BABYGLÜCK IN GRAUBÜNDEN

## NACHWUCHS BEI RENZO!

1 BUB UND 3 MÄDCHEN HALTEN MISTER KONSUMER AUF TRAB

# KONSUMER

KONSUMER.CH I DAS SCHWEIZER KONSUMENTENMAGAZIN Nr. 7 / 2017

DEN HERBST GENIESSEN!

## DIE SCHÖNSTEN WANDER-ROUTEN

Schweiz Tourismus und Konsumer präsentieren die tollsten Wanderungen für Familien, Senioren und ambitionierte Profis!

HEISSE SCHNÄPPCHEN TIPPS!

Letzte Chance auf Sonne!

## DER GROSSE LAST-MINUTE VERGLEICH

Krasse 3 Wochen WERBEANRUFE KOSTEN UNS VIEL LEBENSZEIT!

JETZT ist endlich Schluss

**Spiess-Hegglin** MIESE UND HEFTIGE KOMMENTARE NACH KONSUMER-BERICHT

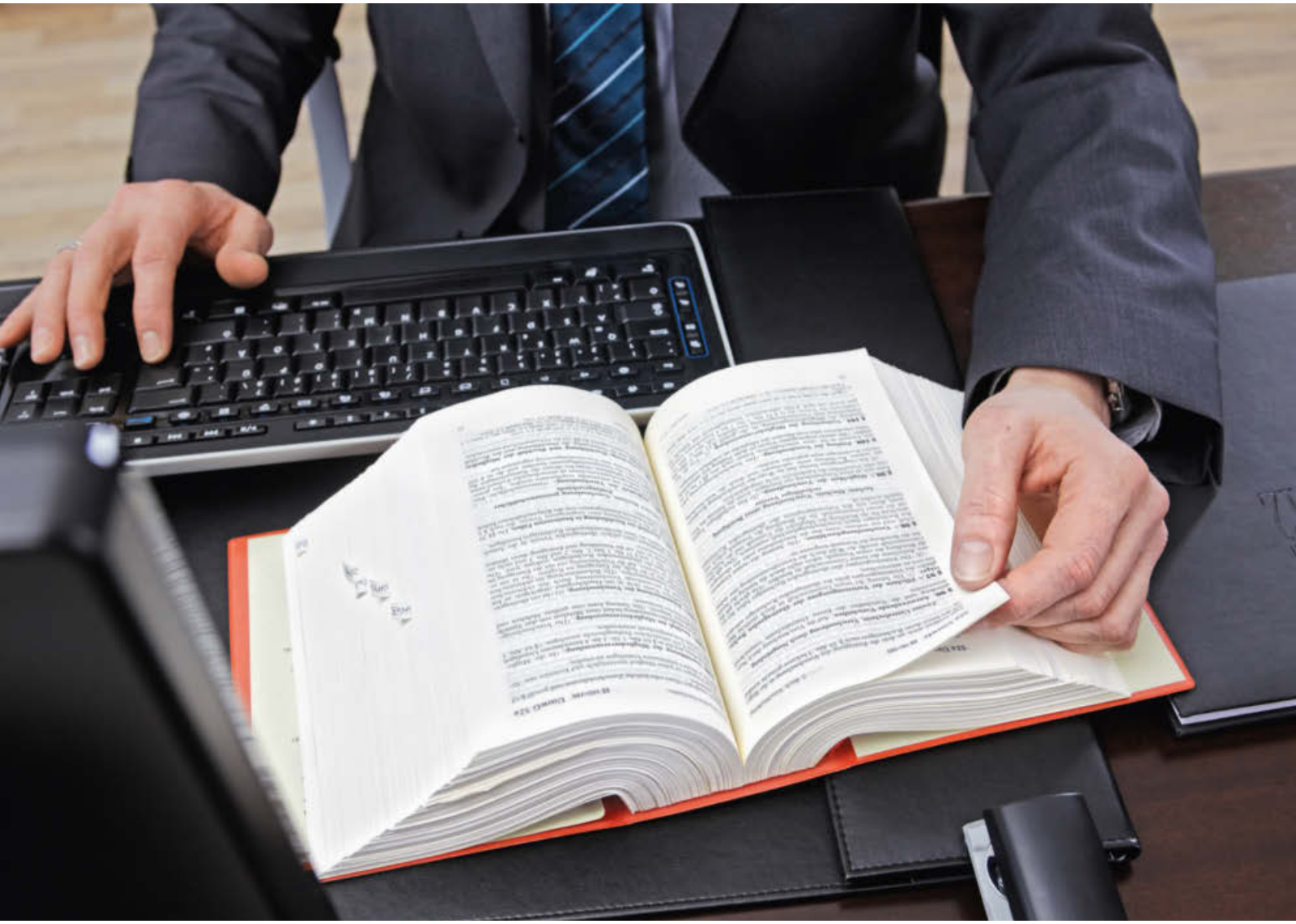
SEIT 1961

FERIENÄRGER?

UNSERE RECHTSBERATER HELFEN IHNEN GERNE - IN JEDER LEBENSLAGE. RUFEN SIE AN!

031 380 50 34

# Sie haben Rechtsfragen?
# **Wir wissen Rat.**



Unsere Rechtsexperten sind für Sie da:

**✆ 041 541 01 40**

Editorial

# Deshalb müssen wir jetzt reisen

Metropolen und Ferienregionen sind in jüngster Zeit vermehrt Opfer von Terroranschlägen geworden. Soll man deshalb generell nicht mehr reisen? Darf man die Türkei, Ägypten oder Tunesien noch besuchen? Ich meine: Ja! Eines der Ziele des sogenannten Islamischen Staates und dessen Anhänger ist es ja gerade, in der westlichen Welt Ängste zu schüren und unsere Freiheit zu beschneiden. Und da müssen wir dagegen halten. Die Dschihadisten wollen gegen den «Hort der Prostitution, des Lasters und des Unglaubens» angehen, wollen eine Mauer zwischen Muslimen sowie Christen und Juden aufziehen. Dagegen müssen wir uns wehren.

Wir können zu Hause vor dem TV-Gerät die Faust in der Tasche machen und am Stammtisch lautstark lamentieren. Aber das bringt nichts. Wir dürfen nicht in passiv-ängstlicher Lethargie verweilen, sondern müssen aktiv werden. Nur wenn wir reisen, werden fremde Menschen plötzlich zu Vertrauten. Nur wenn wir unterwegs sind, sehen wir das Leben nicht einzig aus unserer Perspektive. Und nur wenn wir auf Entdeckungstour gehen, finden wir in der Fremde manch einen Schatz und schmunzeln über die eine oder andere eigene Unzulänglichkeit. Und eines ist ganz klar: Erst auf Reisen wird uns bewusst, dass es neben Terror und Krieg auch eine andere Welt gibt. Eine Welt, die zeigt, dass Menschen unterschiedlichster Herkunft friedlich und hilfsbereit miteinander leben können – und vor allen Dingen auch wollen.

**Max Fischer, Konsumer-Redaktor**

Deshalb ermuntere ich Sie, unternehmungslustig und offenherzig voran zu schreiten. Gehen Sie gerade in diesen schwierigen Zeiten hinaus in die Welt. Schotten Sie sich nicht ab, suchen Sie den Dialog. Wir müssen miteinander ins Gespräch kommen, uns besser kennenlernen und so Hürden und Ängste abbauen. Eine erste Vorarbeit haben wir Ihnen abgenommen. Denn der Schwerpunkt unserer aktuellen Nummer liegt beim Thema Ferien. Lassen Sie sich inspirieren, beherzigen Sie die Tipps der Experten – und machen Sie die Probe!

Sollte es Sie aktuell nicht in die Ferne ziehen, dann liegt das Gute trotzdem nah: Zusammen mit Schweiz Tourismus präsentieren wir Ihnen die schönsten Wanderrouten der Schweiz.

In diesem Sinne: Viel Spass beim Lesen – und beim Reisen oder Wandern!

Ihr
Max Fischer, Redaktor

Gratulation

**Renzo Blumenthal, Mr. Konsumer**

## Renzo wird zum 4. Mal Papi!

Renzo Blumenthal (40), beliebter Ex-Mister Schweiz und Konsumer-Werbegesicht, ist am 19. August erneut Vater geworden. Seine Gattin Ladina (34) brachte die kleine Grace zur Welt: «Wir freuen uns sehr, dass die Kleine gesund ist. Aber mit 4 Kindern haben wir nun alle Hände voll zu tun, wie man sich vorstellen kann», so Renzo zum Konsumer.

Bei der Geburt sei glücklicherweise alles gut verlaufen. Nach Lena-Priscilla (6) und Naemi (4) folgt mit Grace nun das dritte Mädchen für den sympathischen Bio-Bauer. Sohn Moreno ist acht Jahre alt.

Auf die Frage, ob denn die Frauen in Zukunft noch stärker den Ton angeben werden im Hause Blumenthal, gibt sich Renzo kampfbereit: «1 Bub und 3 Mädchen, da sind wir Männer stark in der Unterzahl, doch wir beissen uns durch.»

Der Konsumer gratuliert ganz herzlich und wünscht alles Gute!

# Das Wandern ist des Schweizers Lust

**Wandern ist die neue Trendsportart: Wandern macht Spass, ist gelenkschonender als Jogging, senkt hohen Blutdruck und lässt Fett schmelzen. Und darüber hinaus kann die ganze Familie gemeinsam das Abenteuer über Stock und Stein geniessen.**

Topmodels und Hollywood-Stars wie Heidi Klum und Jessica Alba machen es vor, und Heerscharen von Schweizern machen es nach. Rund die Hälfte der Schweizer Bevölkerung wandert regelmässig. Laut einer Mach-Consumer-Studie sind es 25 Prozent der 14- bis 34-Jährigen, 39 Prozent der bis 55-Jährigen und 35 Prozent der über 55-Jährigen. Und das hat seine Gründe: Viele verbringen Stunden vor Laptop und PC, nehmen zu viel Fett und Zucker zu sich. Das führt zu überflüssigen Pfunden, hohem Blutdruck und zu hohen Cholesterinwerten. Statt für die Chemiekeule entscheiden sich immer mehr für Wandertouren. Zumal der Aufenthalt draussen in der Natur gleichzeitig noch für Spass und gute Laune sorgt. Gerade der Herbst eignet sich in der Schweiz ideal für Wanderausflüge. Und das grosse Plus: Wandern ist ideal für Familien. Hier können Mamis und Papis mit ihren Kleinen Abenteuer geniessen, draussen essen, spielen und die Gegend zu Fuss erkunden. Der Konsumer hat zusammen mit Schweizer Tourismus die tollsten Wanderungen für Familien, Senioren und ambitionierte Profis zusammengestellt. Packen Sie Ihre Siebensachen und machen Sie sich auf – es lohnt sich!

## Beachten Sie die Grundregeln des Wanderns!

Rund 6000 Personen verunfallen jährlich beim Wandern. Aber das muss nicht sein. Wichtig bei einer Wanderung sind eine gute Planung und das richtige Verhalten. Der Konsumer fasst die Tipps der Beratungsstelle für Unfallverhütung BfU und des Schweizer Alpenclubs SAC zusammen:

– Stimmen Sie Schwierigkeitsgrad und Distanz auf die schwächsten Gruppenmitglieder ab. Unternehmen Sie Bergwanderungen nicht allein. Beachten Sie Wetterberichte und beobachten Sie die Wetterentwicklung laufend. Sie müssen immer einen Plan B haben, also eine rollende Planung.

