss entlang, denn da sind Ah- und Oh-Erlebnisse garantiert. Die Natur entwirft Formen, da würde unsereiner nie draufkommen. Kleine Zäpfchen, längere Stangen oder auch organisch runde Eisskulpturen. Nicht zu vergessen die Eiszapfen. Kinder brechen sie gerne ab, um sie zu lutschen wie Glacé. Ausnahmsweise könnten in diesen Zeiten auch mal Erwachsene wieder auf Kind machen. Vielleicht nicht unbedingt den Zapfen lutschen, ihn dafür als Laserschwert benutzen und damit allem Ungemach den Garaus machen.

Eissport

Und ja genau, Eis ist auch ein Sportgerät respektive die Unterlage dazu. Eisklettern zum Beispiel ist etwas für Menschen, die sich nicht vor pulsierenden Unterarmen und steilen Kraxeleien fürchten. Weil's keineswegs ungefährlich ist, denn, wie bereits erwähnt, Eis kann relativ rasch wieder in den anderen Aggregatszustand übertreten, sollte man diesen Sport den Experten überlassen oder zumindest einen dabei haben.

Curling und Eisstockschiessen sind da viel weniger gefährlich. Beide sind Teamsportarten, bei beiden geht es grob gesagt darum, die Stöcke oder Steine möglichst nahe an ein Ziel zu bringen. Doch gerade weil beide Teamsportarten sind, steht in der Schwebe, ob und wie diese durchgeführt werden können.

Gleiches gilt fürs Hockey, dort ist wenigstens klar, dass Kinder dieses Spiel ohne grosse Einschränkungen geniessen dürfen. Und geniessen sollte man auch den Eisweg in Sur En dürfen, wenn man das denn kann. Der drei Kilometer lange Rundkurs führt durch den märchenhaften Winterwald und bietet leichte Steigungen genauso wie die eine oder andere sanfte Abfahrt. Ein Spass für die ganze Familie, vorausgesetzt, alle fühlen sich auf den schmalen Kufen wohl und sicher.

Aber ganz sicher die angenehmste und ungefährlichste Variante – bei zurückhaltendem Konsum – sich mit Eis auseinanderzusetzen, sind die Würfel in den Drinks. Ihnen beim Schmelzen zuzuschauen, ist hochgradig meditativ und kann für kurze Zeit in einen anderen Bewusstseinszustand führen.

«Kinder sind in der Medizin keine kleinen Erwachsenen»

Die Kinder- und Jugendärztin Dr. med. Angela Chappatte (41) ist Teil der Gruppenpraxis Bogn Engiadina Scuol. Die Bündnerin über frühkindliche Vorsorgeuntersuchungen, farbige Schuhe und Schnittpunkte.

ARZTPRAXIS
BOGN ENGIADINA SCUOL

Angela Chappatte, mit Remo Largo ist kürzlich eine Koryphäe in der Entwicklungsforschung der Kinder- und Jugendmedizin gestorben. Welche Bedeutung hat er für Sie?
Remo Largo ist ein grosses Vorbild. Er hat die Kindermedizin stark geprägt und die grosse Spannbreite der Normalität erklärt. Das ist wichtig, um Eltern Sicherheit zu geben. Kein Kind ist wie das andere, und es gibt vieles, das normal ist.

Früher gab es kaum Ärzte mit dem Etikett Jugendmedizin.
Tatsächlich hat man sich lange auf das Kindesalter konzentriert. Es zeigt sich jedoch, dass auch Jugendliche in der Pubertät spezielle Bedürfnisse haben.

Sie sind Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin. Wo gibt es Schnittpunkte mit der Erwachsenenmedizin?
Schnittpunkte stellt man etwa bei Kindern mit chronischen Erkrankungen fest. Dabei strebt man einen fliessenden Übergang in die Erwachsenenmedizin an, beispielsweise bei Krankheiten wie der zystischen Fibrose oder dem angeborenen Herzfehler. Wir haben bei solch schweren Erkrankungen viel über die Kindermedizin dazugelernt. Kinder sind keine kleinen Erwachsenen. Jedes Kind sollte in der Schweiz Zugang zu zeitgemässer kinderärztlicher Versorgung haben.

Gibt es in der Gruppenpraxis spezielle Einrichtungen für Kinder? Stellen Sie sich in weissen Hosen vor oder im Clownkostüm?

Mit dem «Dökterlikoffer» im Sortiment: Die neue Kinder- und Jugendärztin Angela Chappatte kennt die Vorlieben ihrer jungen Patientinnen und Patienten in der Arztpraxis Bogn Engiadina Scuol.

Die Räumlichkeiten bei uns sind unverändert. Ich brauche ein kleineres Stethoskop für die Säuglinge. Oft benutze ich Spielsachen für Entwicklungsuntersuchungen, auch Bücher. Bei Blutentnahmen oder Impfungen wirken Seifenblasen ablenkend. Solche Ablenkungsmassnahmen stammen aus der medizinischen Hypnose. In diesem Gebiet sehe ich noch viel Potenzial. Wir tragen farbige T-Shirts, oft auch bunte Schuhe oder bunte Socken.

Heute ist auffallend oft von kindlicher Vorsorgeuntersuchung die Rede.
Die Nachfrage ist gross, ja. Das war aber schon immer so. Kindervorsorge heisst vor allem, Entwicklungs- und Gesundheitsprobleme möglichst früh zu erkennen. Beispiele können Herzgeräusche sein, Augenprobleme oder die frühkindliche Hüftgelenksfehlstellung. Vorbeugen, sprich Prävention, ist ein gewichtiger Teil in der Kindermedizin.

Warum sollte zum Beispiel ein Kind mit Kopfweh oder Darmbeschwerden zur Kinderärztin gehen?
Es geht um das Einordnen der Symptome, was je nach Alter schwierig sein kann. Hier spielt die Erfahrung eine grosse Rolle. In gewissen Altersgruppen können Erkrankungen häufiger auftreten. Eine Blinddarmentzündung zum Beispiel ist beim Säugling eine Rarität, tritt aber beim Schulkind häufig auf. Zudem können psychosomatische Ursachen, gerade bei Bauch- oder Kopfschmerzen, eine Rolle spielen. Dabei werden das System Familie und der Entwicklungsstand des Kindes in die Betrachtung einbezogen. Verknüpfungen und Warnzeichen gilt es wahrzunehmen. Werden bei der Untersuchung des Kindes mögliche organische Probleme festgestellt, erfolgt die Überweisung an den Spezialisten.

In der Region war ein Aufatmen spürbar, als eine Kinderärztin angekündigt wurde.
Ja, die Nachfrage ist vorhanden, und ich höre oft, dass man froh sei über das Angebot. Das hängt wohl auch mit der etwas anderen Herangehensweise an die jungen Patienten zusammen. Wir nehmen uns etwas mehr Zeit und nutzen andere Zugangswege. Erfahrung ist vertrauensfördernd.

Die Arztpraxis Bogn Engiadina Scuol bietet ein ausgesuchtes Spektrum an medizinischer Diagnostik auf den Gebieten: Innere Medizin, Hausarzt-, Familien- und Allgemeinmedizin; Gynäkologie und Geburtshilfe; Gastroenterologie (Magendarm-Erkrankungen); manuelle Medizin; Kinder- und Jugendmedizin; Arztpraxis für das Therapie- und ambulante Rehazentrum Bogn Engiadina.
arztpraxis-scuol.ch

FUNDSTÜCK

Skilehrer auf Zeit

Skischule ist vor allem für Kinder, denn Erwachsene können ja bereits Ski fahren. So jedenfalls die landläufige Meinung. Doch dem ist nicht zwingend so, wie ein Blick auf die Pistensportlerinnen und -sportler zeigt. Da gibt es Menschen, die sich mit einer Technik den Berg hinunterkämpfen, bei der man bereits beim Zuschauen den Krampf kriegt. Aber auch scheinbar gute Fahrer und Fahrerinnen können immer noch etwas lernen und so den persönlichen Pistenspass vergrössern.

Dieser Aufgabe stellen sich die sogenannten «Skeachers» bereits in der dritten Saison im Skigebiet von Motta Naluns. Die Skeachers postieren sich beispielsweise am Mot da Ri und warten auf Kundschaft. Wer will, kann sie für einen bescheidenen Beitrag verpflichten. Während zweier Abfahrten werfen dann die Skilehrerinnen oder Skilehrer der hiesigen Skischule einen Blick auf Technik und Fahrstil. Kleinere Böcke lassen sich sofort ausbügeln, für tiefergehende Technikänderungen empfehlen sich dann trotzdem Kurse in der Skischule – auch für Erwachsene.

Auf der Piste sind die Skeachers an folgenden Daten: 23./24. Januar 2021; 13./14. März 2021 und 20./21. März 2021.

Die Skeachers postieren sich beispielsweise am Mot da Ri und warten auf Kundschaft.
Bild: Schweizer Skischule Scuol - Ftan

PAGINA RUMANTSCHA

«Eu nu sa scriver bain avuonda!»

Linard Martinelli//**Quai es üna frasa chi's doda amo qua o là. Obain cha cun scriver vallader saja adüna da tour da quists pledatschs ch'ingün nu douvra. Invlidond cha'l schaschin cumainza cun tradüer pled per pled dal tudais-ch in rumantsch!**

Chattar il dret pled?

L'ultima ediziun dal Dicziunari vallader, sco cudesch, sarà desch ons veglia. Però quai es insè bun per üna versiun stampada. Actuala, bod di per di, es percunter la versiun digitala sülla pagina-web udg.ch/dicziunari. Il redacter *Gion Tscharner* actualisescha davoman ed amplifichescha uschè d'incuntin il dicziunari. Üna lavur ch'el fa daspö ons per ün grazcha fich e minchatant per damain!

Pro'l dicziunari online as poja tscherchar la traducziun valladra d'ün pled tudais-ch (normal) o da plüs (a l'intern) – e viceversa. E scha quel nun es amo indatà? Lura as driva üna fanestra per dumandar davo directamaing. Sar *Gion* respuonda per regla svelt! E pac plü tard es lura eir il dicziunari actualisà. Dal rest chattais davo mincha verb sia conjugaziun! O eir üna grammatica valladra per s-chargiar! Tuot enorm pratic.

Daspera daja üna via sur Cuoira. La Lia Rumantscha chüra il pledarigrond.ch. Quel es bainschi per rg, ma suvent dà quai ün'idea co far. Üna da las sportas da la partiziun linguistica da la LR.

Quist format cuort nu basta per descriver tuot la sporta da las paginas-web manzunadas. Provai!

Scriver correctamaing…

… es minchatant üna sfida! E be cun chattar ils singuls pleds, eir verbs conjugats, nun esa fat. Quant cumadaivel füssa da laschar correger al computer directamaing. I's po müdar la lingua sün *Rätoromanisch* ed i dà propcha üna correctura rg. Cha rg nun es vallader, es però eir evidaint.

Ed uossa – scha nus lain eir per vallader staina far svess? Sco pro'l proget sün *common voice* e sco pro – adüna darcheu. Na quista jada brich:

Sülla pagina-web dal dicziunari online udg.ch/dicziunari chattais l'adressa dad e-mail dal redacter. Pro el, sar *Gion*, pudais retrar ün program da correctura vallader (o eir puter). E cun quel esa bod uschè cumadaivel da scriver vallader sco tschellas linguas grondas.

Dimena: ingünas s-chüsas plü!

«Ich kann es nicht richtig schreiben!»

Davon ist oft die Rede, wenn es darum geht, Romanisch doch mehr zu nutzen, vor allem auch öffentlich. Nun, da kann geholfen werden. Denn Online-Versionen unserer aktuellen Wörterbücher begleiten uns Rätoromanen bald zwei Jahrzehnte.

