Ausgabe Zürich, AZA 1953 Sion Response Zentral

MIGROS MAGAZIN

Migusto

MIGUSTO VERSCHENKT 30'000 KÜRBISSE AN NEUE CLUB-MITGLIEDER

Jetzt anmelden auf migusto.ch und gratis Kürbis abholen

Migusto

SO FUNKTIONIERT'S:

1. Bis 15.10.2018 Club-Mitglied werden auf migusto.ch
2. Per Post persönlichen Kürbis-Gutschein erhalten
3. In Ihrer Migros-Filiale einen Bio-Butternuss-Kürbis auswählen
4. Gutschein an der Kasse abgeben und sich Kürbis schmecken lassen

Aktion gilt für den Gratis-Bezug eines Bio-Butternuss-Kürbisses bis zum 22.10.2018, solange Vorrat.

MIGROS MAGAZIN

MM40, 1.10.2018
www.migrosmagazin.ch

Gewinnen:
200-Franken-Gutschein
Seite 36

Sonderausgabe

Das Tier und wir

Ernte gut. Alles gut.

40%

2.20 statt 3.70
Birnen Conférence
Schweiz, per kg

40%

2.85 statt 4.80
Kartoffeln Amandine
Schweiz, Tragtasche, 1.5 kg

30%

Farmer's Best-Schweizer Gemüsemischung oder -Gartenerbsen in Sonderpackung
tiefgekühlt, z.B. Gartenerbsen, 1 kg,
3.90 statt 5.60

Duo-Pack

30%

11.90 statt 17.–
Steinpilze getrocknet im Duo-Pack
2 x 100 g

Migusto

Das Rezept «Geschmorte Birnen mit Pilzen und Preiselbeeren» sowie viele weitere Herbstgerichte gibt es auf migusto.ch/herbst. Jetzt den Herbst geniessen.

Bei allen Angeboten sind M-Budget und bereits reduzierte Artikel ausgenommen.
ANGEBOTE GELTEN NUR VOM 2.10. BIS 8.10.2018, SOLANGE VORRAT

MIGROS
Ein M herbstlicher.

Ein Teller voller Herbstgenuss.

20%

2.90 statt 3.65

Optigal Poulet-Minifilets in Sonderpackung
Schweiz, per 100 g

Migusto

Das Rezept «Pouletspiessli mit Wurzelgemüse» und viele weitere Herbstgerichte gibt es auf migusto.ch/herbst. Jetzt den Herbst geniessen.

Bei diesem Angebot sind M-Budget und bereits reduzierte Artikel ausgenommen.
ANGEBOT GILT NUR VOM 2.10. BIS 8.10.2018, SOLANGE VORRAT

MIGROS
Ein M herbstlicher.

Editorial

Stupsi war ein Überhase

Mein Vater hat Sinn für Humor. Viel Sinn für Humor. So begrüsste er meinen Hund damals in der Familie wie folgt: «Bist ja schon ein Lieber.» Um mich dann anzuschauen und festzustellen: «Aber dein Zwerghase hat das mit dem Gehorchen damals irgendwie besser begriffen.»

Mit ein paar Jahren Distanz muss ich sagen: Mein Vater hatte recht. Wie so oft. Beni – Golden Retriever, 35-Kilo-Kraftpaket – war ein wilder Kerl. Und zugleich total liebenswürdig. Aber er hatte halt eine klare Haltung, was seine Freiheit anbelangte: War der Boden kühl oder gar nass, überhörte er jedes «Sitz» oder «Platz». Und wenn das Restaurant in der Nachbarschaft mal wieder die Fonduereste in den Garten schmiss, entschied er sich für einen unbegleiteten ausgedehnten Spaziergang.

Gleichzeitig muss man wissen: Stupsi war ein Überhase. Er war stubenrein. Hörte auf seinen Namen. Im Winter bauten wir für ihn Höhlensysteme im Schnee. Für ein Rüebli hoppelte er selbst durch die verwinkeltsten und engsten Tunnels. Und während Stupsi sich zu Weihnachten mal unbeliebt machte, weil er unterm Tannenbaum Vaters Kirschstängeli anknabberte, machte Beni mein Mami so richtig, richtig sauer. Der Schuft nahm sich die Freiheit, kurz vor dem heiligen Prozess des Baumschmückens sein Bein zu heben. Und zwar an der einzigen nicht krummen Nordmanntanne, die mein Vater je heimgebracht hatte.

Wir lieben sie, wir hegen und pflegen sie – und wir erzählen noch Jahrzehnte später von ihnen. Haustiere sind Freunde fürs Leben, ob sie nur ein Jahr alt werden wie Patrick Stöppers Gottesanbeterinnen (S. 11) oder eher fünfzig wie Lotti Ingolds Graupapageien (S. 44).

Zum Welttiertag am 4. Oktober bekommen Sie ein ganzes Heft voll tierisch guter Geschichten. Im Bild rechts sehen Sie, dass uns zur Inszenierung der Stars dieser Ausgabe kein Aufwand zu viel war. Vorhang auf für die Zwei- bis Achtbeiner.