– So wenig wie möglich und so viel wie nötig mitnehmen: Sonnen- und Regenschutz, warme Kleidung, aktuelle Karte, Taschenapotheke, Rettungsdecke und Handy für Notfälle. Genügend Proviant (Müeslirigel, Trockenobst, Kekse, Getränke). Machen Sie regelmässig eine Pause und trinken Sie ausgiebig.

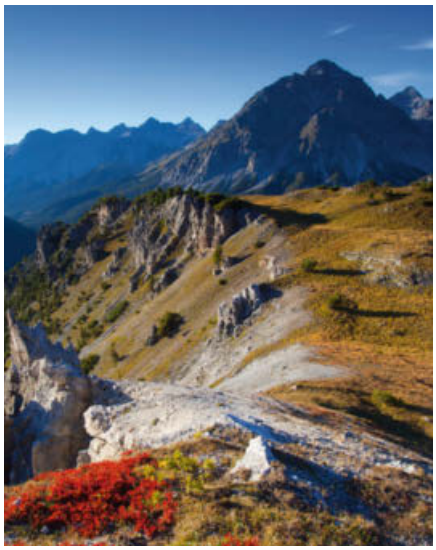
– Informieren Sie Dritte über Route und Ziel, melden Sie sich nach der Rückkehr wieder.

– Bleiben Sie auf den markierten Wegen. Wenn Sie sich verlaufen haben: Bleiben Sie in der Gruppe und kehren Sie zum letzten bekannten Punkt zurück. Warten Sie bei Nebel auf bessere Sicht, steigen Sie nicht durch unbekanntes Gelände ab.

– Es kommt beim Wandern nicht so sehr darauf an, die teuersten und trendigsten Klamotten zu tragen. Wichtiger sind einige funktionelle Aspekte: Unterwäsche sollte atmungsaktiv sein, die Feuchtigkeit nach aussen transportieren und schnell trocknen. Praktisch: Tragen Sie mehrere Schichten, so bleiben Sie genauso flexibel wie das Wetter. Entscheidend: Wer alpin wandert, braucht Bergschuhe mit einer festen Sohle. Für anspruchsvollere Wanderungen eignen sich Trekkingschuhe. Bei Strassen und festen Wanderwegengenügen Trail-Running-Schuhe.

**Tipp:**
**Probieren Sie Wanderschuhe am Nachmittag an, der Fuss dehnt sich im Verlauf des Tages aus.**

## Für Familien



**Der Nationalpark-Trail**
Auf dem Kinderpfad Champlönch – Il Fuorn weist ein digitaler Wanderführer den Weg über Wiesen und Hügel. Auf dem GPS-Gerät «Webpark» – es kann für 19 Franken im Nationalparkzentrum in Zernez ausgeliehen werden – erzählen zehn virtuelle Begleiter wie Tina die Gämse oder Tumasch der Rothirsch Geschichten zu den einzelnen Orten, an denen sich der Wanderer gerade aufhält. Gross ist die Neugier der Kinder, und aus dem Nationalpark wird ein Emotionalpark. Gespannt hören die Kleinen zu und blättern im Büchlein (samt CD zum Nachhören zu Hause).

**Steckbrief:** Leicht, 6 Kilometer lang, Wanderzeit 2.30 Stunden, Juni bis Oktober. Startort: Champlönch. Mit dem Zug nach Zernez, dann mit dem Postauto Richtung Müstair nach Champlönch
**Kontakt:** Schweizerischer Nationalpark, Zernez, +41 81 851 41 41, www.nationalpark.ch; info@nationalpark.ch

**Der Wildmannlisloch Weg**
Gleich zu Beginn jagt es dem Wanderer Puls und Herzschlag in die Höhe: die Schaukelpartie mit der Holzkistenbahn von Starkenbach zum Strichboden ist nichts für Angsthasen. Von hier führt eine einfache Route in sanftem Auf und Ab über den Toggenburger Höhenweg in zwei Stunden zur Alp Sellamatt – immer schön unterhalb der gezackten Churfirstengipfel und vorbei am geheimnisvollen Wildmannlisloch. Hier können kleine Höhlenforscher auf grosse Entdeckungstour gehen. Die 150 Meter lange, sagenumwobene Höhle kann man gefahrlos begehen. Ein weiteres Highlight: auf Sellamatt eröffnet der Klangweg nicht nur Kindern ganz neue Welten.

**Steckbrief:** Leicht, 6 Kilometer lang, Wanderzeit 1.50 Stunden, Juni bis Oktober. Startort Starkenbach. Zug nach Nesslau-Neu St. Johann, dann per Bus nach Starkenbach, Seilbahn zur Alp Vorderselun.
**Kontakt:** Toggenburg Tourismus, Wildhaus, +41 71 999 99 11, wwww.toggenburg.ch, kontakt@toggenburg.org

**Die historische Wasserroute**
Wegen des trockenen Klimas haben die Bauern im Wallis Jahrhunderte lang Bewässerungskanäle angelegt, sogenannte Suonen (französisch Bisses). Nendaz, auch heute noch einer der bedeutendsten Himbeer- und Aprikosenproduzenten der Schweiz, besitzt das grösste noch aktive Netz. Daran entlang führen 98 Kilometer zauberhafte Wanderwege. Ein besonders reizvoller Rundweg führt in gut dreieinhalb Stunden von Haute-Nendaz aus der «Bisse du Milieu» entlang nach Planchouet. Dort befinden sich Wasserfassungen, und in der Auberge Les Bisses warten lokale Köstlichkeiten auf hungrige Wanderer.

**Steckbrief:** Mittel, 250 Meter Aufstieg und Abstieg, Wanderzeit 3.40 Stunden. Mai bis Oktober. Startort: Auto oder Bus ab Sion bis Haute-Nendaz, Zentrum.
**Kontakt:** Nendaz Tourisme, Nendaz, +41 27 289 55 89, www.nendaz.ch, info@nendaz.ch

## Für aktive Senioren

**Die Schweizer Wildwasserroute**
Es ist eine in jeder Beziehung märchenhafte Wanderung. Indyllisch schlängelt sich der Weg ab Sonogno in Flussnähe der Verzasca durch lichte Birken- und Lärchenwälder, führt über Moorwiesen und zwischen Brione und Lavertezzo vorbei an dreissig Skulpturen. Verträumte Dörfer, abenteuerliche Hängebrücken, einsame Badeplätzchen: für Genusswanderer ein Paradies! Und: In romantischen Grotti warten zur Stärkung Salami, Risotto oder Polenta.

**Steckbrief:**
Mittel, 13 Kilometer, Wanderzeit 3.45 Stunden. März bis November.
Startort: Sonogno. Postauto von Locarno/Tenero nach Sonogno.
**Kontakt:**
Ascona-Locarno Turismo
+41 91 745 16 61, www.tenero-tourism.ch, tenero@ascona-locarno.com

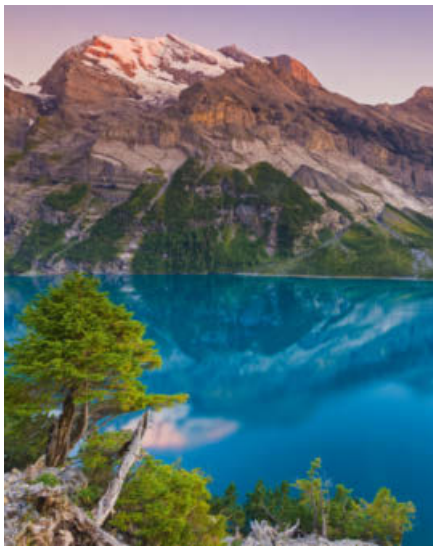
**Die Schweizer Floraroute**
Man erzählt sich hier die Geschichte, dass in früher Zeit ein Riese mit einem Sack voller Häuschen über den Alpstein gestiegen sei. Der Säntis war es natürlich, dessen Gipfel ein Loch in den Sack gerissen hat. Der Riese verlor daraufhin hier und da ein Haus – und so entstand die typische Streusiedlung des Appenzellerlandes. In munterem Auf und Ab führt die Blumentour am Fuss des Säntis von der Schwägalp zur Chammhaldenhütte, über eine reizvolle Moor- und Waldlandschaft hinüber zum Schotzenälpli und hinauf zur Dorwees.
Zum Abschluss dann noch der kurze Aufstieg zum Kronberg.

**Steckbrief**: Mittel. 6 Kilometer, Wanderzeit 2 Stunden, Mai bis Oktober.
Startort: Schwägalp. Postauto von Urnäsch und Nesslau-Neu St. Johann zur Schwägalp.
**Kontakt:** Appenzellerland Tourismus, Appenzell, +41 71 788 96 41,
www.appenzell.ch; info@appenzell.ch

**Die Schweizer Weinroute**
Da läuft manch einem Weinfreund schon bei der Beschreibung das Wasser im Mund zusammen: Vom mittelalterlichen St. Saphorin geht es durch die Rebstöcke auf den Terrasses de Lavaux bis Lutry. Das Lavaux ist das grösste zusammenhängende Weinbaugebiet der Schweiz und steht seit 2007 unter Unesco-Schutz. Und es wäre wirklich eine Schande, achtlos an den Weinkellern und urigen Pinten vorbeizugehen. Wer die Landschaft mit allen Sinnen erleben möchte, muss sie auch kosten. Nach einem Gläschen Chasselas fällt zudem jeder Schritt ein bisschen leichter.

**Steckbrief:** Mittel, 11,7 Kilometer, Wanderzeit 3.15 Stunden.
März bis November. Startort: St. Saphorin (per Bahn).
**Kontakt:** Montreux-Vevey Tourisme, +41 84 886 84 84,
www.montreuxriviera.com, info@montreuriviera.com

## Für ambitionierte Profis



**Die Königsetappe der «Via Alpina»**
Entlang des Unesco-Welterbes Jungfrau-Aletsch geht's vom Kiental über das Hohtürli ins Kandertal. Auf die Griesalp, dem Ausgangspunkt der Zweitagestour, kämpft sich die steilste Postautostrecke Europas mit Tüü-taa-too hinauf. Die erste Etappe führt über die Bundalp zur Passhöhe Hohtürli mit der gut 50 Meter höher gelegenen Blüemlisalphütte. Nach einer Nacht nahe der imposanten Gletscherwelt an der Nordflanke der Blüemlisalp folgt am zweiten Tag der Abstieg zum Oeschinensee, dem Juwel der Bergseen.