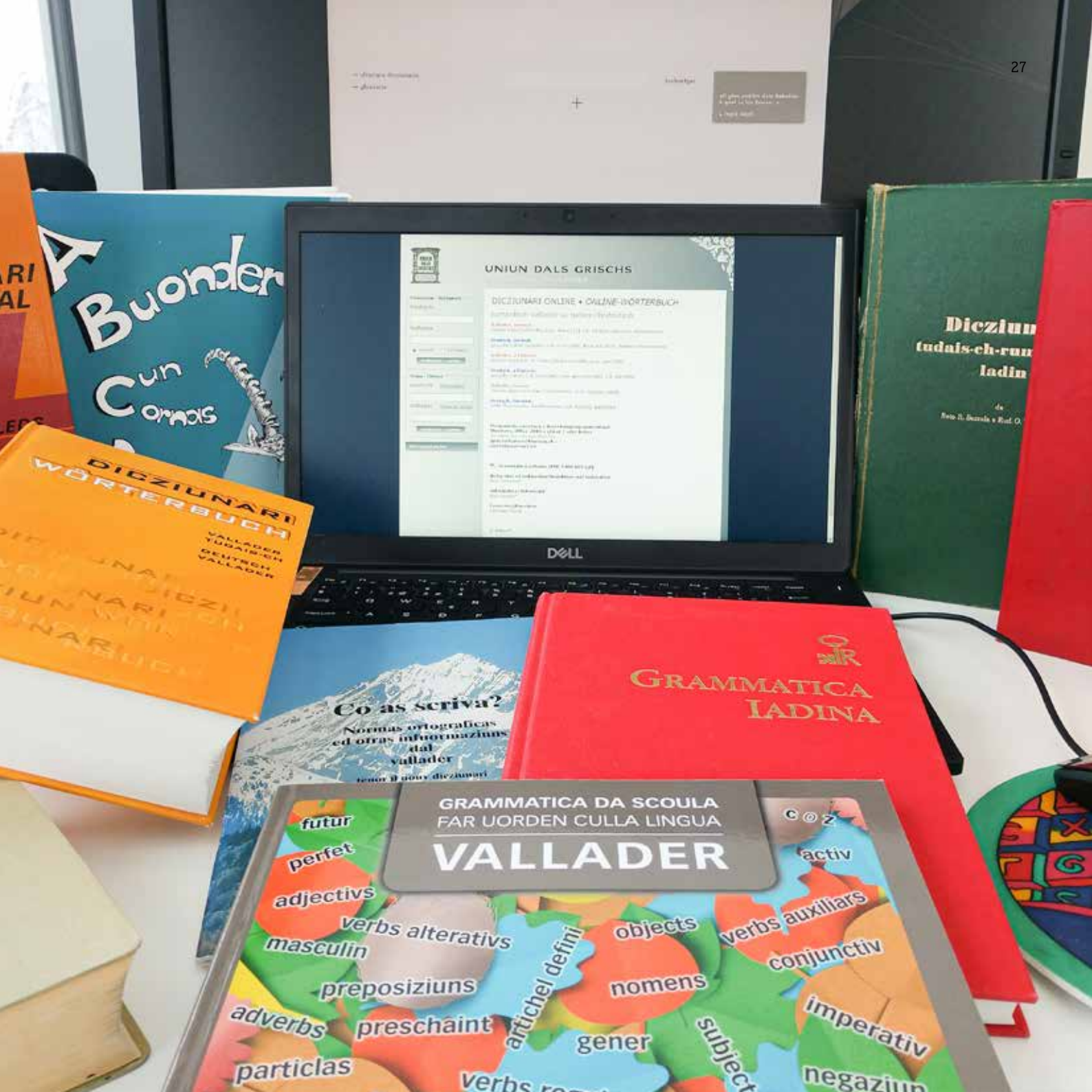
Einerseits das pledarigrond.ch der Lia Rumantscha. Aber Rumantsch Grischun ist hier im Alltag nicht so sehr gebräuchlich.

Auf der Webseite udg.ch/dicziunari findet man aber das dicziunari vallader. Und Gion Tscharner ist als Redaktor für die Korrekturen und das Einpflegen neuer Wörter verantwortlich. Ehrenamtlich!

Auf derselben Seite finden sich auch Informationen, wie man der Rechtschreibkorrektur im gebräuchlichsten Textverarbeitungsprogramm Vallader beibringen kann.

Also: Keine Ausflüchte mehr!

Linard Martinelli, promotur regiunal da la Lia Rumantscha in Engiadina Bassa e Val Müstair


UNIUN DALS GRISCHS
DICZIUNARI ONLINE • ONLINE-WÖRTERBUCH
DELL
DICZIUNARI
WÖRTERBUCH
VALLADER
TURSAISCH
DEUTSCH
VALLADER
Co as scriva?
Normas ortograficas
ed ofras infuormaziuns
dal
vallader
GRAMMATICA
IADINA
GRAMMATICA DA SCOULA
FAR UORDEN CULLA LINGUA
VALLADER
futur
perfet
adjectivs
verbs alterativs
masculin
preposiziuns
adverbs
preschaint
particlas
artichel defini
objects
nomens
gener
verbs auxiliars
conjunctiv
imperativ
negaziun
activ

Die Trinkhalle Büvetta Tarasp, beherbergt die zwei am stärksten mineralisierten Quellen des Unterengadins. Bild: Dominik Täuber.

Die Trinkhalle ist ein Architekturjuwel

Jürg Wirth//**Christian Müller ist im Auftrag des Vereins Pro Büvetta Tarasp der neue Projektleiter und treibt mit vollem Einsatz die Rettung der Trinkhalle voran.**

Wieso wollen Sie die Trinkhalle retten?
Weil die Trinkhalle ein wichtiger Zeuge des historischen Bädertourismus ist. Ja, eigentlich stehen die Heilquellen und somit auch die Büvetta an der Wiege des Tourismus im Unterengadin. Zudem ist es für mich als Architekt eines der bedeutendsten und schönsten Gebäude in der Gegend, das durch seinen kulturellen und architektonischen Wert besticht. Die Trinkhalle ist ein veritables Architekturjuwel.

Was macht sie zum Architekturjuwel?
Form, Volumetrie und der Standort sind aussergewöhnlich und einmalig, ein Solitär an isolierter Lage am Flussufer. Hier findet ein Kräftemessen zwischen Gebäude und Inn statt, zwischen Urbanität und Landschaft. Aber auch die Verbindung der Trinkhalle als Teil des historischen Zusammenspiels mit dem Hotel und der Badeanlage von Nairs ist aussergewöhnlich. Der Standort spielt eine wichtige Rolle, denn das

Christian Müller ist seit Juni Projektleiter für die Sanierung der Büvetta Tarasp. Bild: Marieta Reijerkerk

ganze Ensemble wird durch keinen anderen Bau gestört.

Mögen Sie denn das Wasser, das dort fliesst?
Carola-Wasser habe ich schon getrunken und von verschiedenen anderen Quellen auch. Es ist speziell, aber ja, ich mag es und trinke es gern – einfach nicht zuviel.

Um die Trinkhalle zu retten, muss ja auch der Hang gesichert werden. Wie ist da das Vorgehen?
Tatsächlich ist die Rettung der Trinkhalle an die Hangsicherung gekoppelt. Zusammen ergibt das eine extrem komplexe Ausgangslage, dazu kommt, dass die Trinkhalle auch noch in einem Gewässerraum ausserhalb der Bauzone steht und im Inventar der Denkmalpflege aufgelistet ist.

Wie gehen Sie vor?
Damit die Felssicherung bewilligt wird und finanziert werden kann, braucht es erst ein Nutzungskonzept, also Vorstellungen, in welche Richtung die spätere Nutzung gehen könnte.

Und in welche Richtung soll die Nutzung gehen?
Wasser ist das zentrale Nutzungsstandbein, was ja etwas auf der Hand liegt. Zielführend und wichtig ist aber auch, dass es daneben noch andere Nutzungen und Standbeine gibt. Grundsätzlich geht es um Wasser in den verschiedensten Komponenten. So ist zum Beispiel auch eine Abfüllanlage ein Thema. Die Trinkhalle soll ganzjährig öffentlich zugänglich sein. Auch eine Wasserbar können wir uns vorstellen. Eine Zusammenarbeit mit Hochschulen im Rahmen einer Wasserakademie ist ebenfalls ein Thema, auch eine Wiederaufnahme der Salzherstellung.

Für die Wandelhalle planen wir eine Tagesinfrastruktur, sodass darin Hochzeiten gefeiert werden können, Flying Dinner oder auch Tavolatas, genauso wie private Events oder Feste. Die Ostseite der Trinkhalle ist historisch nicht wertvoll, weshalb wir diese ersetzen wollen.

Haben Sie das Nutzungskonzept bereits eingereicht?
Das vorläufige Nutzungskonzept ist vom Vorstand des Vereins Pro Büvetta Tarasp gutgeheissen. Im Vorstand sind unter anderem Vertreter der Gemeinde und des Tourismus vertreten. In einem nächsten Schritt gilt es die Behörden und kantonalen Ämter miteinzubeziehen. Zum Nutzungskonzept gehört auch das Carola-Gebäude. Dort könnte im Keller ein Museum entstehen und oberirdisch Hochzeitssuiten. Wichtig ist auch, dass die regionale Wertschöpfungskette gewährleistet ist.

Wie ist der Fahrplan?
Ende Oktober habe ich das vorläufige Nutzungskonzept eingereicht, nun stehe ich im engen Kontakt mit lokalen Personen, der Gemeinde Scuol, Tourismus Engadin Scuol Samnaun Val Müstair AG (TESSVM) und der Regionalentwicklung Engiadina Bassa/Val Müstair. Anfang Dezember findet ein Gespräch mit dem kantonalen Amt für Wald und Naturgefahren statt. Dabei geht es darum, ob unser Nutzungskonzept für ein Verfahren der Felssicherung reicht.

Am Schluss entscheidet das Amt für Wald und Naturgefahren über die Trinkhalle?
Nein, das nicht, aber weil ein grosser Teil der Felssicherung über öffentliche Gelder finanziert wird, wollen diese wissen, ob das Konzept Hand und Fuss hat. Die Felssicherung muss sorgfältig geplant werden, es giltdarauf zu achten, dass die Massnahmen die Mineralquellen nicht gefährden.

Am Gespräch Anfang Dezember sind auch Bauamtsvertreter der Gemeinde Scuol dabei. Ich bin zuversichtlich, dass der Entscheid positiv sein wird.

Und dann?
Dann läuft es wieder auf verschiedenen Schienen. So gilt es die

Frage der Trägerschaft und Betreiber definitiv zu klären, das ist jetzt noch etwas offen, schlussendlich muss dann auch noch die Gemeindeversammlung entscheiden, weil das Land und die Rechte der Quellnutzung der Bürgergemeinde gehören.

Gibt es auch noch Pläne für die anderen Mineralwasserquellen?
Von unserer Seite nicht direkt, sicher ist aber, wenn man etwas mit Wasser macht, muss es in eine übergeordnete Strategie eingebettet sein. Ziel ist es, dass sich die verschiedenen Massnahmen gegenseitig stärken.

Was heisst das konkret?
Ich arbeite eng mit Yvonne Schuler, der zuständigen Produktmanagerin der TESSVM zusammen. Dabei schauen wir, wie sich die verschiedenen Anliegen verstärken liessen. Dazu müssen wir die Gegebenheiten vor Ort richtig miteinander verknüpfen. Im Moment aber will ich keine anderen Projekte angehen, zuerst muss ich für die Büvetta schauen.

Wie sind Sie denn zum Projektleiter geworden, sind Sie verbunden mit der Gegend?
Das kann man durchaus sagen, ja. Ich bin seit sechs Jahren Präsident des Piz Amalia Music Festivals. Einem jährlich stattfindenden Festival für Nachwuchskünstler der klassischen Musik, mit Konzerten in Scuol, Scharl, Nairs und Zuort. Zudem bin ich in Splügen aufgewachsen und fühle mich in den Bündner Bergen wohl.

Ihr Unternehmen entwickelt Tourismusideen?
Nicht in erster Linie, wir nennen das Placemaking. Bei Placemaking kommt das Bedürfnis und die Notwendigkeit zusammen, einen Ort in all seinen Facetten sozial, kulturell, finanziell und architektonisch zu formen und zu beleben. Dergestalt, dass er begeistert, inspiriert, verlockend ist, Freude macht. Man möchte Teil dieser Geschichte werden. Heute und immer wieder. Es muss für die lokale Bevölkerung stimmen, dann stimmt es auch für den Gast.

Dazu gekommen bin ich über die Architektur, denn ursprünglich bin ich Architekt. Irgendwann wollte ich mich über die reinen Fragen und Antworten der Architektur als Disziplin der Ästhetik hinausbewegen.

Deshalb habe ich vor sieben Jahren gemeinsam mit drei Partnern das Unternehmen gutundgut gegründet. Nun wollen wir Orte zum Leben bringen, aufwerten auch. Wir wollen die Dinge zum Funktionieren bringen, dies vor allem über Inhalte.

Wir sind auch unterwegs in der Entwicklungshilfe, beispielsweise für Helvetas oder Swisscontact. Auch landwirtschaftliche Projekte haben wir in unserem Portfolio.

Wie gross sehen Sie das Wasserpotenzial in Scuol, und könnte der Ort wieder zu alter Grösse zurückfinden?
Da gilt es zu bedenken, dass der Bädertourismus eine sehr exklusive Angelegenheit war. Durch die ganze Wellness-Bewegung ist die Zielgruppe breiter geworden, was gut ist. Deshalb sollte das Thema Wasser nicht zu eng positioniert werden, es braucht eine Kombination von verschiedenen Standbeinen. Zum Beispiel die Geschichte der Quelle, die Zukunft von Wasser oder auch dessen Zugänglichkeit. Vor allem aber soll das Thema Spass machen und darf nicht zu kopflastig sein.

Wann soll denn die Einweihung der Büvetta stattfinden?
Frühestens in drei Jahren. Denn erst gilt es den Hang zu sichern und die Trinkhalle aufwendig zu renovieren, da sie in einem sehr schlechten baulichen Zustand ist.

Und was passiert an der Eröffnung?
Da gibt es ein grosses Fest. Die Trinkhalle werden wir mit Quellwasser taufen, vielleicht gibt es auch einen Anlass im Zusammenhang mit dem Weltwassertag.

Wir haben unser Ziel erreicht, wenn die Trinkhalle wieder öffentlich zugänglich ist.

ZUR PERSON:

Christian Müller ist seit Juni Projektleiter für die Sanierung der Büvetta Tarasp. Müller ist Architekt und hat unter anderem die berühmte Erdvilla in Vals entworfen. Zusammen mit drei Partnern hat er vor sieben Jahren das Unternehmen gutundgut gegründet, welches sich auf Placemaking spezialisiert hat.

Wir sind Kommunikationsprofis

Das Medienhaus der Engadiner

Vielfältig

Menukarten
Weinkarten
Speisekarten
Hotelprospekte
Briefbogen
Bücher
Kuverts
Zirkulare
Jahresberichte
Broschüren
Diplome
Plakate
Preislisten
Programme
Festschriften
Geschäftskarten
Einzahlungsscheine
Geburtsanzeigen
Postkarten
Kataloge
usw…

Gammeter Media
7500 St. Moritz
Tel. 081 837 90 90

LOIPENBAROMETER WINTER 2020-2021

Banca Raiffeisen: CH178 1144 0000 3181 1026

Pendicularas Scuol SA	98.00
Manaröl sport nordic, Scuol	330.00
Marianne Werro, Sent	100.00
Roner SA, Scuol	100.00
Cla Vonmoos, Scuol	100.00
Sport Heinrich AG, Scuol	100.00
Central Garage Denoth AG, Scuol	100.00
Andrea Fratschöl AG, Scuol	200.00
Apoteca Drogaria Engiadinaisa, Scuol	500.00
Giovanni Mathis-Denoth, Scuol	100.00
EE Energia Engiadina, Scuol	100.00
ÖKK, Scuol	100.00
Hotel Val d'Uina, Fam. Duschletta, Scuol	200.00
Spiller Dumeng, Scuol	100.00
Garni Grusaida, Claudio Gisep-Denoth, Scuol	80.00
Giacomo Dolfi, Scuol	50.00
Bio-Betschla reform, Scuol	90.00
Garascha Häfner, Strada	100.00
Albert Mayer, Sent	100.00
Bezzola Denoth AG, Scuol	100.00
Hochalpines Institut Ftan	200.00
Stecher AG, Scuol	100.00
Arena Tech AG, Scuol	100.00
Peider Andri Regi, Scuol	200.00
Hotel Altana, Scuol	100.00
Acla da Fans SA, Samnaun	100.00
Koch AG, Ramosch	200.00
Hotel Filli de Gennaro AG, Scuol	100.00
Alfred Laurent AG, Ramosch	200.00
Total CHF	**4'048.00**

Tessanda

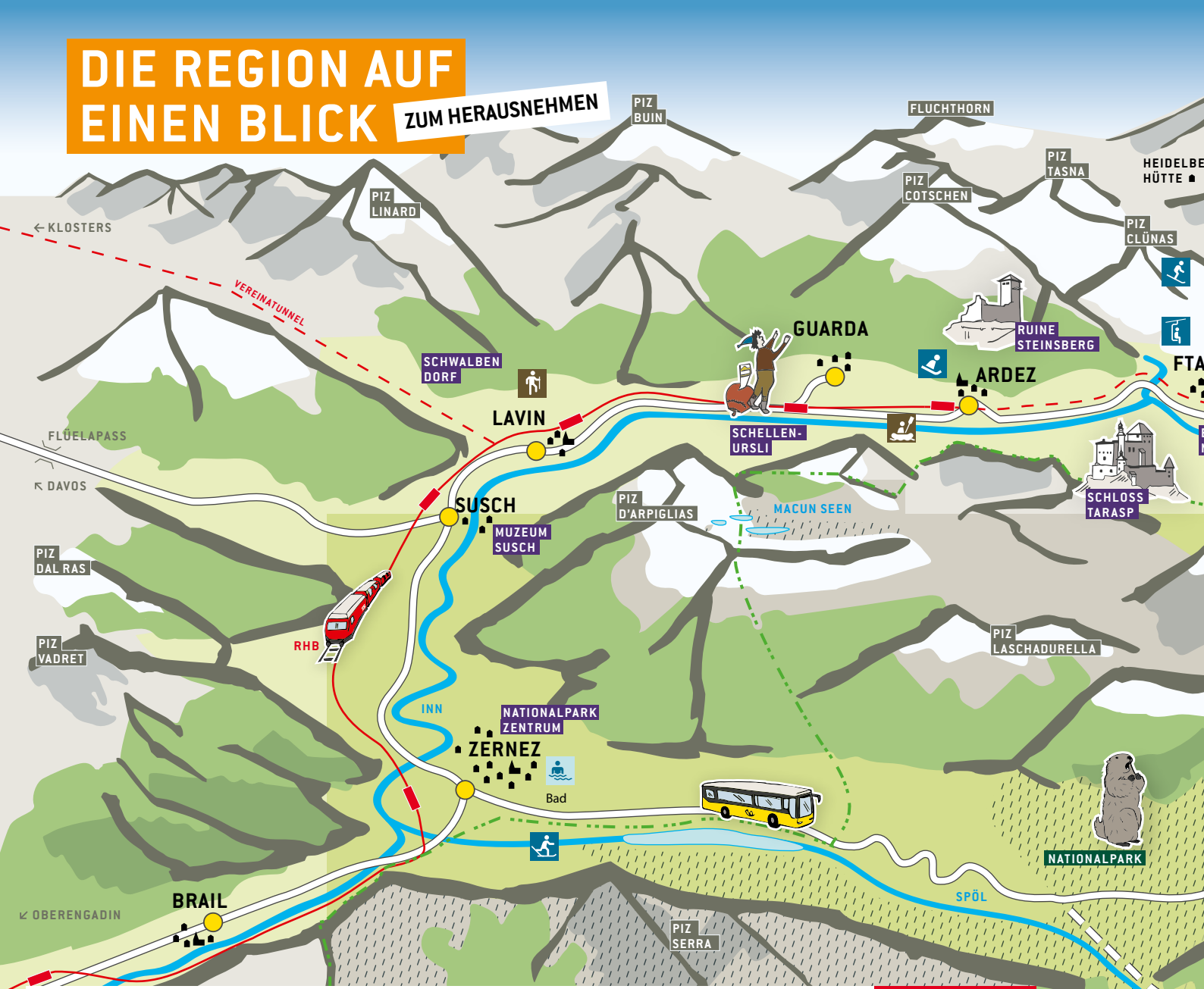
Handgewobenes aus der Val Müstair seit 1928.

Tessanda Val Müstair
Plaz d'Ora 14
CH-7536 Sta. Maria V.M.
+41 81 858 51 26

tessanda.ch

DIE REGION AUF EINEN BLICK

ZUM HERAUSNEHMEN



Zollfrei einkaufen

Wandern

River Rafting

Mountain Biken

Radfahren

Seilpark

Golfplatz

Reiten

Bad

UNESCO Biosphären-reservat Engiadina Val Müstair

Schnee-schuh-laufen

Winter-wandern

Eisweg/ Eispalast sur En

Langlaufen

Schlitteln

Skifahren

Skilift

Eishalle Gurlaina

Sanitätsnotruf:	144
Polizei:	117
Feuerwehr:	118

24-Std. medizinischer Notfalldienst:

Region Scuol:
081 864 12 12

Region Zernez:
081 856 12 15

SILVRETTA SKI-ARENA ↓
SAMNAUN/ISCHGL
SAMNAUN-RAVAISCH
SAMNAUN DORF
TALMUSEUM
ALPENQUELL ERLEBNISBAD
LANDECK ↗
SAMNAUN-COMPATSCH
PIZ CHAMPATSCH
MUTTLER
SAMNAUN-PLAN
SAMNAUN-LARET
PFUNDS
ALTFINSTERMÜNZ
VAL SINESTRA / ZUORT
HOTEL SINESTRA
BUN TSCHLIN PRODUZENTEN
MARTINA
BIERARIA
TSCHLIN
BERGBAHN MOTTA NALUNS
VNÀ
TERRASSEN-LANDSCHAFT
NAUDERS
ÖSTERREICH
SENT
RUINE TSCHANÜFF
STRADA
MUSEUM STAMPARIA STRADA
RESCHENPASS
BÜVETTA / MINERALWASSER
SCUOL
RAMOSCH
TARASP-VULPERA
REGIONALMUSEUM
CRUSCH
SUR EN
PIZ AJÜZ
PIZ S-CHALAMBERT
RESCHEN-SEE
BOGN ENGIADINA
INN
PIZ LISCHANA
PIZ SAN JON
PIZ PISOC
SAN JON
VAL D'UINA
S-CHARL
PIZ SESVENNA
PIZ AMALIA
GOD DA TAMANGUR
MALS
BIOSFERA VAL MÜSTAIR
SKIGEBIET MINSCHUNS
PIZ DAINT
OFENPASS
ALP CHAMPATSCH
PIZ TERZA
TAUFERS
ITALIEN
KLOSTER ST. JOHANN UNESCO WELTERBE
GLURNS →
TSCHIERV
LÜ
ROMBACH
MUGLIN MALL
MÜSTAIR
PIZ TURETTAS
FULDERA
FUROM LANGLAUFCENTER
STA. MARIA
PIZ CHAVALATSCH
HANDWEBEREI TESSANDA
VALCHAVA
MUSEUM CHASA JAURA
MILITÄRHISTORISCHES GEBIET
VAL MORA
LAI DA RIMS
UMBRAIL-PASS
↙ STILFSERJOCH
LENGSFELD

Variationen über fester Struktur

Jürg Wirth//**Otmar Derungs ist Bildermaler aus Strada. Erstaunlich bei ihm ist, dass er in der Musik, der Kunst und im Leben stets über fixe Grundstrukturen improvisiert.**

Otmar Derungs bewegt sich in erster Linie innerlich, äusserlich ist er eher stationär. Aufgewachsen in Ftan, lebt er nun seit rund 40 Jahren in Strada. Obwohl, in Zürich war er zwischendurch mal, zehn Jahre hat er dort gelebt. Noch immer beginnen seine Augen zu leuchten wenn er davon erzählt. «Das war eine super Zeit, 1970/71 bin ich nach Zürich gezogen und kam mitten in die Hippie-Flower-Power-Zeit.» Bellevue, Odeon und Riviera seien damals die Plätze gewesen, an denen sie sich meistens aufgehalten hätten. Erst habe er bei der Post gearbeitet und dann alles Mögliche gemacht, gewohnt habe er immer im Kreis 4.

Vor allem aber hat Otmar in seiner Zürcher Zeit begonnen zu malen und sich damit einen Traum erfüllt. Denn eigentlich wollte er schon immer Maler werden, «Bildermaler» präzisiert er. Allerdings stand er mit seinem Berufswunsch in Ftan etwas quer in der Landschaft, sodass er ihn auch nicht offensiv formulierte. In Zürich aber stand er auf eigenen Beinen und schrieb sich beim Künstler Benito Steiner ein. Zwei Jahre lang blieb er dort und erlernte die Technik des Zeichnens und der Malerei.

Otmar Derungs braucht nicht in die grosse, weite Welt zu reisen, er findet sie vor der Haustüre.
Bild: Jürg Wirth

Die Welt vor der Haustüre

Trotzdem hatte er dann irgendwann in Zürich das Gefühl, er müsse wieder zurück ins Engadin. In einem alten Haus wollte er wohnen, sein Ding machen, mal für ein Jahr. Wir kennen die Geschichte, aus dem einen Jahr sind über 40 geworden, die er allesamt in Strada verbracht hat. Und sein Ding macht er immer noch. Denn er will so leben, dass er so wenig Sachen wie möglich machen muss, die ihm nicht gefallen. Punk eigentlich. Tatsächlich hat er mal in so einer Band gespielt. Wenn er jetzt aber musiziert mit seiner Gitarre, widmet er sich vor allem dem Blues. «Stundenlang könne er spielen und improvisieren» sagt Derungs. Vielleicht, weil die Grundform des Blues so klar definiert ist. Sie hat zwölf Takte, und die Melodie wird mit drei Akkorden harmonisch begleitet. Denn, so scheint es, Derungs braucht feste Werte im Leben, unverrückbare Strukturen, über die er improvisieren kann.