**Steckbrief:** Anspruchsvoll, 25 Kilometer, Wanderzeit 8 Stunden. Je nach Jahreszeit und Witterung kann die Route **gesperrt oder unterbrochen sein. Startort: Mit Auto oder Zug nach Reichenbach im Kiental. Dann mit dem Postauto auf die Griesalp.**
**Kontakt:** Blüemlisalphütte SAC, +41 33 676 14 37, www.bluemlisalphuette.com, info@bluemlisalphuette.com

**Der Nidwaldner Höhenweg**
Vom Engelbergertal zum Vierwaldstättersee. Von der Alp Brändlen führt der Aufstieg zum Haldigrat. Weiter geht's steil und leicht exponiert über den Grat hinauf zum Brisen, dem höchsten Punkt. Ein fantastischer Ausblick entschädigt für die Mühen: Er reicht vom Säntis über die Zentralschweizer zu den Berner Alpen. Übernachtung im Brisenhaus. Weniger anstrengend ist der zweite Tag: Durch das Gebiet der Klewenalp geht es zur Bergstation der Niederbauen Luftseilbahn.

**Steckbrief:** Anspruchsvoll, Wanderzeit an beiden Tagen je 4.30 Stunden, Anfang Juni bis Ende Oktober. Startort: Alp Brändlen. Bahn Luzern/Stans nach Wolfenschiessen, Luftseilbahn nach Brändlen.
Rückreise: Luftseilbahn Emmetten, dann Bus nach Beckenried/Stans.
**Kontakt:** Nidwalden Tourismus, Stans, +41 41 610 88 22, www.bisenhaus.ch; www.brisenhaus.ch, www.nidwalden-tourismus.ch

**Rund um die Gastlosen**
Im Rücken ein messerscharf gezacktes Massiv, voraus der Blick in grüne Weiten. Die Rundtour um die Gastlosen führt durch eine spektakuläre Landschaft. Das Soldatenhaus am Fusse der Gastlosen entstand mitten im Zweiten Weltkrieg. Gebaut wurde es auf Initiative eines Majors, der dort seine Truppen wintertauglich machen wollte. Heute bietet die urige Berghütte Wanderern und Kletterbegeisterten Unterschlupf und Verpflegung. Von der Terrasse aus geniesst man eine herrliche Aussicht auf das Greyerzerland, während im Osten die gewaltigen Kalkwände der Gastlosen in die Höhe ragen.

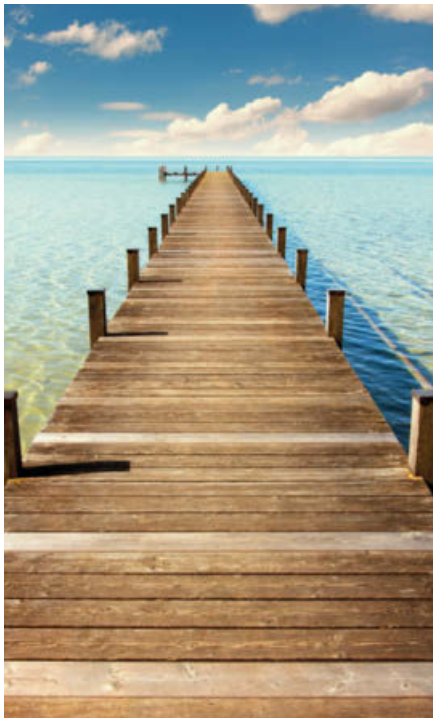
**Steckbrief:** Mittel, 11,4 Kilometer, Wanderzeit 4.30 Stunden, Juni bis Oktober. Startort: Jaun/Musersbergli. Bus von Charmey bzw. Boltigen nach Jaun/Kappelboden, Sesselbahn zum Musersbergli.
**Kontakt:** Jaun Tourismus, Jaun, +41 26 929 81 81, www.jaun.ch/tourismus, tourismus@jaun.ch

Konsumentenforum (kf)

# Ärger in den Ferien: Das können Sie tun!

**Beim Konsumentenforum (kf) treffen nach den Ferien regelmässig Reklamationen und Anfragen enttäuschter Touristen ein: Kakerlaken im Zimmer, ein gebuchtes Meersichtzimmer bietet lediglich Aussicht auf einen tristen Innenhof, 5 Sterne-Hotel entpuppt sich als dreckige Absteige: Was machen, wenn die vermeintlich schönsten Tage des Jahres zum Frust des Jahres werden?**

Seit 1961 engagiert sich das Konsumentenforum (kf) für die Anliegen von Schweizer Konsumentinnen und Konsumenten. Im Rahmen der Zusammenarbeit zwischen dem (kf) und dem Konsumer verarbeitet der Konsumer eingehende Anfragen an das (kf)-Beratungszentrum redaktionell, um damit ein breiteres Publikum zu erreichen und so mehr Menschen helfen zu können. Dieses Mal zeigen wir Ihnen, was Sie tun können, um Ferien-Ärger möglichst zu vermeiden:



Ferien sind zum Geniessen da.

**Vor der Reise**

– Buchen Sie Ihre Ferien bei einem Reiseveranstalter mit Kundengeld-Absicherung.
  Der Garantiefonds der Schweizer Reisebranche umfasst rund 1600 Veranstalter und Vermittler von Pauschalreisen in der Schweiz und Liechtenstein. Die Swiss Travel Security (STS) ist die Kundengeld-Absicherung der Swiss Travel Association of Retailers (STAR). Bitte beachten Sie, dass nicht alle Mitglieder von STAR automatisch über die STS-Sicherstellung verfügen – erkundigen Sie sich von Fall zu Fall. Der Kundengeld-Absicherung der Travel Professionals Association (TPA) sind rund 120 Teilnehmer angeschlossen, vorwiegend in der Westschweiz. Eine eigene Kundengeldabsicherung bietet auch Universal Flugreisen in Vaduz.

**Am Ferienort**

– Kontaktieren Sie gleich nach der Ankunft vor Ort die lokale Reiseleitung des Veranstalters, die Hotel-Rezeption, den Campingplatz-Leiter oder den Vermieter der Ferienwohnung.
– Machen Sie eine Mängelrüge! Geben Sie sachlich an, was nicht stimmt und verlangen Sie umgehend die Behebung des Missstandes.
– Machen Sie ein Foto der Mängel und lassen Sie diese schriftlich von einer verantwortlichen Person bestätigen.
– Verlangen Sie nach Ihrer Rückkehr in die Schweiz bei Ihrer Buchungsstelle eine schriftliche Stellungnahme und gegebenenfalls eine Rückerstattung.
– Ein Tipp: Bleiben Sie bei Ihrer Reklamation trotz der Enttäuschung höflich und sachlich. Mit Drohungen und Beleidigungen erreichen Sie meist das Gegenteil.

**Bei Flugreisen**

– Bei Verspätungen oder Annullationen von Flügen müssen Sie allfällige Forderungen direkt bei der Fluggesellschaft melden.
  Bei Verspätung, Verlust oder Beschädigung des Gepäckes müssen Sie unbedingt bei der Ankunft am Zielort bei der Gepäckausgabe (meist Lost & Found Luggage) einen so genannten «Property Irregularity Report» ausstellen lassen. Ohne diesen P.I.R. haben Sie kaum Chancen auf eine Entschädigung. Anschliessend müssen Sie allfällige Forderungen direkt bei der betroffenen Fluggesellschaft melden. **Wichtig:** Zusätzliche Ausgaben müssen Sie immer mit Quittungen belegen. Denken Sie daran, alle Dokumente für Ihre Akten zu kopieren, bevor Sie eine Beschwerde mit den Unterlagen an die Fluggesellschaft abschicken. Und haben Sie Geduld: Die Bearbeitung durch die Fluggesellschaft dauert manchmal Monate.

# Über's Ohr gehauen worden?

Die günstigste Rechtsberatung hilft!

**Mit einem Jahresbeitrag von Fr. 50.– sichern Sie sich unsere Rechtsberatung zum Nulltarif und erhalten vier Mal jährlich unser Magazin «konsum.ch».**

**So werden Sie Mitglied:**
www.konsum.ch/shop/
mitglied-konsumentenforum-kf

**Beratungshotline**
zum Festnetztarif:
031 380 50 34
kfberatung@konsum.ch

**Öffnungszeiten:**
Mo – Mi: 10:30 - 13:30 Uhr
Do – Fr: 12:30 - 15:30 Uhr

Schweiz. Konsumentenforum kf
Belpstrasse 11
CH-3007 Bern
031 380 50 30

SCHWEIZERISCHES
KONSUMENTENFORUM kf

Promi-Check

# Wo haben Schweizer Stars den Sommer genossen?

**Juli und August sorgten nach einem eher durchschnittlichen Juni doch noch für einen sonnigen und etwas zu warmen Sommer. Der Konsumer wollte von vier Schweizer Prominenten wissen: Wer hat die Sonnenstrahlen in der Schweiz genossen? Und wen zog es zum Sünnele in die Ferne?**

Ein grosses «Reisefüdli» ist der beliebte TV Kommentator **Beni Thurnheer.** Schon von Berufes wegen hat er ganz viele Länder bereist. Und dabei minutiös Buch geführt: «Ich habe 93 Länder gesehen!» erklärt er stolz. Und will natürlich die 100 noch voll machen. Was sich allerdings als nicht ganz einfach herausstellt. «In Europa fehlen mir nur Moldawien und der Kosovo, den Rest habe ich bereist!» Deshalb bleiben wohl nur die fernen Destinationen. Der reiselustige Beni National hat schon einen grossen Trip hinter sich. Anstatt «nur» Sommerferien zu machen unternahm er einen ganz speziellen Trip: «Nicht in 80, aber in 80 Halbtagen um die Welt!» Vor allem Australien, Hawaii und die nordamerikanischen Nationalparks haben ihm besonders gut gefallen. «Für mich sind Sonne, Meer und Landschaft wichtig. Wenn das stimmt, dann fühle ich mich wohl» führt Thurnheer weiter aus. Aber sollte die Schweizer Fussball-Nati irgendwann mal noch gegen Kasachstan spielen… «Dann werde ich bestimmt mit dabei sein und mir einen weiteren Länderpunkt für meine persönliche Statistik holen!» sagt Thurnheer lachend.

**Ab an den Strand und relaxen**

Etwas anders sahen die Prioritäten bei Ex-Miss Texas **Shawn Fielding** aus. Die im Zugerland wohnhafte Partnerin von Ex-EVZ Goali Patrick Schöpf verbrachte den Sommer in Saint Tropez: «Die Sommerferien gingen viel zu schnell vorbei, das macht mich schon etwas traurig», erklärt Fielding. Trotzdem sei es ein toller Urlaub mit Entspannung und Action gewesen. Zum Teil am Strand, um die Sonne zu geniessen, dann aber auch mit vollem Programm: «Scuba Diving mit den Kids war wirklich grossartig» Um die Batterien mal wieder so richtig aufzuladen sei Saint Tropez geradezu prädestiniert: «Unsere Kinder lieben den Ort und den Strand, genauso wie wir. Darum fahren wie da auch immer wieder hin.» Trotzdem könnte Sie sich auch sehr gut vorstellen, einmal eine neue Destination für den nächsten Sommer zu testen: Ibiza! «Wir haben sehr viele Freunde dort und wollten eigentlich schon immer mal hin. Wer weiss, vielleicht klappt's nächsten Sommer!»