Von sich selber sagt er, dass er keiner ist, den es in die weite Welt ziehe. Wenn man sich genau achte, habe man, sprich er, die grosse Welt um sich in Strada, vor der Haustüre also. Selbst nach 40 Jahren habe er da noch

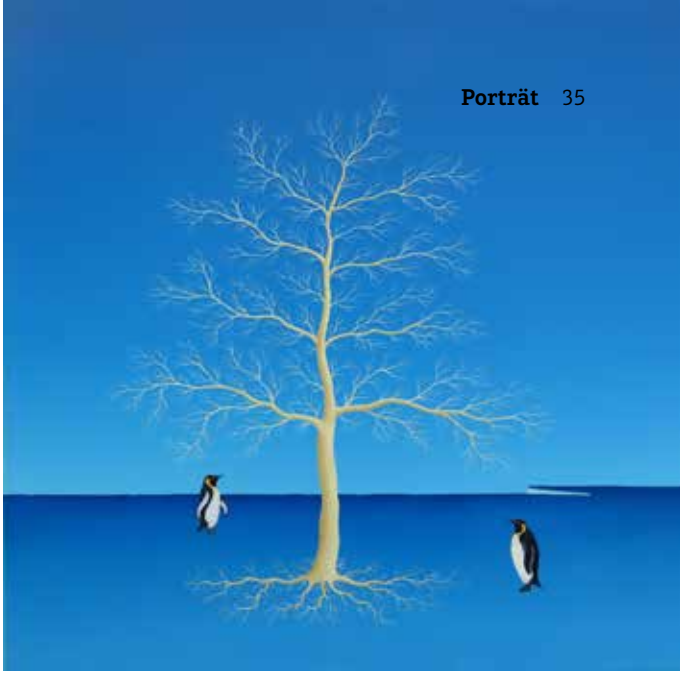
lange nicht alles gesehen und geht deshalb immer noch mit wachem Blick und grosser Aufmerksamkeit nach draussen. Fischen ist ein grosses Hobby von ihm, wie die zahlreichen Ruten bezeugen, die im Eingang seines Hauses stehen. Auf die Jagd geht er ebenfalls, doch er mag alle Tiere auch lebend. So faszinieren ihn vor allem Vögel. Je mehr er sich mit ihnen beschäftige, desto grösser werde das Interesse, hat er festgestellt. Sein Lieblingsvogel ist der Uhu, vielleicht, weil der auch nachtaktiv ist. Tatsächlich hat er auch schon wissenschaftlich gezeichnet respektive sein Talent in den Dienst der Naturkunde gestellt. Sämtliche Illustrationen auf den Tafeln des Warzenbeisserpfades hat er gezeichnet, worauf er sichtlich stolz ist. Der Warzenbeisserpfad ist ein Lehrpfad zur Natur und führt von Tschlin nach Strada.

Verzierte Häuser und Warzenbeisser

Auch Häuser hat er schon verziert respektive bemalt. So zum Beispiel das Hotel Central in Valchava oder die Chasa Paradies in Scuol, und er hat einige Fassaden in Sgraffito-Technik gestaltet.

Die meiste Zeit, wenn er malt, malt er aber auf Leinwand oder Papier. Und die meiste Zeit, wenn er malt, malt er dasselbe. Fixe Grundstrukturen eben. So findet sich auf seinen Bildern immer ein Baum, ein Berg und ein Tier. Wobei, hier habe er gewechselt, er male jetzt zwei Tiere, meint er mit verschmitztem Lachen. Es gibt auch noch weitere, kleinere Nuancen. So sei anfangs fast alles blau gewesen, jetzt variiere er die Farben. Und er sei selber erstaunt, dass er dieses strukturierte Malen noch nicht langweilig fände, sagt er. Damit es nicht so weit kommt, variiert er immer wieder über der Grundstruktur, wie beim Blues eben. Er verändert den Baum oder auch die Tierchen, aber egal, wie viel Mühe er sich gebe bei dem Baum und den Tieren, nie schaffe er es, etwas zu malen, das es in der Natur nicht gebe, weil es dort einfach alles gebe. Mal habe er versucht, kleine «Mönsterchen» zu malen, Fantasiewesen eben. Bis ihm ein Biologe genau diese unter einem Mikroskop gezeigt habe.

Höchstens etwas erstaunt, aber vor allem hocherfreut ist er, dass er von seiner Kunst leben kann, ein bescheidenes Leben zwar, doch es habe immer funktioniert. Jetzt mit der AHV sei es noch besser, lacht er. Und bewegt sich vom Tisch weg, an dem er während des Gesprächs gesessen ist. Eine kleine äusserliche Bewegung, bevor dann wieder die innerlichen kommen.



Pinguin und Pinguina heisst dieses Bild und besteht aus einem Baum und zwei Tieren. Bild: Otmar Derungs

Auch bei postigliun e postigliuna, zwei Tiere und ein Baum. Bild: Otmar Derungs

→ scuol-zernez.com

Sur En da Sent

Guarda, Ardez, Ftan, Tarasp, Scuol, Sent

Eisweg Sur En. Bild: Andrea Badrutt, Chur

Es gibt Orte, die verzeichnen durchaus mehr Sonnenstunden als Sur En da Sent – vor allem im Winter. Doch anstatt die fehlenden Sonnenstrahlen zu betrauern und sich im Schatten zu grämen, haben die umtriebigen Leute von Sur En die mangelnde Sonneneinstrahlung zur Stärke ihres Ortes erklärt.

Denn was passiert, wenn die Sonne nicht die ganze Zeit runterbrennt? Genau! Der Schnee schmilzt viel weniger und das Eis ebenfalls. Und das Eis ist wichtig in Sur En, zum Beispiel fürs Eisstockschiessen. Das ist diejenige Sportart, bei der die «Eisstöcke», quasi Teller mit Griff dran, möglichst nahe an ein Ziel, die sogenannte «Daube» herangeschlittert werden sollen. Es spielen zwei Mannschaften mit normalerweise je vier Spielern. Das Spiel eignet sich bestens für einen Familienplausch, umso mehr, als dass das anschliessende Fondue ebenfalls vor Ort eingenommen werden kann.

Auch für die Familie, vorausgesetzt, sie beherrscht das Schlittschuhfahren, eignet sich der Eisweg in Sur En. Weil immer nur Runden drehen auf dem gewöhnlichen Eisfeld mit der Zeit etwas monoton werden kann, haben die Sur Ener den Eisweg geschaffen. Dies ist ein drei Kilometer langer Rundkurs, der durch die zauberhaft verschneite Gegend in Sur En führt. Helm und ausreichende Schlittschuhlaufkenntnisse sind aber unbedingt erforderlich.

Wem das zu rasant ist oder zu wackelig, der kann die Winterlandschaft auch zu Fuss erfahren respektive erlaufen oder mit den Langlaufskiern, liegt doch Sur En auch an der Talloipe Scuol-Martina.

Wem dann Sur En so gefällt, dass er oder sie gar nicht mehr wegwill oder jedenfalls nicht gleich, der kann dort auch übernachten. Zur Verfügung stehen ein Hotel, eine Pension, ein Camping und diverse Ferienwohnungen, und fürs leibliche Wohl wird ebenfalls vor Ort gesorgt.

Wer will da schon noch immer in die Sonne?

DIE GEMEINDE IN KÜRZE

- → Skigebiet Motta Naluns mit 70 Pistenkilometern
- → Sessellift Ftan – Prui mit 3,5 km Schlittelbahn
- → Eisweg Engadin in Sur En da Sent
- → Schloss Tarasp
- → Mineralbad Bogn Engiadina Scuol

sport champatsch

Verkauf
Verleih
Service

Plaz
CH-7554 Sent
Tel. 081 864 13 10
www.sportchampatsch.ch

Öffnungszeiten:	Mo - Sa	08.00 - 12.00 15.00 - 18.00
Während der Hauptsaison:	Sonntag	08.30 - 10.00 16.00 - 18.00

Bellezza

Institut für Kosmetik - Fusspflege - Massage
7551 Ftan Plaz

Waltraud Hitzberger · Kosmetikerin / Fusspflegerin
☎ 079 609 96 29

Beatrice Hitzberger · Masseurin ☎ 078 901 44 20

BIO Betschla reform

BIO-Reformprodukte
Stradun, 7550 Scuol
tel. 081 864 73 74

CHASETTA ALLEGRA

Ihre private Chasetta in Sent

www.chasetta-allegra.ch

Einheimische Schwafwollprodukte
Ardez
Mo-Fr 14-18 Uhr
Sa 14-17 Uhr
butiadabesch.ch

PENSIUN ALDIER SENT
EINFACH SEIN

Das Hotel & Restaurant
mit dem ganz eigenen Charme
mitten in Sent.

www.aldier.ch · Tel. 081 860 30 00

MARCO
SPORT DA MUNTOGNA

NEU
ERÖFFNUNG
am Stradun in Scuol
November 2020

MILLET
DYNAFIT
VAUDE
Schöffel
RADYS
KARPOS

Dein Spezialist für
Skitouren, Trailrunning
und Bergsport.
Stradun 315A
7550 Scuol / Engiadina
+41 (0)81 864 05 05
scuol@marco-sport.ch

www.sur-en.ch

Skulpturenweg

Langlaufen

Eisstockschiessen

EISWEG Engadin

Das Winter-Abenteuer im Unterengadiner Wald

www.eisweg-engadin.ch
Tel. 081 860 09 09

Ausgangspunkt für viele schöne Schneeschuh-Wanderungen,
3 km Eisweg für Schlittschuhläufer,
Winterwanderwege nach Scuol und Sent,
Skulpturenweg,
Eisstockschiessen,
Langlaufloipe Scuol – Martina,

(Je nach Schneeverhältnissen kann das Angbot eingeschränkt sein)

Camping Sur En

Idyllisch am Inn
gelegen.
365 Tage offen.
Tel. 081 866 35 44

Restaurant Sper la Punt

Pasta-Kreationen,
Grillspezialitäten
Sonnenterrasse.
Tel. 081 515 23 40

Landgasthof VAL D'UINA Sur En

Landgasthof mit schönen Zimmern und
gepflegter Gastronomie. Einheimische Wild-
Spezialitäten aus eigener Jagd.
Montag Ruhetag
Tel. 081 866 31 37

Pensiun Lischana

Optimale Unterkunft für Ferienlager,
Feste mit Freunden, Sport- und
Plauschwochen aller Art.
Tel: +41 81 866 34 19

COFOX Office
Bürotechnik für schlaue Füchse

Drucklösungen nach Mass
Dokumenten-Management
Service und Finanzierung

Unser Bündner-Team ist für Sie da:
Scuol: Tel. 081 850 23 00
Zizers: Tel. 081 307 30 30

ST. GALLEN | ZIZERS | SCUOL | SCHAFFHAUSEN www.cofox.ch

Central-Garage Denoth AG SINCE 1926

7550 Scuol **Telefon 081 864 11 33**

Service
ŠKODA Service
Nutzfahrzeuge Service
Premio Partner GOODYEAR
Waschanlage
AVIA Tankstelle

www.garage-denoth.ch

La Chadafö
Typically Swiss Hotel ALTANA Scuol

Mit Abstand sind Sie unser liebster Gast!

Im „La Chadafö" verwöhnen wir Sie
mit frischen, regionalen Spezialitäten aus unserer Saisonkarte.

Karten und Öffnungszeiten finden Sie auf www.lachadafoe.ch

Weitere Infos unter:
www.altana.ch

Tägliche Happy Hour
von 14:00 – 16:00 Uhr

Tischreservation empfohlen:
Tel. +41 (0)81 861 11 11 | www.lachadafoe.ch

Ihr Experte für
gute Konfliktlösungen
und
aussergerichtliche Streitbeilegung

MEDEVIAS

MEDIATION · VERHANDLUNG · STRATEGIE
IN
LANDWIRTSCHAFT
WIRTSCHAFT & TECHNOLOGIE

CH-7550 Scuol
Tel. 081 860 07 06
info@medevias.ch
www.medevias.ch

Kalte Jahreszeit geniessen

Winterkälte ist schön!

Seit einigen Wochen ist der Winter mit all seiner Pracht eingebrochen. Es liegt viel Schnee, die Bäume haben ihr Winterkleid übergestreift, unter den Schuhen knirscht der Schnee und die Luft ist frisch und eisig. Doch was tun wenn man friert und den Winter dennoch geniessen will?