**Hausi nimmt's gemütlicher**

**Hausi Leutenegger** hat so ziemlich alles auf dieser Welt gesehen. «Doch jetzt geniesse ich es, etwas ruhiger durchs Leben zu gehen.» Den Sommer über war er die ganze Zeit am Genfer See. «Ich habe dort meine Villa mit Bootshafen, spiele Golf und fahre viel mit dem Velo: Herz, was willst du mehr?» sagt der stets gut gelaunte 68-jährige. Zwei Kurztrips habe er sich aber schon gegönnt: 1 Woche Marbella und 10 Tage auf Sardinien. «Das war herrlich. Wetter gut, Golfplatz gut: Für mich perfekt!» Seit 35 Jahren aber verbringt

Vreni Schneider

Shawn Fielding

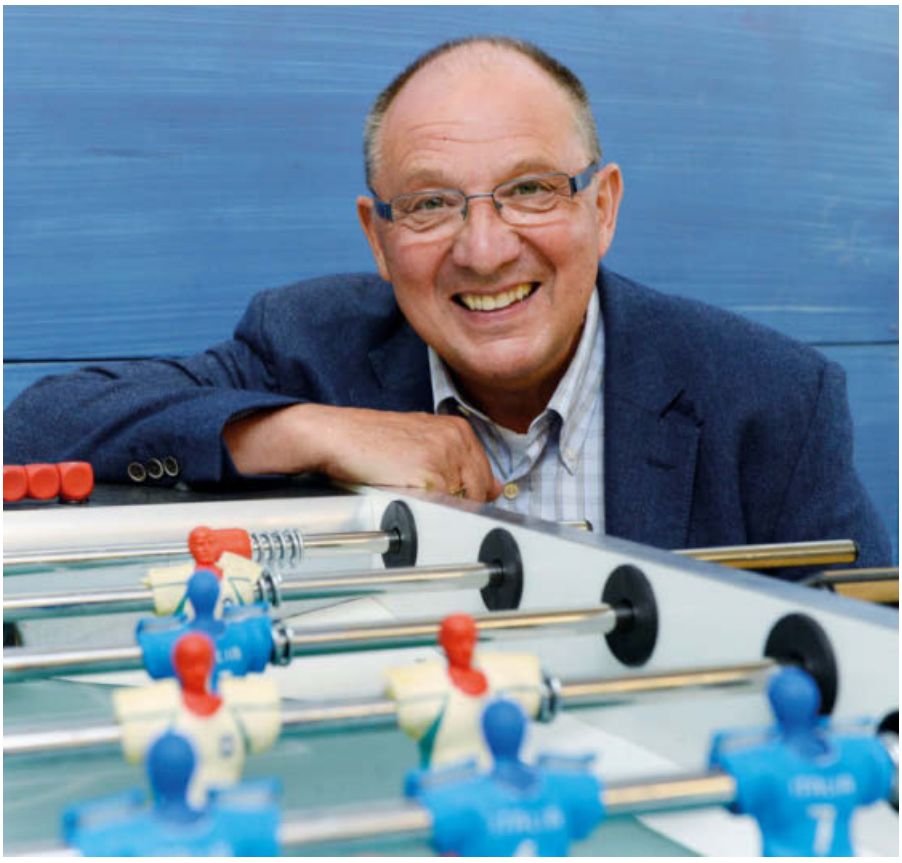
er den Winter nicht in Genf, es zieht ihn dann doch in etwas mildere Gefilde, um der bise noire, der schwarzen Biese zu entkommen: «Den Winter verbringe ich auf den Kanaren. Drei bis vier Monate in Las Palmas!» Dort findet er beste Bedingungen, um sein Golf-Handicap zu verbessern. Apropos Golf: Auch wenn Leutenegger nicht mehr so viel reist wie früher, ein Ziel hat er schon noch. «Eventuell fliege ich im Januar zwei Wochen nach Phuket. Dort hat es auch hervorragende Golfplätze und ich freue mich auf ein paar Partien in Thailand.»

**Ferien in der Schweiz**

Das passt zu ihr: **Vreni Schneider** verbrachte die Sommertage in der Schweiz: «Marcel musste arbeiten und die Jungs wollten sowieso immer beim Götti auf dem Bauernhof mithelfen», erklärt die dreifache Olympia-Goldmedaillen-Gewinnerin. So haben sie ein paar Ausflüge von zu Hause aus unternommen, unter anderem auch einen kurzen Abstecher ins österreichische Serfaus. «Mein Mann Marcel fliegt nicht gerne, darum bleiben wir meistens in der Nähe. Und im Sommer beginnen schon wieder die Kondi-Wochen für Florian im SSW-Förder-Kader», sagt die Inhaberin einer Ski-Snowboard und -Rennschule. Deshalb sei der Sommer jeweils kurz und die Zeit für grosse Reisen gar nicht vorhanden. «Schliesslich habe ich während meiner Aktivzeit als Skifahrerin die halbe Welt gesehen, da zieht es mich nicht mehr in die Ferne.» Und sie freue sich eh schon wieder auf den nächsten Winter. Ob Weltreise, Saint Tropez, Genfersee oder Glarnerland: Die Promis haben ganz verschiedene Prioritäten in Sachen Sommerferien.

Und Sie? Verlängern Sie doch einfach den Sommer. «Der Konsumer» hat für Wanderfreunde die schönsten Routen in der Schweiz zusammengestellt (ab Seite 4) – und für Beachfans ein paar Last-Minute-Highlights entdeckt.
**Viel Spass!**

**Hausi Leutenegger**



**Beni Thurnheer**

Grosser Last-Minute-Vergleich

# Wo gibt es Sonne und Strand im Herbst?

**Hat Sie spontan die Reiselust gepackt? Dann ist es Zeit, sich nach einem attraktiven Last-Minute-Angebot umzusehen! Für alle, die keine Lust haben, sich stundenlang durch den Dschungel der Reiseanbieter zu kämpfen, hat der Konsumer ein paar Tipps für Sie zusammengestellt.**

Langsam fallen bei uns die Blätter von den Bäumen, und mit ihnen die Temperaturen. Der Nebel macht den Alltag grau, und viele Schweizer würden gern noch ein wenig Sonne tanken, bevor der Winter kommt. Weiter südlich ist es tatsächlich an vielen Orten noch sommerlich warm, das Meer hat sich noch nicht abgekühlt und man kann auch am Abend noch gemütlich draussen auf der Terrasse sitzen. Folgende Länder sind daher ideale Herbstdestinationen.

**Griechenland**

Die vielfältige Landschaft und das mediterrane Klima machen Griechenland zu einem Traumziel für Bade- oder Wanderferien im Herbst. Das Meer ist an den meisten Orten noch wärmer als 22 Grad, und bei 25 Grad Aussentemperatur ist es angenehm am Strand und nicht mehr zu heiss für Spaziergänge oder Velotouren in der Natur. Relaxen am Pool ist also ebenso angesagt wie ein Abstecher zu berühmten Sehenswürdigkeiten.

Die Gastfreundlichkeit und Herzlichkeit der Griechen machen Ihre Ferien perfekt.

– Für Verliebte: Santorini
– Für Familien und Senioren: Kos, Rhodos, Zypern

Inspiration für Familienferien für Kurzentschlossene finden Sie hier:
www.lastminute.ch;
bei www.holidaycheck.de kann man als Vorauswahl bei der Suche «Familie» eingeben.

**Die griechische Insel Santorini ist auf jeden Fall einen Besuch wert.**

**Türkei-Urlaube sind wegen der angespannten politischen Lage derzeit günstig zu haben.**

**Italien**
Jetzt kommt DIE Zeit für Aktiv- oder Kulturferien in der Toskana. Da sind die Spätbucher-Angebote allerdings rar gesät. Dennoch lassen sich passende Ferien buchen, z.B bei Hotelplan in der Südtoskana oder bei www.ebookers.ch rund um Florenz. Bei ebookers lohnt sich die Suche, aber meist ist sie eher mühsam, denn Flug und Hotel können nicht in einem Schritt zusammen gebucht werden. Doch wer die Nerven dazu hat, wird mit guten Angeboten belohnt. Weitere wertvolle Tipps für Italien gibt es auf www.holidayguru.ch.

– Für Verliebte: Bei TUI gibt es Angebote für eine romantische Reise nach Rom.
– Für Familien: Kultur in Florenz und Pisa; Wandern, Velofahren und Baden in der Toskana.

**Kanarische Inseln oder Spanien?**
Mallorca, Ibiza und co. sind der Dauerbrenner der Last-Minute-Anbieter. Aber es müssen ja nicht immer die Balearen sein. Wenn es Ihnen nichts ausmacht, die Ferien etwas weiter südlich zu verbringen, visieren Sie mit Vorteil die kanarischen Inseln an. Dort gibt es mehr Dünen und mehr Vulkane, dafür weniger Touristen. Und trotzdem viele Möglichkeiten, sich an den Strand zu legen und das Meer zu geniessen. Lanzarote oder Teneriffa sind hier sicher eine gute Wahl und allgemein sehr familienfreundlich.
– Für Senioren: Spezielle Angebote für Senioren gibt es vor allem auf Mallorca und Teneriffa.

**Ägypten, Marokko, Türkei**
Das Klima in Ägypten ist im Oktober immer noch sehr ansprechend: ca. 20–30 Grad Lufttemperatur, ca. 26 Grad Wassertemperatur und 10 Stunden Sonne pro Tag. Und die Ferienmöglichkeiten sind sehr vielfältig. In diesem Land können Sie problemlos Strandferien mit einem Ausflug zu den Pyramiden verbinden.

In der Türkei herrscht momentan politischer Ausnahmezustand. Daher muss jeder für sich entscheiden, ob er oder sie in einem Land mit brenzliger Situation Ferien machen möchte. Bisher wurde keine offizielle Sicherheitswarnung ausgesprochen (informieren Sie sich beim EDA über aktuelle Sicherheitswarnungen). Auf der anderen Seite sind gerade jetzt die Hotelangebote besonders günstig geworden, und die türkische Bevölkerung gilt seit jeher als sehr gastfreundlich.

Als Alternative kann man Marokko in Betracht ziehen, wo Dünenzauber (mit oder ohne Kamel) und Atmosphäre wie in einem Märchen aus 1001 Nacht herrschen. Achtung: viele Angebote starten ab dem Flughafen Genf.

– Für Taucher: Tauchferien in Ägypten
– Für Familien: Badeferien in der Türkei, Quad fahren oder Kamelreiten in Ägypten, Kamelreiten in Marokko
– Für Senioren: All Inclusive in Ägypten oder Marokko

**Schnäppchen-Tipps für diese Herbstsaison**

Gute Qualität zum erstaunlich günstigen Preis gibt es momentan für Ferien in Bulgarien und in der Dominikanischen Republik.

In Bulgarien an der Schwarzmeerküste ist es eher ein bisschen kühler als an den typischen Badeorten. Dennoch laden die wunderschönen Strände und das konstant schöne Wetter immer noch zum Baden ein. Die faszinierende Landschaft hingegen kann jetzt problemlos ohne Schweissausbrüche erkundet werden.

Karibik und günstig? Das können Sie in der Dominikanischen Republik definitiv haben. Mit atemberaubenden Sandstränden, wehenden Palmen und meistens auch mit einem Wassersportangebot vom Feinsten.