Isabella Mosca, Inhaberin der Drogaria Mosca antwortet auf diese Frage so: «Die kalte Jahreszeit kann man sehr wohl geniessen, mit wenigen Sachen die man beachten soll.»

Vorbeugend kann man schon im Spätherbst ungesättigte Fettsäuren zu sich nehmen wie sie zum Beispiel im Fisch vorkommt. Diese Fettsäuren helfen die Haut und die Schleimhäute für den Winter geschmeidig vorzubereiten. Über Lebensmittel alleine ist es in unseren Breitengraden schwierig genug ungesättigte Fettsäuren einzunehmen, daher empfiehlt die Drogistin Leinölkapseln um das körpereigene Depot zu füllen und für den Winter startklar zu sein.

Die Temperaturen sinken unter Null

Kaum liegt Schnee und die Wälder sind gezuckert zieht es die Leute raus in die Natur.

«Bevor man aus dem Haus geht kann man Hände, Füsse und Gelenke mit unserem Wärmeöl aus eigener Produktion einreiben, welches die Durchblutung der Extremitäten fördert und somit die Wärme im Körper gleichmässig verteilt», sagt Isabella Mosca.

Und wenn man dann mal spröde und trockene Haut hat, dann hilft Hirschtalg an Händen, Ellbogen und Füssen und der Arvenstick mit Bienenwachs hilft gegen rissige Haut. Dazu der Arvenlipstick für geschmeidig weiche Lippen.

Um Frostbeulen im Gesicht vorzubeugen gibt es in der Drogerie spezielle Kälteschutzcremen welche man vorbeugend auftragen soll.

Ständiges Kältegefühl

Viele Leute haben schon kalt wenn sie nur an Winter denken, das muss nicht sein. Evtl. liegt das an der Durchblutung des ganzen Körpers, «in einem solchen Fall kann eine Kur mit dem Nahrungsergänzungsmittel «Padma 28 acitve» empfohlen werden sagt Mosca und weist gleichzeitig darauf hin, dass man sich beraten soll bevor man eine solche Kur beginnt, auch wenn das Produkt natürlich ist.

Wenn man ständig das Gefühl von Kälte in sich spürt hilft auch viel trinken. Vor allem Tee unterstützt die wärmende Durchblutung wie zum Beispiel Ingwer-, Rosmarintee etc.

Und wenn man dann nach dem Outdoor-Abenteuer wirklich unterkühlt nach Hause kommt und es juckt in den Zehen und Fingern («Kuhnagel»), dann einfach «cool» bleiben! Isabella Mosca: «Duschen Sie die kalten Extremitäten zuerst mit eher kaltem Wasser ab und erhöhen Sie sukzessive die Temperatur bis ein wohliges Gefühl eintritt, danach lassen Sie sich ein warmes Winterbad ein und geniessen die angenehme Wärme».

Die Brille läuft an

Man kennt es nicht erst seit Covid19! Brillen laufen an wenn man von der Kälte in die Wärme kommt, gerade im Winter ist diese Situation unser ständiger Begleiter. Mit der aktuellen Maskenpflicht ist diese Situation allgegenwärtig. «Als Brillenträgerin stört mich das selber» sagt Isabella Mosca und hat deshalb ein Anlaufschutzmittel entwickelt welches für die Engadiner Höhenlage ausgerichtet ist.

Bei weiteren Fragen beraten wir Sie gerne Persönlich.

Isabella Mosca, dipl. Drogistin HF und das ganze Team.

Die Drogerie mit den attraktivsten Engadiner Gesundheitsprodukten

Scuol | Stradun 404 | @-Center | 7550 Scuol | Tel. 081 860 03 70

www.drogaria-mosca.ch Drogaria Mosca auf Facebook und Instagramm

DROGARIA MOSCA SCUOL

Romantische Pferdeschlittenfahrten

San Jon Scuol

Reitstall & Saloon San Jon, Scuol
Reservationen: 081 864 10 62
info@sanjon.ch - www.sanjon.ch

graubünden alles mit der Ruhe.

Arventraum

Arvenprodukte aus Guarda.
Onlineshop:

www.arventraum-guarda.ch

Maya Zeller, Sur Chafarrer 98, 7545 Guarda
+41 79 207 47 17 ; info@terranouva.ch

Neueröffnung 2020

aura

Dein Wohlfühl-Laden in Scuol

Via da la Staziun 410a
7550 Scuol

Tel. +41 79 413 52 68
aura-scuol.ch

ARCHITECTURA VULPI

roger vulpi
bürn d'architectura
7545 guarda
tel.: 081 862 20 30
fax: 081 862 20 31
info@vulpi-guarda.ch
www.vulpi-guarda.ch

rossi vitalprodukte GmbH
7550 Scuol

Produkte für eine gesunde Ernährung

Dr. Metz Natürlich besser ernährt

*STRADUN 400, GALLARIA MILO, **1. STOCK***
TEL. 081 864 10 74, VITALPRODUKTE.CH

STRIMER architects SA

architectura
fisica da fabrica

081 862 22 22
www.strimersa.ch

STRIMER architects SA

Kinderboutique
Lolipop

7550 Scuol Tel. 081 864 03 45
Facebook: Lolipop Kinderboutique

www.gasthaus-mayor.ch
+41 81 864 14 12
Natur Pur in S-charl

Täglich Pferdeschlittenfahrten und jeden Freitag Abend Fondueplausch im Gasthaus Mayor

GISTON
Heizung Lüftung Sanitär

7546 Ardez
Tel. 081 862 21 83

7503 Samedan
Tel. 081 852 51 92

HOCHALPINES INSTITUT FTAN
SWISS INTERNATIONAL SCHOOL AND SPORTS ACADEMY

GYMNASIUM
SEKUNDARSCHULE
INTERNATIONALE LEHRGÄNGE
SPORTKLASSE
INTERNAT
SUMMER ADVENTURE CAMP

SCHULE. SPORT. NATUR.
WO DEINE ZUKUNFT BEGINNT

HIF.CH

Vulpera
Dein Ferienparadies

Wohnen in malerischer Geborgenheit

Vermietung, Verkauf und Verwaltung von Ferienwohnungen & Dauermietwohungen

Vulpera
Vermietungs- und Verwaltungs AG
Chasa Fastain, 7552 Vulpera
Tel. 081 861 04 00
info@feriencenter.ch
www.feriencenter.ch

MARYAN MEHLHORN
Daddy's Daughters
CAPRANEA
LUIS TRENKER
REPLAY
FRACOMINA
MARIE JO
SPORTALM
NEU
LIEBLINGSSTÜCK

DORF-CENTER
SCUOL

Sie finden uns im @Center Scuol
dorf-center.ch info@dorf-center.ch

Denoth Computer GmbH
support: Windows – Mac OS – Linux
Duri Denoth dipl. ing. ETH
7554 Sent, Tel. 081 860 32 14
denoth.computer@bluewin.ch
www.denoth-computer.ch

Ganzheitliche Kosmetik-behandlungen
Intensive Pflege mit botoxampullen

COSMETICA
Sylvia Grieder
ESTETICA
Chasa Pisoc
7550 Scuol
079 714 20 03 / 081 864 87 27

GUARDA KRÄUTER
CORNELIA·JOSCHE
ANBAU·WILDERNIS IM ENGADIN

Tel. 081 862 24 58
www.guarda-kraeuter.ch

BLÜTEN & KRÄUTER MANUFAKTUR
Montag und Dienstag, 14.00–18.00 Uhr
und telefonische Vereinbarung

Pastizaria Cantieni
Furino SA
NOSSA PASCHIUN
VOS PLASCHAIR

Pastizaria Cantieni
Furino furners pastiziers SA
Jordan 50 | CH-7551 Ftan
Tel. +41 81 864 19 43
www.cantieni-ftan.ch
info@cantieni-ftan.ch

Schnelle Skis
Technikschulung
Top Ausrüstung

Die Langlaufspezialisten in Scuol.
manaroel.ch

MANARÖL
SPORT NORDIC

Not Clalüna
Furnaria-Pastizaria • Bäckerei-Konditorei

· Engadiner Spezialitäten
· traditionelles Gebäck

Wo der Beck noch Beck ist!
7554 Sent - Tel. 081 864 82 93
www.baeckerei-claluena.ch

Gasthaus
AVRONA
Tarasp, Tel. 081 861 20 20
Geöffnet
17. Dezember 2020 – 14. März 2021
10.00 – 18.00 Uhr
Am Abend auf Reservation
Dienstag ist unser Ruhetag

www.avrona.ch
Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Prümaran pRui Das Bergrestaurant ...eine Spur persönlicher...
Jeweils am Donnerstagabend Käsefondue
mit anschliessender Schlittenabfahrt.
Tel. 081 864 03 40 • www.prui.ch

REISEN TAXI GULER
081 864 10 00 auch Kleinbusse

Interieur Horath
Polsterei · Vorhangmontagen · Technische Vorhänge
Livia Horath
Via da Manaröl 618
7550 Scuol
Tel. +41 79 435 56 51
www.interieur-horath.ch
info@interieur-horath.ch

Kauf & Verkauf von Immobilien

Wir sind für Sie da
Rufen Sie uns an

7550 Scuol
Tel. +41 81 860 37 42 · Luigi Olivetti
scuol@engelvoelkers.com · www.engelvoelkers.ch
ENGEL&VÖLKERS®

REINIGUNGS SERVICE
ENGADIN GMBH
info@reinigungsservice-engadin.ch
Tel: 079 859 25 01

· Gebäudereinigung
· Wohnungsreinigung
· Baureinigung
· Unterhaltsreinigung
· Hauswartung
· Schneeräumung
· Fensterreinigung bis 18m Höhe

fundaziun nairs

28. Dez 2020
- 18. Apr 2021

RETO PULFER: GEGENWARTS-GEWÄCHSE

Kuratiert von
Sabine Rusterholz Petko

Aus gefärbten und handgenähten Stoffen oder mit Arvenholz baut Reto Pulfer in der Kunsthalle archaische Behausungen, die er mit Fundstücken - Hölzern, Pflanzen oder Steinen - anreichert. Sie laden ein zum Verweilen und zum Nachdenken über nachhaltige Lebensweisen und unser Verhältnis zur Natur.

Die Ausstellung bildet den Auftakt der Ausstellungs-Trilogie zum Thema «Anthropozän» .

ÖFFENTLICHE FÜHRUNG DURCH DIE AUSSTELLUNG

Jeweils freitags,
22. Januar, 19. Februar,
19. März, 2./16. April 2021

INFORMATIONEN

Öffnungszeiten Kunsthalle
Donnerstag - Freitag
15 - 18 Uhr

Eintritt 15 CHF
Ermässigt 10 CHF

Künstlerhaus — Kunsthalle — Kulturlabor

Tel +41 81 864 98 02, info@nairs.ch, nairs.ch

Ursina Margadant
Plaz 42, 7554 Sent
Pediküre, Dr. Hauschka-Kosmetik
Reflexzonenmassage und Massage
Kassenanerkannt EMR
Mobil 078 862 87 67
www.ursina-margadant.ch

Inserat aufgeben?

Tel. 081 837 90 00
werbemarkt@gammetermedia.ch

Wo isst Ftan?

Pizza & Berge
Restorant Bellavista
Telefon 081 864 01 33
bellavista-ftan.ch

Tradiziun meets Italia
Restorant Engiadina
Telefon 081 864 04 34
engiadina-ftan.ch

Fedi SA

CH-7546 Ardez
079 405 91 18
tel. 081 862 24 09
info@fedi-bau.ch
www.fedi-bau.ch

impraisa da fabrica

VERMITTLUNG + VERKAUF:
VERENA ERNI
SCHINNAS
7550 SCUOL
TEL. 081 864 17 56
FAX. 081 864 86 72
www.verenaerni.ch

inkl. ÖV/Bergbahnen

FERIENWOHNUNGEN

auto-tecnic sa

Autorisierte
BMW-Vertragswerkstatt
Fahrzeughandel
Karosseriespenglerei
Autolackiererei
Pannendienst

CH-7546 Ardez
+41 81 862 23 63
info@auto-tecnic.ch
auto-tecnic.ch

Allegra
Ristorante Pizzeria

Täglich geöffnet

Pizzaria Allegra

Pizza vom Holzofen
Tagesmenü inkl. 3dl Mineral Fr. 18.-
Diverse süsse Spezialitäten
Hausgemachte Spezialitäten

@Center, Stradun 404, 7550 Scuol
Tel. 081 864 01 47

SGÜREZZA ELECTRICA
ENGIADINA

Sgürezza electrica Engiadina Scrl | Kurt Stecher | Via da Ftan 495E | CH-7550 Scuol
Telefon +41 79 688 84 47 | info@sguerezza-electrica.ch
www.sguerezza-electrica.ch

Controlla d'installaziuns electricas ed apparats | Analisa e cussagliaziun
Elektrokontrollen | Geräteprüfung | Analysen & Beratung

TOYOTA

SUZUKI

DAIHATSU
Service

FRATSCHÖL SA

Via da Manaröl 679 CH-7550 Scuol Tel. 081 864 99 90 www.fratschoel-sa.ch

Hot Zuort

Familie Not Pult
heisst Sie willkommen

Tel. 081 866 31 53
www.zuort.ch · info@zuort.ch

NATURHEILPRAKTIKERIN
mit eidg. Diplom in
HOMÖOPATHIE

Gabriela Brun
Stradun 322
7550 Scuol
079 611 89 71
www.gabrielabrun.ch

Immunsystem stärken

Behandlung akut und
chronisch und bei
psychischen Beschwerden

Ihr Sanitär-, Heizungs- und
Lüftungsspezialist in Scuol
mit 24h-Pikett-Dienst

CHRISTOFFEL

Heizung
Sanitär
Lüftung

7550 Scuol · 081 864 01 51 · 079 432 35 43 · g.christoffel@bluewin.ch

GISEP

DECORAZIUNS SA

Via da Sotchà 213 · 7550 Scuol
www.gisep.ch · 081 864 12 77

Bodenbeläge – Polsterei
Vorhänge – Insektenschutz
Bettwaren – Matratzen

MUNTOGNAS E PASCHIUN
JONSPORT
1979
NEU
unser ausgebauter Bootfitting Bereich
DYNAFIT
COMPETENCE CENTER
Stradun 328a
CH-7550 Scuol
+41 81 864 18 17
www.jon-sport.ch

NOUV NOUV NOUV eir a...
NEU NEU NEU jetzt auch in...
da plü bod ANDREA BUCHLI
ehemals ANDREA BUCHLI
EQUIPAMAINT ED ACCESSORIS PER LOCALS
PROTECZIUN CUNTER IL SULAI
TECNICA DA RECLAMA
PITTURA
MICHELUZZI
RAUMAUSSTATTUNG
SONNENSCHUTZ
WOHNACCESSOIRES
WERBETECHNIK
MALEREI
CH - 7554 Sent
Tel. 081 / 860 21 68
info@micheluzzi.com
www.micheluzzi.com

Ein ideales Geschenk
A spass a l'ur dal tschêl Romedi Arquint - ISBN-Nr. 978-3-9524798-6-5
La pultruna - Annäherungen Romedi Arquint - ISBN-Nr. 978-3-9524798-4-1
Cubadreams Romedi Arquint - ISBN-Nr. 978-3-9524798-5-8
Gammeter Media AG
Bagnera 198, 7550 Scuol
Telefon 081 861 60 60
scuol@gammetermedia.ch
Das Medienhaus der Engadiner

LIEBLINGS-REZEPT

Bapis Mexicaine Old El Paso Style

Thomas Dietrich

Thomas Dietrich ist von Beruf «Zöllner» und als Leiter Nebenzollamt in Martina tätig. Mexikanisches Essen liebt die ganze Familie, und so wird von Zeit zu Zeit scharf gekocht.

Mise en Place:

- Peperoni in kleine Würfel schneiden
- Zwiebel fein hacken
- Rindfleisch in kleine Stäbchen oder Würfel schneiden
- Rotwein / Bouillon / Tomaten Püree bereitstellen
- Mais und Indianerbohnendosen öffnen Saucengläser öffnen
- Gewürzbeutel öffnen Backofen auf 80 Grad heizen

Jetzt geht's los …

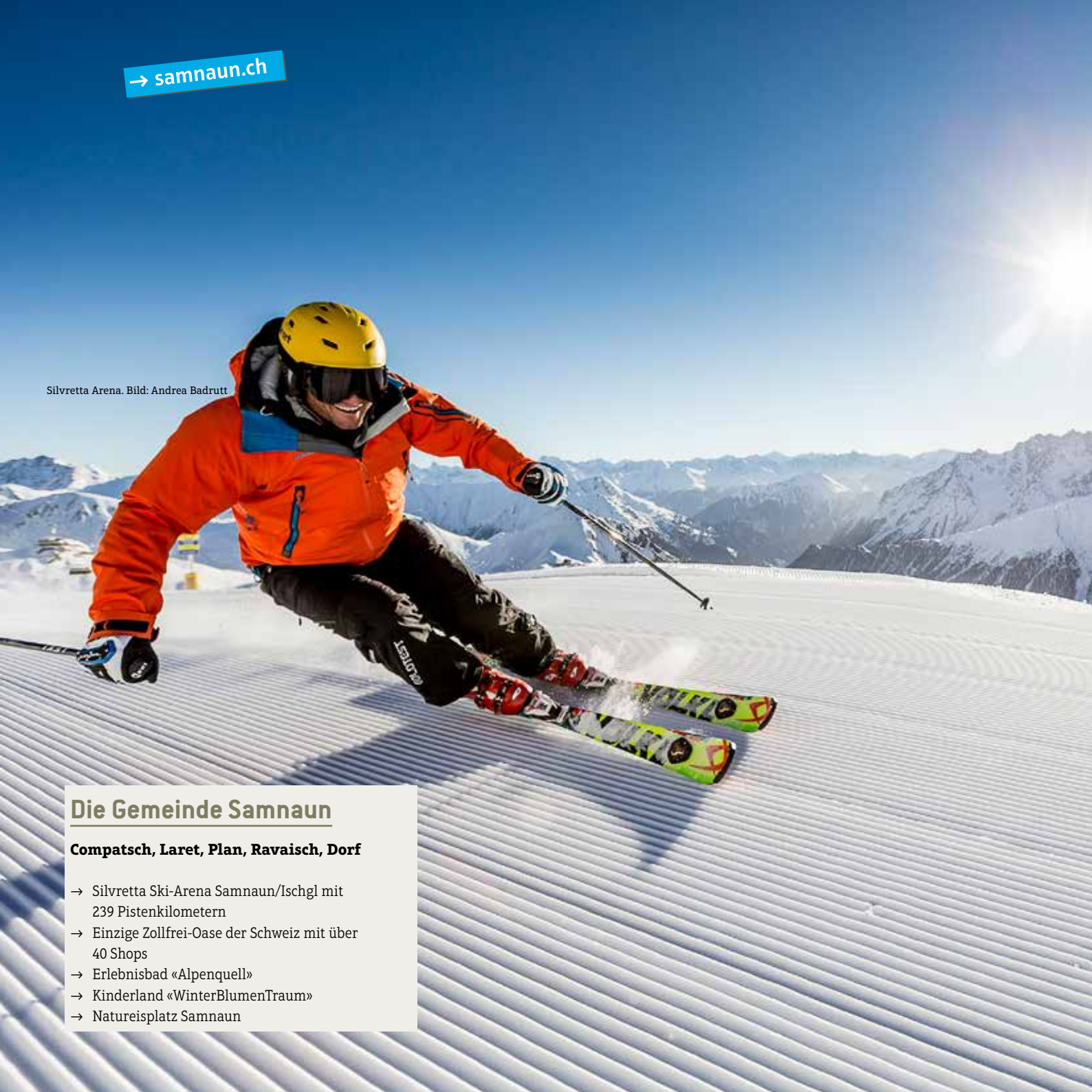
- Zwiebel mit etwas Butter goldgelb anschwitzen. Die Peperoniwürfel dazugeben und ebenfalls mit anschwitzen. Das Tomatenpüree beigeben, umrühren und leicht anbraten. Den ganzen Beutel Taco-Gewürz über das Peperoni-Zwiebel-Gemisch streuen und mit Rotwein ablöschen. Die Bouillon dazugeben, ca. 5 Minuten leicht kochen lassen.
- Beide Saucen Taco Salsa mild / scharf dazugeben. Das ganze ca. 15 min. bei kleiner Hitze kochen lassen.
- Die Indianerbohnen dazugeben und weitere 5 Min. kochen lassen.
- Nun sollten die Zutaten weich sein. Den Mais dazugeben, dieser muss nur warm werden.
- In der Zwischenzeit die Tacos im Backofen gemäss Anleitung auf der Packung warm werden lassen.
- Nun das Fleisch in Etappen «scharf» anbraten, würzen und in die Sauce geben, umrühren, fertig.
- Nun können die warmen Tacos mit der Peperoni-Mais-Bohnen-Fleischmischung gefüllt werden

Buen pravecho

Was ist Ihr Lieblingsrezept?
Schreiben Sie uns!
→ allegra@engadin.com

ZUTATEN

- 2 Stk. Peperoni rot/gelb
- 1 Zwiebel mittelgross
- 2 Esslöffel Tomaten Püree
- 1 dl Rotwein
- 1 dl Bouillon
- 1 kleine Dose Mais
- 1 kleine Dose «Indianerbohnen»
- Je nach Hunger 8 Mini-Tortillas oder 8 Tortillas «Old El Paso»
- 1 Glas «Old El Paso» Taco Salsa scharf
- 1 Glas «Old El Paso» Taco Salsa mild
- 1 Beutel «Old El Paso» Gewürz
- weitere Gewürze wie Paprika, Pfeffer, Mexicaine
- 300 gr. Rindfleisch Huft oder Schnitzelfleisch zum Anbraten à la minute



→ samnaun.ch

Silvretta Arena. Bild: Andrea Badrutt

Die Gemeinde Samnaun

Compatsch, Laret, Plan, Ravaisch, Dorf

- → Silvretta Ski-Arena Samnaun/Ischgl mit 239 Pistenkilometern
- → Einzige Zollfrei-Oase der Schweiz mit über 40 Shops
- → Erlebnisbad «Alpenquell»
- → Kinderland «WinterBlumenTraum»
- → Natureisplatz Samnaun

ZOLLFREI SHOPPEN,
8 KILOMETER VOR SAMNAUN

ACLA DUTY FREE

Let's be Dutyfree!

DAS WHISKY-, UHREN- UND BEAUTY-PARADIES

ZOLLFREI SHOP | RESTAURANT | TANKSTELLE | 7 TAGE OFFEN | ACLA-DA-FANS.CH

Lavin. Bild: Andrea Badrutt

#OLZBAU

IHR ANSPRECHPARTNER BEI
ZIMMER-, SCHREINER-, SPENGLER- UND DACHDECKERARBEITEN.
Valchava - Scuol - Zernez ☎ 081 851 60 20

Die Gemeinde Zernez

Brail, Zernez, Susch, Lavin

- → Nationalpark-Besucherzentrum in Zernez
- → Familienbad mit Kinderbecken und Aussenpool mit 34°
- → Natur- und Kunsteisfeld Center da Sport Zernez
- → Langlaufloipe Giarsun – Lavin – Susch – Zernez - Maloja
- → Denkmalgeschützte Kirche in Brail

ZAHLEN ERZÄHLEN

Wieviel es «schneielet und beielet»

«Früher waren die Winter strenger und der Schnee lag höher», hört man oft. Nur weiss man nie recht, ob das auch noch ein wenig damit zu tun hat, dass man früher kleiner war und einem die Schneemassen deshalb auch gewaltiger vorkamen.
Wie immer in solchen Fällen helfen gegen Zweifel und Vermutungen nur Zahlen und zwar diejenigen von Meteoschweiz. Seit **1959** messen die nationalen Meteorologen den Niederschlag in unserer Gegend, dies auch immer separat über den Winter, von November bis März. Allerdings messen sie die Niederschläge in Millimeter. Da stellt sich erst mal die Frage wieviel Schnee das denn ist? Jörg Kachelmann weiss Antwort: ein Millimeter Niederschlag entspreche einem Zentimeter Schnee, sagt er. Na gut, dann los.
Sta. Maria kam im Winter **1959**/**60** auf **313** Millimeter Niederschlag, also insgesamt **313** Zentimeter Schnee. Den Rekord verbuchte das Val Müstair **2000**/**01** mit **400** Zentimetern, am wenigsten lag **1972**/**73**, nämlich **96,9** Zentimeter, und im letzten Winter wurden **310** Zentimeter gemessen.
Zernez verzeichnete **1995**/**96** am wenigsten Schnee, nämlich nur **104** Zentimeter, **2000** gab es ebenfalls einen Rekord mit **565** Zentimeter, und im letzten Winter fielen **298** Zentimeter. Die Niederschläge in Scuol bewegten sich quasi im Gleichschritt mit denjenigen von Zernez. Die Rekordhöhe lag **2000**/**01** mit **449** Zentimeter allerdings tiefer, ebenso das Minimum mit **93,4** Zentimeter, im Winter **95**/**96** und letzten Winter fielen **253** Zentimeter.
Etwas aus der Reihe tanzt Martina respektive dessen Niederschläge. So verzeichnete der Grenzort den Spitzenwert im Winter **66**/**67** mit **408** Zentimeter weisse Pracht, am wenigsten fiel **75**/**76**, nämlich **101** und letzten Winter waren es **280** Zentimeter.
Stimmt das mit den früheren Wintern fürs Unterland garantiert, so variieren die Schneemengen in den Bergen vorerst noch munter.