## Vorsicht vor Touristenfallen!

Trotz der verführerischen Angebote sollten Sie gewarnt sein! Bei Last-Minute-Angeboten kann es schon mal vorkommen, dass die Reisebeschreibung sehr kurz ausfällt. Details zur Lage und zur Ausstattung des Hotels sind meist sehr allgemein gehalten. Das heisst: Viele Hotelbeschreibungen klingen zunächst verlockend, können sich aber im Nachhinein als Floskeln entpuppen. Nehmen Sie sich also in Acht vor Hotelzimmern «im mediterranen Stil». Hinter solchen Erklärungen versteckt sich manchmal ein ziemlich nüchtern eingerichteter Raum. Halten Sie vielmehr Ausschau nach «geräumigen» oder «komfortablen» Zimmern, wenn Sie es bequem haben möchten. «Neu eröffnete Hotels» könnten sich, wenn man Pech hat, als Häuser mit unfertigen Bauarbeiten herausstellen.

Eine «zentrale Lage» kann sehr wohl bequem sein, allerdings auch viel Umgebungslärm bedeuten (Bahnhof, Discoquartier im Stadtzentrum etc.). Und «familiäre Hotels» sollte man nicht mit «familienfreundlichen Hotels» verwechseln. Sonst kann es passieren, dass die Atmosphäre zwar familiär ist, Ihre Kinder aber weder sonderlich willkommen sind, noch wirklich gut schlafen können, wenn die Hotelparty loslegt. Schliesslich sollten man auch darauf achten, ein «Hotel in Strandnähe» nicht mit einem «Hotel direkt am Strand» zu verwechseln. Der Begriff der Nähe ist in etwa genauso vage wie ein «naturbelassener Strand» oder ein Zimmer «auf Meerseite». Um nicht einen ungepflegten Strand ohne Infrastruktur und ein Zimmer mit versperrter Sicht auf das Meer zu ergattern, sollten Sie sich unbedingt die Hotelbewertungen im Netz durchlesen, bevor Sie buchen. Sowohl ebookers als auch Holidaycheck oder booking.com veröffentlichen die Hotelbewertungen ehemaliger Gäste.

Wer sich lieber im Reisebüro beraten lässt, sollte den Preis des Last-Minute-Angebots immer mit dem Katalogpreis vergleichen. Denn leider ist nicht immer darauf Verlass, dass Last-Minute-Angebote auch wirklich einen grossen Preisvorteil beinhalten. Es lohnt sich auch nachzufragen, welche Dienstleistungen im Endpreis inbegriffen sind (Gebühren, Transfer vom Flughafen, Halbpension etc.) und ob man auf Wunsch eine Reiserücktrittsversicherung abschliessen kann. Mit diesen Tipps im Gepäck werden Sie bestimmt sicherer reisen. Schöne Ferien – und geniessen Sie die Sonne!

*Ferien, in denen man alles vergisst.*

KUONI
EST. 1906

# Schenken Sie das
# Konsumer-Jahresabo
# mit GRATIS-Rechtsberatung!

Renzo Blumental

Ex-Mister Schweiz und Biobauer Renzo Blumenthal unterstützt unsere nationale Werbekampagne.

# www.konsumer.ch/schenken

Der Schlechtwetter-Tipp

# Erleben Sie das Alpamare wie noch nie zuvor

**Das beliebte Erlebnisbad Alpamare in Pfäffikon/SZ feiert dieses Jahr seinen 40-jährigen Geburtstag. Aufgrund des in den letzten Jahren stetig erweiterten Angebots ist das Alpamare derzeit ein heisser Tipp – auch in der kälter werdenden Jahreszeit! Denn hier kommen alle auf ihre Kosten: Familien, Kinder, Verliebte und Senioren. Der Konsumer hat sich die Neuerungen im Alpamare angeschaut.**

Es gibt Leute, die mögen Regenwetter. Aber die meisten eigentlich nicht besonders, vor allem nicht am Wochenende und schon gar nicht in den Ferien! Weil man da ja endlich wiedermal Zeit hätte, etwas mit der Familie oder den Enkelkindern zu unternehmen. Und dann ist prompt das Wetter schlecht. Nicht ein bisschen schlecht - mit ein paar Wolken könnte man ja in den Zoo gehen oder zum Minigolf…, sondern so richtig übel: nass, windig und unangenehm kalt.

Genau für diese Momente hat der Konsumer den ultimativen Schlechtwetter-Tipp: Nehmen Sie doch Ihre Lieben wieder einmal mit ins Alpamare! Nicht nur, weil das Erlebnisbad in Pfäffikon dieses Jahr seinen 40-jährigen Geburtstag feiert und daher sein Angebot ausgebaut hat, oder weil es 365 Tage im Jahr geöffnet ist, sondern, weil bei einem gemeinsamen Ausflug ins Alpamare alle auf ihre Kosten kommen.

**Neuer 200 m² grosser Kinderbereich geschaffen**

Wenn kleine Kinder (0–8 Jahre) mit von der Partie sind, können sie sich im Kinderparadies vergnügen, welches letztes Jahr ganz neu dazugekommen ist. Dort dürfen sie nach Lust und Laune rutschen, plantschen und spritzen. Und weil Wasserspritzen so schön ist, gibt es im über 200 m² grossen Kinderbereich gleich mehrere Angebote: zum Beispiel eine Schildkröte mit Wasserpumpe, einen Wasser-Kippkübel, einen Tintenfisch mit Spritzarmen, Wasserpistolen mit Zielscheiben und vieles mehr. Für Eltern und Grosseltern wurden rundherum viele Sitzmöglichkeiten geschaffen, und gleich daneben befindet sich die Terrasse mit wunderbarer Aussicht auf den Zürichsee.

**Längste Körperrutsche Europas**

Grössere Kinder und Teenager werden begeistert feststellen, dass es ganze 11 Rutschbahnen gibt, die jede Menge Action und Nervenkitzel versprechen. Je nach Alter und Mut findet hier jeder seine Lieblingsrutschbahn: von der ruhigen Mini Canyon über Bahnen mit Gummireifen oder Schlauchboot bis hin zu den besonders spektakulären Rutschen mit garantiertem Adrenalin-Kick. In der COBRA sausen Abenteurer auf rasanter Fahrt durch die Röhre, der THRILLER ist eine dunkle Bahn mit Lichteffekten – und die actiongeladene BALLA-BALLA hat sogar den Eintrag ins Guinness Buch der Rekorde geschafft.

**Es geht auch gemütlich**

Aber auch für einen gemütlicheren Besuch ist natürlich gesorgt. 4 Bäder mit Entspannungseffekt vereinen Abwechslung, Wellness und teilweise Badespass unter freiem Himmel. Dank den warmen Wassertemperaturen geht das auch bei Regen. Und drinnen im Wellenbad kann man schon mal vergessen, dass man nicht am Meer ist. Wer möchte, kann sich zudem in der Saunawelt verwöhnen lassen. Baden macht hungrig, das weiss man auch im Alpamare! Wenn nämlich alle vom Schwimmen schwere Beine und einen knurrenden Magen haben, warten 2 interne Restaurants auf Sie. Im Alpasnack werden Ihnen erfrischende Snacks serviert, und im Alpagrill dürfen Sie Ihre Auswahl vom Buffet gleich selbst grillieren. Also, frei nach dem Motto des Wasserparks selbst: Geniessen Sie das Wasser und vergessen Sie den Regen!

## Gewinnen Sie 3x2 Eintrittskarten ins Alpamare!

Der Konsumer verlost mehrere Gratis-Eintrittskarten ins beliebteste Erlebnisbad der Schweiz. Jetzt mitmachen und gewinnen! Beantworten Sie die folgende Frage:

**Wann eröffnete das Alpamare erstmals seinen Betrieb?**
A) 1977 B) 1987

Antwort an: Konmedia GmbH, Stichwort «Alpamare» Seebacherstrasse 4, 8052 Zürich oder per E-Mail an wettbewerb@konsumer.ch

In der Schweiz sind es 3 Wochen

# So viel Lebenszeit stehlen uns Werbeanrufe

**Werbeanrufe sind wie Schmeissfliegen: Sie nerven, kommen immer wieder und man weiss nicht so recht, wie man sie loswerden soll. Zudem sind sie zeitraubend. Entweder lenken sie uns von der Arbeit ab oder sie rauben uns einen Teil unserer wertvollen Freizeit. Überhaupt kommen sie immer zum ungünstigsten Zeitpunkt. Mit diesen 4 Tipps setzen Sie sich zur Wehr.**

Stellen Sie sich ein Abendessen mit der Familie vor. Die Kinder haben Platz genommen und freuen sich auf ihre Fischstäbchen. Kaum sitzen Sie ebenfalls, klingelt auch schon das Telefon… In der Meinung, es könnte wichtig sein, stehen Sie also wieder auf und nehmen den Hörer ab. Am anderen Ende ist dann aber weder der Papa auf Geschäftsreise noch die Grossmutter mit Autopanne, sondern ein überfreundlicher Callcenter-Mitarbeiter, dessen Redeschwall sich gar nicht so einfach stoppen lässt. Ist er dann endlich abgewimmelt, quengeln die Kinder, das Essen ist fast schon kalt – und die Atmosphäre im Eimer.

Werbeanrufe sind lästig!

Dabei hatten Sie den Eintrag ins Telefonbuch doch extra mit einem «Keine-Werbung-Stern» versehen! Leider gehören Sie in diesem Fall zu den ca. 60 %, die trotz Stern-Eintrag mit Telefonmarketing gequält werden. Dazu kommt noch, dass ein Werbeanruf meist eine ganze Lawine auslöst. Denn wenn jemand Ihre Nummer einmal kennt, wird sie garantiert weitergereicht – und das auch noch mit Profit. Im Handumdrehen wird Sie ein ganzer Schwarm von Werbefritzen belästigen. Was also ist zu tun?

**Vier Wege, um Werbeanrufe zu stoppen**

Erste mögliche Gegenmassnahme: Sie können die Anrufe einfach ignorieren. Schöner Plan, aber in der Realität schwer umzusetzen, wenn man nicht weiss, wer gerade anruft.

Aber wie wäre es, zwei mühsame Dinge miteinander zu verbinden, damit Sie den Zeitverlust nur einmal hinnehmen müssen? Denn gemäss WHO verbringt ein Mensch ca. 1 Jahr seines Lebens auf dem Klo. Zwei bis drei Jahre sind wir mit Küchenarbeit beschäftigt und stolze 8 Monate mit dem Löschen von unerwünschten E-Mails. Angenommen, Sie verlieren zusätzlich pro Woche 10 Minuten wegen lästigem Telefonmarketing, dann macht das auf das ganze Leben 22 gestohlene Tage. Genug also, um eine dreiwöchige Ferienreise zu verpassen…

Wie aber etwas miteinander verbinden? Denn Mails zu löschen und gleichzeitig Werbeanrufe zu ertragen, geht schlecht; Kochen mit Werbeanrufen zu kombinieren ist nicht wirklich planbar und führt eher zu angebrannten Speisen als zu Zeitgewinn; und Telefonieren auf dem Klo noch weniger. Oder wurden Sie dort schon mal von einem Callcenter angerufen? – Eben!

Drittens könnten Sie noch versuchen, die anrufende Person so effizient wie möglich abzublocken. Allerdings braucht es dazu eine blitzschnelle Reaktion und viel Schlagfertigkeit – was nicht jedermanns Sache ist.

Bleibt also noch die Variante, die Anrufe durch Filterung vorzusortieren und Telefonwerbung gezielt zu blockieren, und zwar noch bevor Sie sich überhaupt aufregen müssen. Also eine Art Fliegengitter oder «digitale Fliegenklatsche» – einfach für das Telefon. Ein solches Anruf-Sperrgerät liefert den wohl zuverlässigsten Schutz. So bleibt nicht nur mehr Zeit für die angenehmen Dinge des Lebens, sondern auch eine ganze Menge Ärger erspart. Klick – weg!

# Nie mehr nervige Werbeanrufe!

~~CHF 79.90~~

**CHF 49.90**

Mit dem **CALL BLOCKER** sperren Sie per Knopfdruck lästige Werbeanrufe!

- ✓ 1500 Nummern sicher sperren
- ✓ Sehr einfache Bedienung
- ✓ Bestes Preis-Leistungs-Verhältnis (K-Tipp Nr. 7/14)

**JETZT BESTELLEN: 041 541 15 00**

# Gewinnen Sie

# mit dem KONSUMER jeden Monat Top-Preise!

**TIPP:**
Die richtige Antwort finden Sie in der aktuellen Ausgabe des Konsumer.

## Frage des Monats:

**Mit wem arbeitet der Konsumer nicht zusammen?**

**A Swisscom**
**B Donald Trump**

## Oktober-Preis

MIGROS-Geschenkkarte im Wert von **CHF 50,-**

Senden Sie die richtige Antwort mit untenstehendem Talon an:
Konmedia GmbH, Seebacherstrasse 4, 8052 Zürich

**Teilnahme per E-Mail:** wettbewerb@konsumer.ch

Anrede _____

Vorname _____

Name _____

Strasse _____

PLZ _____ Ort _____

**Die richtig Antwort ist** ☐ **A** ☐ **B**

## Gewinner-Bekanntgabe:

Wir gratulieren *Ruth Müglich aus Regensdorf* zu einer Migros-Geschenkkarte im Wert von **CHF 100,-**

Präsentiert von Swisscom

# Keine Panik mehr bei technischen Problemen

**In Zeiten zunehmender Digitalisierung, einer rasanten Entwicklung und technologischer Veränderungen fühlen sich viele Menschen überfordert. Manche schämen sich gar für ihre selbstempfundene Inkompetenz und trauen sich bei Problemen nicht, um Hilfe zu bitten. Aber auch Fachkundige stossen bisweilen an ihre Grenzen. Dabei wäre Hilfe da: unkompliziert, effizient und geduldig – mit Swisscom «My Service».**

Wer kennt das nicht? Der PC macht nicht das, was er soll, der Drucker druckt unerklärlicherweise nicht, oder der Umgang mit dem neuen Handy gestaltet sich schwieriger als erwartet. Wer nicht allzu vertraut mit der Technik ist, kommt meist nicht weiter und reagiert oft mit Resignation. Ein kompetenter Service bei Problemen mit Computer, Drucker, Internet, Smartphone oder anderen technischen Geräten ist jedoch nur einen Anruf entfernt.

**Soforthilfe bei allen Geräten**

Mit dem Angebot «My Service» von Swisscom stehen Experten bei Fragen und Anliegen zu praktisch allen Unterhaltungs- und Kommunikationsgeräten zur Verfügung: Mobiltelefone, Computer, Tablets, Drucker oder Fernseher. Das Angebot richtet sich nicht nur an Kunden von Swisscom und beinhaltet neben Beratung, Installation der Geräte und deren Anwendungen auch Hilfe bei technischen Problemen.

Die Experten von Swisscom helfen mit Tipps für einen sicheren Umgang gegen Datenmissbrauch, bei der Einrichtung von Antivirenprogrammen sowie E-Mail- oder Social Media-Konten.

**Sorglos im Abonnement**

Den persönlichen Support von «My Service» gibt es kostenpflichtig über die Hotline 0800 822 830, im Swisscom Shop oder sogar bequem direkt zuhause. Die «My Service» Dienstleistungen kann man einzeln oder auch als Abo ab monatlich bereits CHF 19.– (Standard-Abo) beziehen. Mit diesem «Rundum-Sorglos-Angebot» lässt es sich bequem zurücklehnen – mit der Sicherheit, dass man stets auf professionellen Support zurückgreifen kann.

Alle Infos zu «My Service» finden Sie unter: **www.swisscom.ch/myservice**

# Es öffnen sich neue Türen!

**Jungfrau** **23.08. – 21.09.**

Ein Monat voller neuer Eindrücke, die tief im Inneren berühren. Die sonst so pragmatische Jungfrau kämpft mit ihrer Rechtschaffenheit und Disziplin. Geplantes wird von unvorhergesehenen Ereignissen durcheinander gewirbelt. Der Vollmond am 6.9. bringt Chaos pur. Von der Jungfrau wird sehr viel Flexibilität verlangt, was sie als veränderliches Zeichen eigentlich als Charakteranlage mitbringt, leider aber viel zu wenig nutzt. Am 10.9. mischt sich Mars in Angelegenheiten ein, die ihn, wie die Jungfrau meint, eigentlich gar nichts angehen. Das gehütete Privatleben wird plötzlich öffentlich, Intimes kommt an die Oberfläche. Die Jungfrau ist ausser Rand und Band, denn sie kann sich nicht mehr schützen, bis Venus ab 20.9 erscheint und das Durcheinander wieder in Ordnung bringt.

**Waage** **22.09. – 21.10.**

Neue Wege öffnen sich ab dem 28.8. für die Waage, weil Jupiter für einige Wochen auf Uranus trifft. In Beziehungsangelegenheiten kann es schon mal turbulent werden, wenn die Waage erkennt, dass die Scheinharmonie eben doch nicht das Wahre ist. Beruflich können sich lange ersehnte Veränderungen durch Vitamin B endlich erfüllen. Am 9.9. kann sich die Waage aus der Lethargie bewegen und ihr Leben komplett neu ausrichten. Es ist ein neues Lebensgefühl in ihr erwacht. Sich nach dem Wind zu richten, nur um nicht anzuecken, gilt nun nicht mehr. Beeinflussung von aussen stört sie unendlich. Sie will sich nicht länger anpassen und nett sein, weil man das von ihr verlangt, sie will endlich weiterkommen, auch wenn sie eine Zeitlang im Alleingang unterwegs sein wird.

**Skorpion** **22.10. – 21.11.**

Nach grossen Veränderungen fühlt sich der Skorpion leer und ausgelaugt. Wehmütig schaut er zurück auf seine Verluste, die sich wie der Tod persönlich anfühlen. Am 26.8. trifft der Mond im Skorpion auf Uranus, der Schmerz des Vergangenem holt ihn nochmals ein, um abermals in den Sterbe- und Entstehungsprozess zu kommen. Eins ist klar: alles was dem Skorpion wiederfährt, hat er selbst heraufbeschworen, sozusagen als Prüfung um im Leben weiterzukommen. Härten kann er ja wie kein anderes Sternzeichen aushalten, denn er braucht die Krisen im Leben für seine Weiterentwicklung. Einerseits will er nichts verpassen im Leben und gleichzeitig kehrt er dem wahren Leben immer wieder den Rücken zu. Die Zweifelsphase für den Skorpion ist also voll im Gange.

**Schütze** **22.11. – 21.12.**

Die Geburtstagkinder vom 11.–13. Dezember stehen immer noch unter dem rückläufigen Saturneinfluss, der glücklicherweise ab 25.8. wieder direkt läuft. Alle nicht geklärten Themen zeigen sich von Neuem, und manch ein Schütze wird für seine unverantwortlichen Aktionen durch de Justiz zur Verantwortung gezogen. Am 30.8. besucht der Mond den Saturn. Dem Schützen fällt es leichter zu reflektieren, was schief gelaufen ist. Vom 9.9.–20.9 steht die Sonne im Verbund mit dem Saturn, was wiederum eine Zeit der Prüfungen hervorruft, d.h. Illusionen und Vorstellungen müssen der Realität angepasst werden. Der Schütze ist ein autonomes Sternzeichen, er hat grosse Mühe, sich gesellschaftlichen, konventionellen Normen unterzuordnen, er schlägt lieber über die Stränge mit seiner Spontanität, die ihm zum Verhängnis werden kann.

**Steinbock** **22.12. – 19.01.**

Der rückläufige Pluto macht den Steinböcken immer noch zu schaffen, vor allem die Geburtstagskinder vom 8.–12.1. werden von nicht vorhergesehenen Ereignissen geradezu überrumpelt. Tief in sich zu gehen ist vor allem am 1.9. angesagt, damit das Gefühlsleben nicht überstrapaziert wird. Am 18.9. ist Pluto abgehängt, er wird von allen Planeten verlassen. Rückbesinnung auf die eigenen Ressourcen und auf die eigene Stärke bringt Zuversicht. Der Steinbock weiss ganz genau, dass er als Einzelgänger schlussendlich die richtige Richtung einschlagen kann und sich eines Tages wieder dem Licht zuwenden kann. Der Steinbock hat 3 Ebenen als Eigenschaft: Ebene, Tal und Berg. Momentan beschert der steile Wanderweg auf der Bergroute die grösste Herausforderung, aber auch die grössten Erkenntnisse.

**Wassermann** **20.01. – 20.02.**

Der Mond steht am 4. und 5.9. im Sternzeichen Wassermann Mars, Merkur und dem aufsteigenden Mondknoten im Löwen gegenüber. Die Wassermänner können ihr Glück kaum fassen. Die sonst so reservierten Typen können so richtig gesellig werden, sich hautnah mit Menschen verbinden. Und das Beste am Ganzen ist: wer jetzt noch keine Liebe hat, dem wird sie geschenkt. Gratis und frei Haus. Das kalte Glasherz lässt durch die Wärme der Menschen erweichen, die ihm entgegengebracht wird. Welcher Wassermann möchte da nicht von seinem elfenbeinernen Turm herabsteigen und genießen. Snobismus hat jetzt keinen Platz mehr, und seien wir ehrlich: den perfekten Partner gibt es nicht. Manch ein Wassermann hat durch die Erfahrung der Liebe und der echten Kommunikation schon Welten in seiner Entwicklung verändern können.