Die Gemeinde Val Müstair

Tschierv, Fuldera, Lü, Valchava, Sta. Maria, Müstair

→ Gelebtes Miteinander von Mensch und Natur
→ Skigebiet Minschuns «Klein & Fein»
→ Langlaufloipe Fuldera – Tschierv, Höhenloipe Minschuns, Panoramaloipe Lü
→ Naturpark Biosfera Val Müstair
→ UNESCO Welterbe Kloster St. Johann in Müstair

→ val-muestair.ch

Skigebiet Minschuns
Bild: Andrea Badrutt

Grosse Arvenmöbel-Ausstellung
Frars Hohenegger SA
Via Maistra 29 – 7533 Fuldera

www.frars-hohenegger.ch
Telefon +41(0) 81 858 5214
info@frars-hohenegger.ch

FULDERA im VAL MÜSTAIR

Hotel Landgasthof Staila Fuldera***
Via Maistra 20, CH-7533 Fuldera
Tel. Nr. +41 (0)81 858 51 60
info@hotel-staila.ch, www.hotel-staila.ch

TSCHENETT
OFEN PLATTEN
Mehr als nur heisse Luft.

Juata liegt in der Nähe der Alp da Munt.
Bild: Remo Malgiaritta

Juata, Val Müstair

Mein Lieblingsort ist Juata im Val Müstair. Juata liegt in der Nähe der Alp da Munt, also bei Minschuns, am Panoramaweg durchs Val Müstair. Dieser Ort gefällt mir sehr, weil ich da mitten in der Natur bin, sogar einen See hat es noch. Im Frühling und im Spätherbst kann man mit etwas Glück die Birkhähne balzen hören. Im Sommer fahre ich oft mit dem Mountainbike hoch oder gehe zu Fuss. Im Winter schnalle ich immer mal wieder die Langlaufskier an und laufe über Minschuns, Juata, Alp Champatsch bis Tschierv. In einem Jahr geh ich sicher 30 bis 40 mal dorthin.

Remo Malgiaritta ist Forstwart im Val Müstair. Findet die Tour de Ski im Tal statt, ist er zuständig für die Bauten und die Installationen. Remo Malgiaritta ist verheiratet und hat zwei Kinder.

SO KOMMT MAN HIN:

Entweder vom Parkplatz des Skigebietes Minschuns durchs Val Plaun zur Alp da Munt, und dann rechts abbiegen oder von der Ofenpasshöhe Süsom Givé dem Panoramaweg bis Juata folgen.

Koordinaten:
2822521/1169162

Scannen und Karte anzeigen

www.buntschlin.ch

FALEGNAM PUA

Tradition aus der Region,
kombiniert mit Modern.

Tel. 081 866 37 70

CUAFFÖR MIERTA

Für Sie und Ihre Haare –
Style aus dem Herzen Europas.

Tel. 081 866 31 07

FURNARIA-PASTIZARIA HÄFNER

Vom Roggenbrot zur Nusstorte:
Die Bäckerei mit den lokalen
Spezialitäten.

Tel. 081 866 34 24

BUTIA TSCHLIN

Der Dorfladen in Tschlin
mit allen Bun Tschlin-Produkten.

Tel. 081 866 32 74

CENTER CULTURAL BASELGIA SAN NICLÀ

Kultur pur geniessen in
der Kirche von San Niclà.

Tel. 081 864 08 89 | www.san-nicla.ch

FILZ FAMOS

Alles Mögliche und Unmögliche aus
Filz aus Bioschafwolle.

Tel. 081 866 33 49

BUN TSCHLIN BT

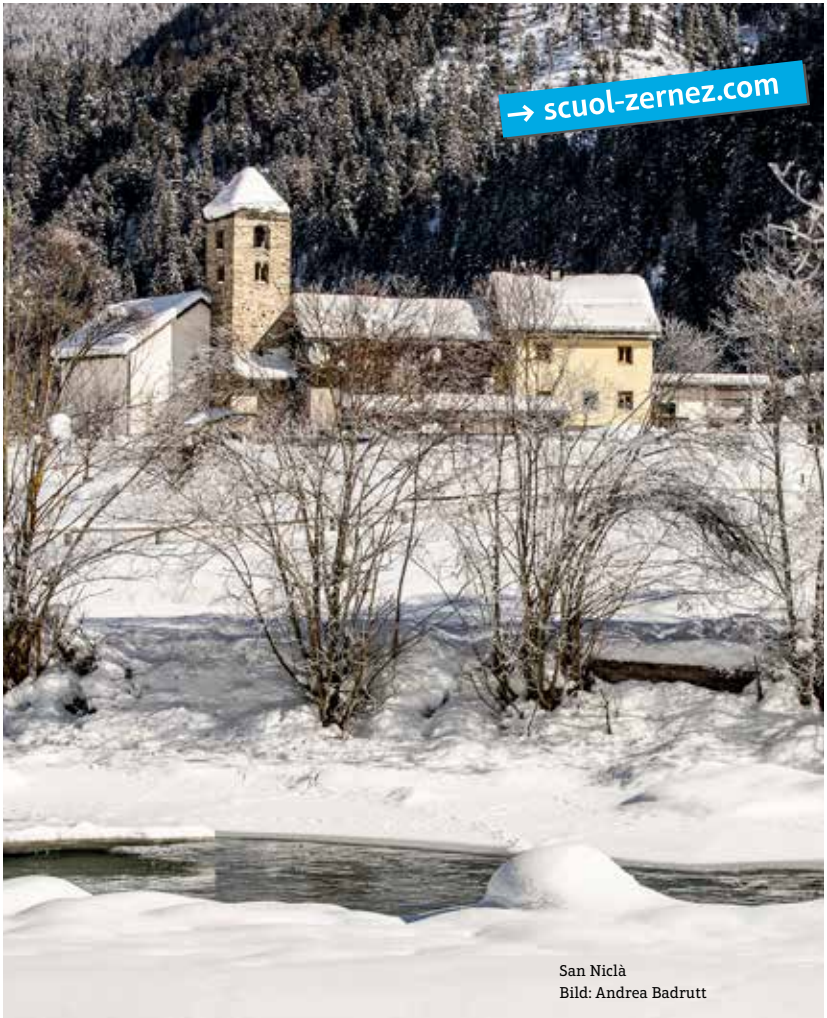
Bun Tschlin Apéro-Box

Die Bun Tschlin Apéro Box ist der ideale Begleiter für alle Online-Treffen. Sei es das ausgefallene Betriebs-Weihnachtsfest, ein Apéro mit den Jassfreunden oder ein Online-Familientreffen!

Sie enthält:
4 Bio-Biere der Bieraria Engiadinaisa
1 Degustationsglas
1 Stück Bio-Käse von der Käserei Che Chaschöl
1 Hirsch-Salsiz von der Bacharia Zanetti
2 Stück selbstgemachte Nusstorten von Prodots Etter

Kostenpunkt inklusive Porto pro Box CHF 39.–

Weitere Infos & Bestellung auf
www.buntschlin.ch/aperobox



San Niclà
Bild: Andrea Badrutt

Gemeinde Valsot

Ramosch, Vnà, Tschlin, Strada, Martina

→ 21 km Talloipe Scuol - Martina
→ Burgruine Tschanüff in Ramosch
→ Winterwanderweg von Vnà zum Weiler Zuort
→ Schlittelweg Tschlin - Strada
→ Eigene Produktepalette «Bun Tschlin»

Schneeschuhplausch im verschneiten Unterengadin. Bild: Andrea Badrutt, Chur

RESGIA KOCH SA

Sagt Danke.

Allen treuen Kunden, Mitarbeitern, und Lieferanten. Für die gute Zusammenarbeit und das geschenkte Vertrauen.

Holzhandel
Brennholzhandel
Holzbau
Transporte

CH-7556 Ramosch
Tel. 081 866 31 43
resgia.koch@bluewin.ch
www.resgia-koch.ch

NEU
NOUV
NEW

LAIN

MARANGUNARIA E RESGIA

Marangunaria Beer SA
Holzbau • Holzhandel • Sägerei
Plan da Muglin • Ramosch

falegnamaria
schreinerei
lingenhag

7558 Seraplana
Tel. 081 866 33 66
lingenhag@bluewin.ch
lingenhag.ch

Liebe Leserinnen und Leser

Angesichts der aktuellen Lage und den damit einhergehenden Einschränkungen verzichten wir auf die Publikation einer Agenda in der gewohnten Form. Gerne machen wir Sie untenstehend auf unsere digitalen Informationskanäle aufmerksam. Wir sind bestrebt, diese Informationen so aktuell wie möglich zu halten. Verbindliche Angaben erhalten Sie bei den Veranstaltern direkt.

Für das Unterengadin:
scuol-zernez.com/events
scuol-zernez.com/ferientipps

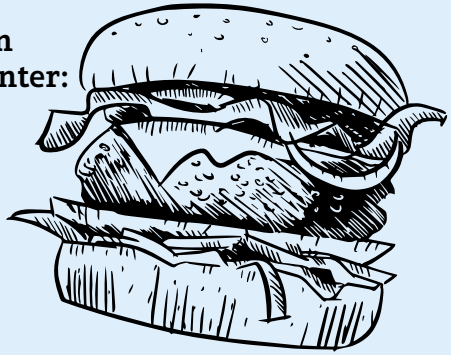
Für Samnaun:
samnaun.ch/veranstaltungen
samnaun.ch/ferientipps

Für Val Müstair:
val-muestair.ch/veranstaltungen
val-muestair.ch/ferientipps

Grazcha fich – vielen Dank für Ihr Verständnis.

Take-Away

In unserer Ferienregion Engadin Samnaun Val Müstair stehen Ihnen verschiedene Take-Aways zur Verfügung. Die Übersicht finden Sie unter:



Unterengadin:
scuol-zernez.com/take-away

Samnaun:
samnaun.ch/take-away

Val Müstair:
val-muestair.ch/take-away

Gastronomische Spezialitäten

Ftan

Hotel Pizzeria Bellavista

7551 Ftan, Tel. 081 864 01 33

- Küche: Pizza, Flammkuchen, Salatbuffet, Hamburger, Japanisches Okonomiyaki, Glace

Tarasp

Schlosshotel Restaurant Chastè

Sparsels 154, 7553 Tarasp
Tel. 081 861 30 60
chaste@schlosshoteltarasp.ch
Montag und Dienstag Ruehtag.

- Kulinarische Erlebnisse mit dem Schloss Gourmetmenü und dem Chastè Menü
- Seit über 30 Jahren Klassiker wie Bouillabaisse, Chateaubriand und Lammkarree
- Grosse Weinkarte mit auserlesenen Weinen
- Engadiner Haus mit 500-jähriger Familiengeschichte

Sur En/Sent

Landgasthof Val d'Uina

Spezialitäten Restaurant

7554 Sent/Sur En Tel. Nr. 081 866 31 37
www.sur-en.ch - Montag Ruhetag

Wildspezialitäten aus der Region

- Verschieden Wildgerichte
- Reh und Gemsrückenfilet flambiert
- Wildfondue Chinoise
- Natura Rindssteak vom Grill
- Cordon bleu Festival
- Raclette und Käsefondue

Scuol

Hotel Astras – Restaurant & Pizzeria

7550 Scuol, Tel. 081 864 11 25

- Pizza nach Wahl bis 23.00 Uhr
- Engadiner Spezialitäten
- Grosse Auswahl an traditionellen Gerichten
- Preiswerte, täglich wechselnde Mittags-Menüs
- Bediente Panorama-Sonnenterrasse

Hotel Filli – Restaurant-Bar-Lounge

7550 Scuol, Tel. 081 864 99 27
hotel.filli@bluewin.ch

Aus heimischen Küchen

- Hausgemachte Capuns
- Hirschfilet vom Grill mit Engadiner Krautpizokel

Fillis Klassiker

- Kalbsleber «Venezia» mit Rösti
- Saltimbocca alla Romana mit Risotto ai Funghi

Fillis Specials

- Ciccorino rosso an Sardellen-Knoblauchdressing
- Die besten Stücke von Engadiner Rindern vom Grill
- Knochengereiftes Kotelett vom Appenzeller Schwein

Bun appetit!