## Persönliches Horoskop für eine Waage!

Liebe Leserinnen und Leser, möchten Sie ein ganz persönliches, kostenloses Horoskop für sich erstellen lassen? Unsere Astrologin Marianna Mackay hat sich dazu bereit erklärt, künftig für Sie in die Sterne zu gucken. Es kommen natürlich stets die Geburtstagskinder zum Genuss. **Und so einfach geht es:** Senden Sie uns ein Foto, wenn Sie im Bild erscheinen wollen. Ansonsten benötigen wir Ihr Geburtsdatum, Ihre Geburtszeit und den Ort. Mit etwas Glück könnte nächstes Mal an dieser Stelle also Ihr persönliches Horoskop stehen.
Schicken Sie Ihre Angaben an: *Konmedia GmbH, Seebacherstrasse 4, 8052 Zürich*
**Teilnahme über das Mail:** service@konsumer.ch

Marianna Mackay ist diplomierte Astrologin API mit eigener Praxis in Bern. Menschen zu begleiten in ihrem Prozess mit dem Horoskop oder den Tarotkarten, ist ihre Berufung. Die Schweizerin befasst sich seit über 30 Jahren intensiv mit der Astrologie.
www.marianna-mackay.ch

**Fische** **21.02. – 20.03.**

Neptun steht rückläufig in den Fischen und wird am 24.8. von allen Planeten verlassen. Bis zum 30.8. überkommt die Fische eine Müdigkeit, die sich anfühlt wie ein bleierner Schleier auf den Augen. Die Tage dümpeln dahin, und die Fische fragen sich in lichten Momenten, wie sie ihren Alltag bewältigen sollen. Dieser Zustand ändert sich blitzartig, wenn sich die Sonne in Opposition stellt. Eine ungewöhnliche Energie dringt durch den Nebel ins Bewusstsein. Wunder geschehen, die ganz unerwartet bessere Lebensbedingungen schaffen. Die intuitiven Fische wissen zwar nicht woher und warum diese glückselige Energie kommt, sind nun aber motiviert, ihre Antennen zu nutzen und Dampf in ihre Aktivitäten zu bringen. Die Gaben der Fische sind ja ihre Sensibilität, das Heilen, das Kümmern um andere und ihr Mitgefühl.

**Widder** **21.03. – 21.04.**

Der rückläufige Uranus beschäftigt die Geburtstagskinder vom 17.–20.4. Sich aufzulehnen gegen die Frustration des Alltags kann ganz schön anstrengend sein. Widder lieben ja das Abenteuer und realisieren, dass sie immer die Verursachenden sind, weil sie meistens zuerst handeln, bevor sie denken. Die Notbremse kann also gezogen werden, bevor die nächste Katastrophe vor der Türe steht, wenn sie ihr Köpfchen einschalten. Jupiter gesellt sich ab 28.8. zu Uranus. Neue Wege können eingeschlagen werden, die Wahrnehmung ist glasklar. Dem inneren Ruf zu folgen bringt die gewünschte Entspannung und gleichzeitig Freiheit für den Geist. Falls der Widder Prüfungen zu bestehen hat, kommt es zu einem erfolgreichen Abschluss, und er kann genau das tun, was der Widder will. Sport sorgt für den Abbau von Aggressionen.

**Stier** **21.04. – 20.05.**

Den Einfluss vom rückläufigen Pluto spüren vor allem die Geburtstagskinder vom 8.–10.5. Der Stier liebt es, wenn alles so ist, wie es immer war. Gleichzeitig ist er ein Träumer mit fast unerreichbaren Wünschen. Pluto zerstört diese fehlgeleiteten Vorstellungen und bringt sie auf den Boden der Nüchternheit. Gleichzeitig zwingt der Saturneinfluss den Stier, seine Erdhaftigkeit zu prüfen. Die Fesseln, die sich der Stier selbst geschmiedet hat und die ihn fast erdrücken, bringen zwar Sicherheit, aber nicht das gewünschte Wohlbefinden. Eine Loslösung von sturen, eintönigen Bewegungsabläufen macht es möglich, die kreative Seite zu entdecken und auszuleben. Dafür braucht es Willen und Handlungsdrang. Der Stier kann durchaus aus sich selbst schöpfen. Das kreative Resultat bringt Erfolg und viel Selbstvertrauen.

**Zwillinge** **21.05. – 20.06.**

Besinnung und der Blick nach Innen herrschen bei den Zwillingen vor. Die zwei Seelen in ihrer Brust finden nur langsam Ruhe. Die Strapazen der letzten Monate haben ihnen arg zugesetzt. Mit dem Saturneinfluss wird das Leben in gemässigtere Bahnen gelenkt, damit die vergangenen Ereignisse in einer nie geahnten Tiefe verarbeitet werden können. Da staunt man nämlich, wie konzentriert der Zwilling plötzlich auf sein Innenleben fokussiert ist. Der kopfgesteuerte Zwilling will natürlich alles begreifen, und je nach Bewusstsein ist ihm klar, dass er es anderen nicht immer recht machen muss, um gewürdigt zu werden. Vielleicht gelingt es dem einen oder anderen Zwilling sogar, sein altes Kollektiv zu durchschauen. Das Kollektiv ist ja immer eine Art Familie für den Zwilling, aber nicht immer fördernd.

**Krebs** **21.06. – 20.07.**

Der Glückspilz des Monats,
Es scheint so, als ob die Krebse sehr gefragt sind, um mit Rat und Tat Familienangelegenheiten zu schlichten. Der Saturneinfluss gibt Kraft, Ausdauer und Mütterlichkeit, die ja sowieso in jedem Krebs schlummert. Von Natur aus eher scheu und zurückgezogen, kann der Krebs seine schönsten Eigenschaften hervorholen, um andere zu ermutigen und zu unterstützen. Das kommt natürlich sehr gut an bei den Menschen. Der Krebs erfährt durch seine unaufdringliche Art der Hilfeleistung viel Anerkennung und Lob. Endlich mal ist er ein Held und wird voll und ganz wahrgenommen. Eine tolle Erfahrung für ihn, die nachhaltig Resultate zeigen wird, um seinen eigenen Lebensweg mutiger und autonomer anzugehen. Der Krebs baut sein Haus auf solidem Grund, wo er sich stabilisiert und wohlfühlt.

**Löwe** **21.07. – 22.08.**

Brüllen, Tanzen, Feiern: die Party geht weiter. Vor allem die Geburtstagskinder vom 18.–22. August werden von einem Lichtmeer gesegnet, das unendlich viele Möglichkeiten bietet. Alle Erlebnisse, Erfahrungen und Abenteuer können voll ausgelebt werden. Neue Türen öffnen sich, der Löwe ist gefragter denn je, denn sein Einsatz, seine Begeisterung und sein Feuer bringen neues Leben am Arbeitsplatz, in der Beziehung und in der Gesellschaft. Mit dem Einfluss des Uranus kann er als fixes Zeichen vieles auflösen, das nicht mehr seinen Erwartungen entspricht. Im Moment erfindet sich der Löwe komplett neu. Seine Energie ist rein und dynamisch. Der junge Löwe tappt zwar in die ein oder andere Falle, die er natürlich charmant als Erfahrungen abstempelt, der alte Löwe wird nun zum wohlwollenden Meister und Leittier für viele Menschen.

# Das grosse KONSUMER Schwedenrätsel

| Verkehrsweg | Rumpf einer Statue | holländ. Frauenname | | | schweiz. Musiker (Florian) | Hinterlassenschaft | altperuan. Stammesangehöriger | | | niedrige Temperatur |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | unweit | | | |
| | | | | | Wortteil: Landwirtschaft | | Kurzw.: Fliegerabwehr | | | Vorn. des Models Evangelista |
| Adlernest | | Kniebeuge im Ballett | | Müll | | | 9 | | | |
| Lichtreflektor | | | | | | | | Aufgabenbereich | | |
| Jubelwelle im Stadion (La ...) | | | | Abk.: Halbpension | | Flächenmass (Mz.) | | | | |
| krauses Gewebe | portug. Fussballstar | | Abk.: persönlich | | | niederl. Adelsprädikat | | | Abk.: kinetische Energie | |
| | | | | | unentschieden beim Schach | | ehem. schweiz. Grossbank | | | |
| drohender Hundelaut | | Bund | | artgleiche Lebewesen | | | | 7 | | Fusstaste der Orgel |
| | | | | | | | Reizstoff im Tee (chem.) | | hochbegabter Mensch | |
| | | | | franz. Stadt in Flandern | | faul | | | | |
| grosser Entenvogel | | | Gegenteil von Schatten | | | 4 | | | engl.: Strand | |
| abgemessene Menge | | | | | | selbstgefällig | | Freiherr | | |
| | | | schmale Wege | | linksrhein. Mittelgebirge | | | | | |
| ital. Priestertitel | engl.: Löwe | franz.: voll | | | | | | Zahnfüllung | | Getreidespeicher |
| engl.: Leben | | | 1 | | schweiz. Kartoffelspezial. | | Computer-Baustein (Abk.) | | | ein Buch der Bibel |
| ein Erdachsenpunkt | | Helfer aus der Not | | Sauberkeit | | | | | | |
| | | | | | | | griech. Hirtengott | | mobile Verkaufsstelle | |
| | | | | Vorderster | | Salbe | | | | |
| engl.: Knie | Verkehrsstockungen | | literarische Abhandlung | | | | | | russ. Schriftsteller † (Iwan A.) | |
| Abheben eines Flugzeugs | | 10 | | | | Lichtbilder | | zementhaltiger Baustoff | | |
| waschaktive Substanz | | | | | | | rein, unverfälscht | | 3 | |
| | | | an dieser Stelle | | ital. Artikel | | | chem. Formel für Bornitrid | | Mutter des Perseus |
| russ. Herrschertitel | | Fremdwortteil: Zehn | | | | | nordamerik. Wildrind | | | |
| dickköpfig | | | | | | | | | | |

| Initialen Gretlers | Niederschlag | | kurzes Jäckchen | | Dativ von ich | negatives Elementarteilchen | Betäubungsmittel (Mz.) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 5 | | | | | | | |
| | dt. Comicfigur (Fix & ...) | | Farbe des Flieders | | | | |
| schweiz. Tennisass (Roger) | | | | | | | |
| | | | franz.: schwer | | Abk.: Krankenkasse | | |
| Teil eines Buches | | Zahlenglücksspiel | | | | | |
| | | | | Kunstmesse in Basel | | 2 | |
| | engl. Kneipe | | | | ehem. ugand. Diktator (Idi) † | | |
| | | einstellige Zahl | | Abk.: Ankunft | | | |
| 6 | | | | schriftl. Unterlagen | | sehr gebildet | |
| | Heiliges Buch der Moslems | | engl.: Schwein | | | | See bei Luzern |
| Mittelamerikaner, Karibe | | | | | | | |
| | | | Bundesamt für Umwelt | | Departementshauptst. (St. ...) | | |
| engl.: Hund | | Sitzbadebecken | | | | | |
| | | | 8 | | Initialen Steinbergers | | |
| | | franz.: Bruder | | | | | |
| | Sandgebiet | | | | | | |

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | |

## Sudoku mittel

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 6 | | | | | | 2 | |
| 8 | | | 2 | 1 | 4 | | | 9 |
| | | | 6 | | 8 | | | |
| | 4 | 1 | | 7 | | 8 | 5 | |
| | 9 | | 1 | | 3 | | 7 | |
| | 8 | 3 | | 4 | | 9 | 6 | |
| | | | 4 | | 9 | | | |
| 9 | | | 3 | 2 | 1 | | | 5 |
| | 2 | | | | | | 9 | |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 1 | | 2 | | | |
| | 1 | 4 | | 9 | | 5 | 3 | |
| | 2 | | 3 | | 6 | | 9 | |
| 9 | | 2 | | | | 7 | | 6 |
| | 5 | | | | | | 2 | |
| 7 | | 1 | | | | 4 | | 9 |
| | 6 | | 7 | | 4 | | 8 | |
| | 4 | 5 | | 2 | | 1 | 7 | |
| | | | 5 | | 3 | | | |

## Sudoku schwer

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 1 | | 9 | | | |
| | | 4 | | 6 | | 5 | | |
| | 9 | | 3 | | 5 | | 2 | |
| 7 | | 8 | | | | 9 | | 4 |
| | 3 | | | | | | 6 | |
| 6 | | 9 | | | | 8 | | 1 |
| | 5 | | 8 | | 3 | | 9 | |
| | | 6 | | 5 | | 2 | | |
| | | | 2 | | 6 | | | |

Schreiben Sie in jedes leere Feld eine Zahl von 1 bis 9. Dabei darf jede Zahl in jeder Zeile, in jeder Spalte und in jedem der neun 3x3-Blöcke nur einmal vorkommen.

## Zahlenrätsel

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| häufig | 13 | 19 | 4 | 17 | 6 | 2 | |
| Hügelland in der Toskana | 1 | 14 | 5 | 6 | 15 | | 5 |
| in erster Linie | 7 | | 5 | 17 | | 10 | 9 |
| pfiffig, smart | 3 | 10 | 12 | 5 | 10 | | 4 |
| niederländischer Humanist † 1536 | | 9 | 6 | 11 | | 18 | 11 |
| kleiner Metallbehälter | 8 | | 10 | 1 | 14 | | 10 |
| Appetit | 10 | | 11 | 2 | 18 | | 4 |
| alter Energiewert der Nahrung | 16 | 6 | 2 | 13 | 9 | 5 | |
| sehr gewagt | 9 | | 11 | 16 | 6 | | 4 |

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Die Zahlen sind durch Buchstaben zu ersetzen. Dabei bedeuten gleiche Zahlen gleiche Buchstaben. Bei richtiger Lösung ergeben die schattierten Felder – zeilenweise von oben nach unten gelesen – ein Sprichwort.

## Zahlenkreuzworträtsel

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 9 | 7 | 7 | 10 | 7 | | 14 | 7 | 14 | 6 |
| | | 16 | | 16 | 1 | 7 | | 2 P | 10 |
| 11 | 10 | 15 | 5 | 12 | | 8 G | | | 15 |
| 15 | 10 | 16 | | | 16 | 15 | 10 | | |
| 13 | | | 7 | 17 V | 15 | | 15 | 7 | 1 |
| 1 | 9 | | 1 | 7 | 13 | 14 M | 7 | 4 | |
| | 6 | 14 | 15 | | 11 | | 3 U | 16 | 7 |
| 6 | 3 | | | 19 | 3 | 7 | 16 | 7 | 4 |
| 11 | 10 | 7 | 12 | 7 | 4 | | 7 E | | 18 |
| 16 | | 13 | | 12 | | 13 | 4 | 8 | 7 |

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

In diesem Rätsel sind die Zahlen durch Buchstaben zu ersetzen. Gleiche Zahlen bedeuten immer gleiche Buchstaben.

## Programm-Hinweis:

Den KONSUMER gibt es auch als TV-Show:

Die Sendung KONSUMER TV wird in regelmässigen Abständen auf SCHWEIZ 5 ausgestrahlt.

Alle Informationen zur Sendung finden Sie auch online auf **www.konsumer.ch**


## Impressum

KONSUMER

**Verleger:** Konmedia GmbH

**Geschäftsleiter:** Patrick Dütschler

**Redaktion:** Max Fischer, Pascal Gut, Natalie Sidler-Vrticka, Gabriela Kaufmann

**Nachrichtenagenturen:** Schweizerische Depeschenagentur

**Bilder:** Keystone, Fotolia

**Verlag und Redaktion:**
Seebacherstrasse 4, 8052 Zürich

044 545 02 20 (Verlag)
041 541 60 00 (Redaktion)
041 541 15 01 (Fax Verlag & Redaktion)

abo@konsumer.ch (Aboservice)
service@konsumer.ch (Inserate)
redaktion@konsumer.ch (Redaktion)

**Rechtsberatung KF:**
Konsumentenforum (kf), 3007 Bern
031 380 50 34 (Festnetztarif)
kfberatung@konsum.ch

**Druck:** Bruhin AG, 8807 Freienbach

**Erscheinungsweise:** 10 x jährlich

**Abonnementspreis:** CHF 68.–


# Warum ich für den Konsumer schreibe

**Natalie ist mit Herz und Seele Journalistin. Für den Konsumer schreibt sie besonders gerne. Warum dem so ist, sagt sie gleich selber.**

**Natalie Sidler-Vrticka**

Weil das moderne Leben ganz schön kompliziert sein kann! Klar, die hochentwickelte Technologie, das Internet, die Werbung und die Mobilität erleichtern uns Vieles. Doch manchmal werden dadurch auch simple Kaufentscheidungen zum mühsamen Spiessrutenlauf. Die Auswahl an Produkten und Angeboten ist riesig, jeder Anbieter behauptet von sich, auf seinem Gebiet der Beste zu sein, und den grandiosen Rabattversprechen können wir schon länger nicht mehr blind vertrauen.

Ihr alter Laptop hat sich aufgehängt? Kein Problem: Die Werbebeilage von Interdiscount in der Coop-Zeitung bietet Ihnen bestimmt etwa 5 reduzierte Modelle an, der Mediamarkt drei weitere, plus die Sonderrabatte von melectronics – und dann kommen noch die Herbstreduktionen von digitec dazu. Habe ich einen Anbieter vergessen? Bestimmt, wahrscheinlich sogar mehrere! Da raucht einem als Nicht-Computer-Profi ziemlich bald der Kopf.

Ähnliche Beispiele lassen sich auch in vielen anderen Branchen finden. Etwa beim Autokauf, bei der Wahl einer Kreditkarte, des Diätprodukts oder bei der Ferienplanung. Theoretisch müsste der durchschnittliche Konsument immer ein bisschen Experte für alles sein, um sich schnell zurechtzufinden und nicht übers Ohr hauen zu lassen. Oder wenigstens vor jedem wichtigen Einkauf einen Genie-Freund anrufen können… wie bei «Wer wird Millionär?».

Der Konsumer beantwortet Ihnen zwar nicht die alles entscheidende Millionenfrage, jedoch liefert er als modernes Konsumentenmagazin praktische Tipps, die das Leben leichter machen. Und warnt Sie zwischendurch vor Firmen und Organisationen, die gern Abzocke betreiben. All dies geschieht auf unterhaltsame und informative Weise.

Ich persönlich mag es, wenn man Klartext redet und gleichzeitig die brauchbaren Lösungen hervorhebt. Zudem ist es schön, wenn beim Schreiben neben der Informationssuche auch die Kreativität ihren Platz haben darf.

Deshalb schreibe ich für den Konsumer.
Ihre Natalie Sidler-Vrticka

**Lese-Tipp auf konsumer.ch:**

## Fitness-Coach: «Cola-light macht dicker als normale Cola»

Auf die Frage «Was wünschen Sie sich am meisten?» antworten für gewöhnlich viele mit «Gesundheit». Aber was genau bedeutet Gesundheit eigentlich? Eine allgemeingültige Antwort gibt es auf diese Frage nicht, glaubt der Personaltrainer und Fitness-Instruktor Lars Hagemann vom West Side Fitness in Zürich. Was aber allen gemein ist: Der Einfluss der Ernährung auf unsere Gesundheit liegt bei unglaublichen siebzig Prozent! Somit ist extrem entscheidend, was wir wann und in welchen Mengen zu uns nehmen.

Dabei haben insbesondere Lightprodukte derzeit Hochkonjunktur: Von der Cola-Light bis zu den Light-Chips. Der Ernährungsprofi ratet hier aber klar ab: «Mit Lightprodukten versuchen wir unseren Körper zu täuschen. Aber das kann nicht klappen.» Durch den Geschmack der Süsse etwa bei einem Light-Süssgetränk regen wir das Belohnungszentrum im Gehirn an, und dieses schüttet vermehrt Insulin aus. Da aber keine Kohlenhydrate verzehrt wurden, sinkt der Blutzucker schneller und löst damit einen Heisshunger auf schnell verfügbare Kohlenhydrate aus. Ein Teufelskreis.

**Lesen Sie den ganzen Artikel online auf www.konsumer.ch.**

# «Nach dem Konsumer-Bericht musste ich 7 Strafanzeigen einreichen!»

Die Berichterstattung über das Engagement der ehemaligen Zuger Kantonsrätin Jolanda Spiess-Hegglin und ihren Verein NetzCourage in der letzten Konsumer-Ausgabe hat viele Reaktionen ausgelöst: Alleine auf Facebook gab es fast 1000 Kommentare – darunter auch einige heftige Kommentare, die sich unter der Gürtellinie bewegten und beileidigend waren.

Spiess-Hegglin konnte ihre Erfahrung mit der Einreichung von Strafanzeigen wegen Hasskommentaren also sogleich unter Beweis stellen: «Wir haben 7 Strafanzeigen eingereicht wegen Beschimpfung, Verleumdung und Drohung», bestätigt die Präsidentin des Vereins NetzCourage gegenüber dem Konsumer. Ihr Ziel sei es immer, dass die Leute daraus lernen und aufhören würden, andere Menschen im Internet zu beleidigen. Das Mittel der Strafverfolgung helfe da am meisten. Spiess-Hegglin hat kürzlich auch einen offenen Brief an ihre Kritiker geschrieben, welchen der Konsumer auf seiner Website publiziert hat. Anbei ein Auszug:

Jolanda Spiess-Hegglin

Belassen wir es beim Sie. Wir kennen uns nicht. Die wenigsten Menschen kennen mich. Sie haben viel über mich und meine Vergangenheit in der Zeitung oder in den Online-Medien gelesen. Über die Landammannfeier 2014. Sie wissen ganz genau, was sich damals abgespielt hat. Im Gegensatz zu Ihnen weiss ich es bis heute nicht. (…)

So, wie verbleiben wir? Wäre es möglich, dass Sie mich jetzt in Ruhe lassen? Vielleicht stellen Sie zwischendurch das WLAN aus und verlassen Ihre Wohnung, echli an die frische Luft. Vielleicht gehen Sie zum Stammtisch im Dorf und trinken Bier mit Gleichgesinnten. Und vielleicht können Sie ganz anständig bleiben, sachlich argumentieren und keine Frau beleidigen (und bitte nicht die Serviceangestellte begrapschen). Ich kann mir vorstellen, dass das jetzt nicht einfach von heute auf morgen so funktioniert. Aber danke, dass Sie es zumindest mal versuchen.

Leben Sie wohl.

# Schwimmen wie ein Fisch, Fotos teilen im besten Netz.

Für Swisscom Kundin Ornella ist ganzjährig Badesaison. Dank des besten Netzes bleibt sie mit ihren Freunden immer verbunden, auch wenn sie im Wasser oft noch die Einzige ist. swisscom.ch/netz

swisscom

**DIE SCHWEIZ HAT GEWÄHLT:**

**DAS BESTE NETZ* DER SCHWEIZ**

* In einer repräsentativen Umfrage des Instituts Link im Februar 2017 stuften 69% der Befragten das Swisscom Mobilfunknetz als das beste ein. Details: swisscom.ch/netz