Engadiner Boutique-Hotel GuardaVal

Vi 383, 7550 Scuol, Tel. 081 861 09 09

- Gourmet Restaurant mit 15 Gault Millau Punkten
- Regionale Gourmetküche der Alpen
- Weinkarte mit heimischen und internationalen Weinen
- Cheminée-Bar und Sonnenterrasse mit schönem Panorama für Ihren Apéro
- Täglich Schlemmerfrühstück bis 10.30 Uhr (am Wochenende bis 11.00 Uhr)

Hotel & Restaurant Bellaval

7550 Scuol, Tel. 081 864 14 81

- Fondue Chinoise oder «Heisser Stein» (ab 1 Person)
- Käse-Fondue oder Raclette am Tisch (ab 1 Person)
- Feine Flammkuchen
- Engadiner Spezialitäten und internationale Küche
- Umfangreiche Weinkarte mit über 200 Weinen aus der ganzen Welt

Restaurant Nam Thai

im Engadin Bad Scuol, 7550 Scuol
Tel. 081 864 81 43, namthai@belvair.ch
www.belvair.ch/nam-thai

- Thailändische Spezialitäten nach Originalrezepten von unseren Thai-Chefs zubereitet
- Spezielle Vorspeisenplatte «Best of starter» (ab 2 Personen)
- Thailändische Suppen, Curries, Fleisch-, Fisch- und Vegetarische Gerichte
- Köstliche Desserts aus Fernost
- Im Nam Thai bieten wir auch Take Away an, falls Sie einmal unser Thai-Essen zuhause geniessen möchten. In der Hochsaison kann das Take Away Angebot kurzfristig eingeschränkt sein. Wir empfehlen Ihnen telefonisch zu bestellen.

Tschlin

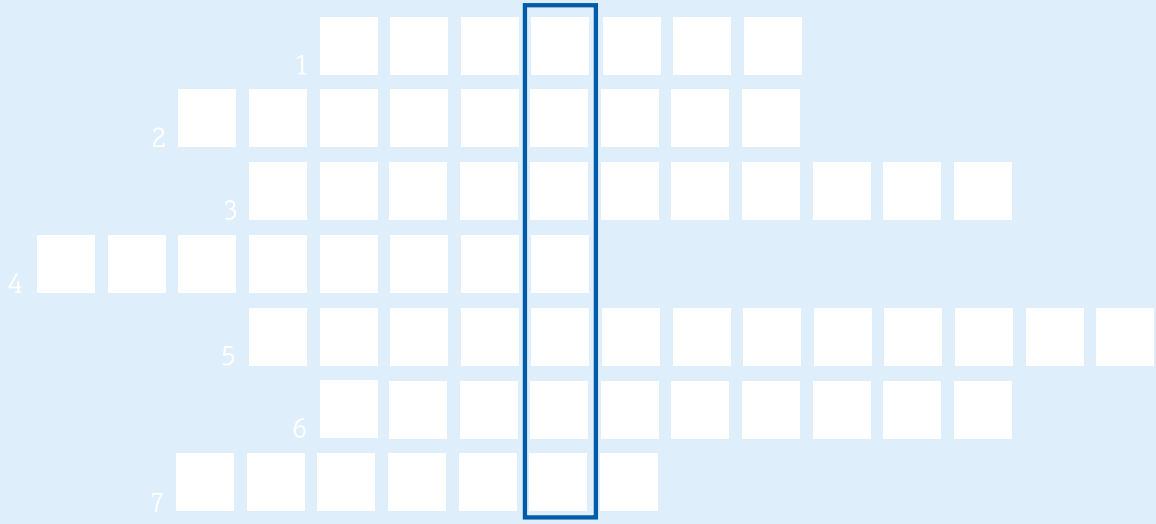
Hotel Macun

Giassa d´Immez 88, 7559 Tschlin
Tel. 081 866 32 70
info@hotelmacun.ch

- Aus der Jagdsaison 2020: Hirsch und Gämse (Pfeffer und Schnitzel)
- Plain in Pigna: Tschliner Ofenrösti mit Salat oder Sauerkraut (auf Vorbestellung)
- Vaischlas (Tschliner Kartoffelküchlein mit Käse, verschiedene Salsiz, Zwetschgenkompott)
- BUN TSCHLIN Marenda: Zvieriplatte mit regionalen BUN Tschlin Produkten.
- Zarte Lammkoteletts von Schafbauern aus der Region mit Vaischlas und Gemüse.

PREIS-RÄTSEL

Die Fragen



1. Eine der vier Säulen der Wellness-Philosophie ist Bewegung Indoor und …
2. Damit wurde früher Benzin in die Auto-Tanks gelassen
3. Frühere Produktionsquelle für Eis im Unterengadin (drei Wörter)
4. Während der Abfahrt werfen die Skeachers einen Blick darauf
5. Die Rettung der Trinkhalle ist damit gekoppelt
6. Kann man mit etwas Glück im Frühling oder Spätherbst bei Juata balzen hören
7. Dort beginnt der Warzenbeisserpfad, dessen Tafeln von Othmar Derungs illustriert wurden

Bitte senden Sie Ihre Antworten bis zum 28. Januar 2021 an: Redaktion ALLEGRA, c/o Tourismus Engadin Scuol Samnaun Val Müstair AG, 7550 Scuol, oder geben Sie diese bei der Gäste-Info Scuol ab. Viel Glück!

Lösungswort .....

Name / Vorname .....

Strasse / Nr. .....

PLZ / Ort .....

Bitte schicken Sie mir folgende Newsletter:

☐ Scuol-Zernez ☐ Samnaun ☐ Val Müstair

E-Mail Adresse: .....

WETTBEWERBBESTIMMUNGEN

Teilnahmeberechtigt sind alle Einheimischen und Gäste (Ausnahme: ALLEGRA-Mitarbeiter). Pro Haushalt wird nur eine Antwort verlost. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Gewinner des Preisrätsels erhalten einen 100-Franken Gutschein. Haupt- und Spezialpreise werden in der Zwischensaison aus allen Teilnehmenden verlost.

1. PREIS

Typically Swiss Hotel Altana, Scuol
Drei Übernachtungen für zwei Personen mit Frühstück im Standardzimmer inklusive einem 3-Gang Abendmenu am Anreisetag.

Hotel Altana, Adrian M. Lehmann, Via da la Staziun 496, 7550 Scuol.
Tel. 081 861 11 11, hotel@altana.ch, www.altana.ch
Reservation nur auf telefonische Anfrage. Der Gutschein ist nicht über die Fest- und Feiertage sowie während Spezialanlässen einlösbar.

2. PREIS

Chasa Werro, Sent
Zwei Übernachtungen für zwei Personen im Doppelzimmer inklusive Frühstück im Chasa Werro in Sent und pro Person einen Eintritt ins Bogn Engiadina Scuol.
Wert: CHF 260.00

Chasa Werro, Frau Marianne Werro, Sot Pradè 137, 7554 Sent
Tel. 078 905 03 28, cmwerro@bluewin.ch, www.werroengadin.ch

3. PREIS

Chasa Allegra, Müstair
Zwei Übernachtungen für max. 4 Personen in der Ferienwohnung Chasa Allegra in Müstair.
Wert: CHF 220.00.

Chasa Allegra, Gerlinde und Mathias Andri,
Hauptstrasse 57, 7537 Müstair
Tel. 079 625 43 35, ferienwohnung@allegra-muestair.ch,
allegra-muestair.ch

100-FRANKEN-GUTSCHEINE

- Restaurant La Terrassa, Stradun 400, 7550 Scuol, visit us on facebook
- Lia Rumantscha, Stradun 403, 7550 Scuol, liarumantscha.ch
- Pro manufacta engiadina, Portas 17AB, 7550 Scuol, promanufacta.ch
- Falegnamaria Curdin Müller, Stradun 402, 7550 Scuol, mobigliamueller.ch
- Bogn Engiadina Scuol, 7550 Scuol, bognengiadina.ch
- Girella Brocki, Via Sura 73, 7530 Zernez, girella-brocki.ch

Die Gutscheine können nicht in Bargeld umgetauscht werden, sind nicht übertragbar und dürfen nicht kumuliert werden. Ein Warenersatz ist ausgeschlossen.

Herzliche Gratulation

Gewinnerin des ALLEGRA-Preisrätsels
Nr. 1 - November 2020
Selina Grond, Müstair
Auflösung des Preisrätsels im ALLEGRA
Nr. 2 - Dezember 2020: BETEN

DREI WÜNSCHE

Fabian Schorta aus Zernez ist der dortige Tourismuskoordinator. In dieser Funktion ist er unter anderem verantwortlich für die Events im Dorf und auch OK-Präsident des Engadin Radmarathon. In der Freizeit trifft man ihn zurzeit meist unter seinem Oldtimer oder dann rennend im Wald.

Fabian Schorta wünscht sich, dass …

1 … sich unser Leben bald wieder normalisiert und wir die Freiheiten wieder zurückbekommen, wie vor der Pandemie.

2 … unser Tal und unsere Region touristisch, politisch, aber auch gesellschaftlich stärker zusammenwächst und wir mit dem «Gärtchendenken» aufhören.

3 … all die Gäste, die diesen Sommer unsere Region (teils neu) oder wiederentdeckt haben, gemerkt haben, wie nah das Schöne doch ist und auch in Zukunft wiederkommen werden.

MEDIZINISCHER NOTFALLDIENST

Hausärzte

24-Std. medizinischer Notfalldienst:
Region Scuol: 081 864 12 12
Region Zernez: 081 856 12 15

9./10. Jan.	Dr. med. A. Kasper	081 864 12 12
16./17. Jan.	Dr. med. C. Nagy	081 864 12 15
23./24. Jan.	Dres. med. E. + C. Neumeier	081 864 12 12
30./31. Jan.	Dr. med. C. Weiss	081 864 12 12
6./7. Feb.	Dr. med. A. Chapatte	081 864 12 12

Region Samnaun:

Ganzjährig	Bergpraxis Samnaun	081 822 12 00

Spitäler

Unterengadin	Ospidal Engiadina Bassa	081 861 10 00
Val Müstair	Center da sandà Val Müstair Sta. Maria	081 851 61 00

Zahnärzte

Ganzjährig	Dr. med. dent. S. Wolfisberg, Scuol	081 864 72 72
Ganzjährig	Dr. med. dent. A. Imobersteg, Scuol	081 864 86 86
Nach Vereinbarung	Dr. med. dent. H. Cueni, Sta. Maria, www.csvm.ch	081 851 61 80

NOTFALL-TELEFONNUMMERN

Sanitätsnotruf	144
Europäischer Notruf	112
Polizei	117
Feuerwehr	118
Apoteca Engiadinaisa (Geschäftszeiten)	081 864 13 05
Apoteca Engiadinaisa (ausserhalb Geschäftszeiten)	081 864 93 70
Schweizerische Rettungsflugwacht	1414
Psychiatrische Dienste Graubünden	058 225 25 25
Strassenzustand (www.strassen.gr.ch)	163

PANNENHILFE

TCS-Pannendienst	140
S-chanf – Il Fuorn – Zernez – Flüela – Giarsun	081 830 05 96
Vinadi – Scuol – Giarsun – Guarda	081 830 05 97
Grenze – Val Müstair – Il Fuorn	081 830 05 98
Samnaun	081 830 05 99

apoteca & drogaria
engiadinaisa

10% Treuekarte – Ihrem Portemonnaie zuliebe

Seid 25 Jahren belohnen wir unsere Kunden mit einer 10%-Treuekarte bei einkäufen von Parfümerie- und Kosmetikartikeln.

Wie Funktioniert unsere Treuekarte?
Nach 6 Einkäufen erhalten Sie eine Gutschrift im Wert von 10% des Totalbetrages der Einkäufe, die Sie getätigt haben, auch bei Zahlung mit Kreditkarte.

Fragen Sie in der Apoteca e Drogeria Engiadinaisa nach unserer 10%-Treuekarte... Ihrem Portemonnaie zuliebe.

Ihr Team der Apoteca e Drogeria Engiadinaisa freut sich auf Ihren Besuch.

Apoteca & Drogaria Engiadinaisa SA
CH-7550 Scuol | Tel 081 864 13 05 | Fax 081 864 83 40 | www.apoteca-scuol.ch | info@apoteca-scuol.ch
Öffnungszeiten: Mo – Fr 8.00 – 12.30 Uhr und 13.30 – 18.30 Uhr
Sa 8.00 – 12.30 Uhr und 13.30 – 17.00 Uhr

Unsere Saunawelt. Für ihre Gesundheit.

www.bognengiadina.ch | #bognengiadina | #engadinized

Engadin Scuol
Bogn Engiadina