Yvonne Zurbrügg, Redaktionsleiterin
yvonne.zurbruegg@mgb.ch

Video zum Making-of auf www.migmag.ch/tierisch

Bild: Susanne Oberli

Tiere

8 Maus
11 Gottesanbeterin
12 Frettchen
13 Agame
14 Katze
17 Zierschildkröten
18 Pudel
21 Vogelspinnen
22 Zwerggeiss
25 Pro & Contra Katze
Lisa Christ – Gabriel Vetter
26 Polizeihund Esko
Eine Nacht auf Streife
33 Unterhaltskosten
36 Wettbewerb
Geschenkkarten gewinnen
37 Elefanten im Zoo
39 Bienen
41 Kampffische
42 Esel
43 Husky
44 Graupapagei
46 Welches Tier passt?
92 Schweine
95 Eichhörnchen
96 Der Tierphilosoph
Markus Wild im Gespräch
102 Kurioses über Tiere
105 Berner Bären
107 Spinnenphobie
108 Kopfläuse
111 Migros-Schildkröte
112 Lieblingstiere
132 Kein Zuhause
Tiere im Heim haben es schwer. Hat vielleicht jemand einen Platz frei?

MIGROS MAGAZIN

M-Infoline: Tel. 0800 84 0848 oder Fax +41 800 84 0848 (Ausland). www.migros.ch/kundendienst; www.migros.ch

Cumulus: Tel. 0848 85 0848* oder +41 44 444 88 44 (Ausland). cumulus@migros.ch; www.migros.ch/cumulus

Redaktion Migros-Magazin: Limmatstrasse 152, Postfach 1766, 8031 Zürich, Tel. 058 577 12 12, Fax 058 577 12 08. redaktion@migrosmagazin.ch; www.migrosmagazin.ch

*Normaltarif

Fotoserie

Der Pudel auf der Platte

In diesem Bild blicken wir hinter die Kulissen einer der aufwendigsten Fotostrecken, die das Migros-Magazin je realisiert hat. Peter Hebeisen (r.), einer der bedeutendsten Schweizer Tierfotografen, inszeniert mit seinem Assistenten Yaran Bürgi für diese Ausgabe Haustiere aus ungewohnter Perspektive – von unten. Hier posiert gerade Königspudel Arco auf der Glasplatte. Wobei Arco das Scheinwerferlicht gewohnt ist. Warum, erklärt sein Bühnenkollege Christian Jott Jenny auf Seite 18.

Migros-Welt

51 Das Haus aus dem Topf
Bauanleitung für ein Vogelhaus

54 Kaffee wie vom Barista
56 Alnatura Brotaufstrich

58 Biopoulet vom Blech

61 Migusto
Rezept für Kürbis-Ketchup

77 Kalorienarme Konfitüre
79 M-Classic Toast
Aktuell mit Schweizer Quartett

82 Alles, was Tiere brauchen
Vom Leckerli bis zu Rescue-Tropfen

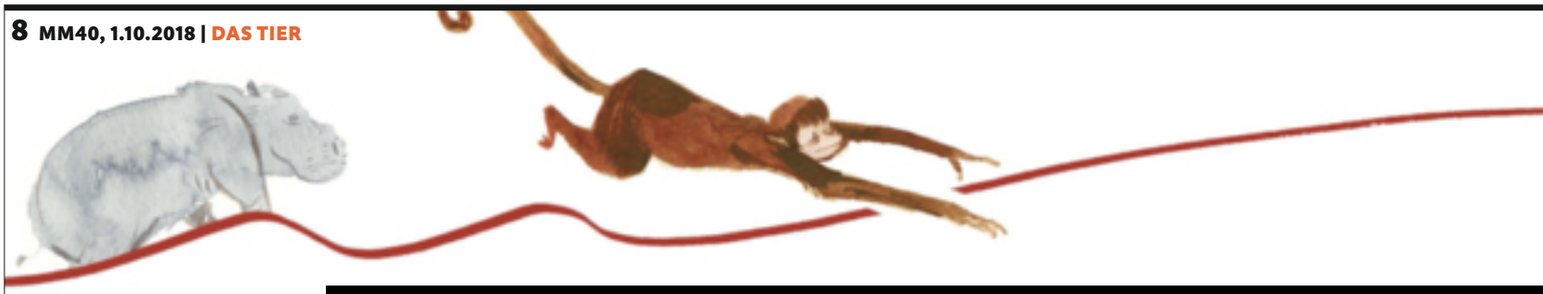
85 Neues aus Ihrer Region
Aktionen, Reportagen, News

119 Glücksgriff
Yeti-Survival-Kit zu gewinnen

121 Glücksgriff
Aufenthalt im Biohotel in Kärnten

123 Rätsel, Spiele/Impressum
129 Leseraktion
163-teiliger Alu-Werkzeugkoffer

130 Cumulus



«Ich und meine Mäuse»

Maria (11)
Kollbrunn ZH

Name: Maria
Alter: 11
Hobbys: Reiten, Mädchenriege, Skifahren
Wichtigste Eigenschaft: tierfreundlich
Mein Zimmer: teile ich mit Cara und ihren neuen Gspänli Noemi und Noah
Meine Freundinnen: haben alle mindestens ein Haustier
Mein Wunschtier: ein Berner Sennenhund. Unser Australian Cattle Dog Huxley (3) ist auch süss

Name: Cara (links)
Alter: 3
Lebenserwartung: 3 bis 4 Jahre
Wichtigstes Merkmal: Albino mit roten Augen
Hobbys: buddeln, schnüffeln, kuscheln, fressen. Letzteres am liebsten das Gemüse, das Maria mir von ihrem Teller hinüberschiebt
Mein Käfig: steht in Marias Zimmer, aber ich darf immer wieder auf ihr rumturnen und über den Teppich rasen
Meine grössten Abenteuer: im Garten baue ich mir aus Gras ein weiches Nest. Maria führt mich an einer Schnur spazieren
Mein grösster Wunsch: Meine zwei Schwestern Lili und Sweety sind vor Kurzem gestorben. Hoffentlich werden Noemi, Noah und ich bald dicke Freudinnen. *(sbl)*

Maus Ihr Skelett ist sehr beweglich, sie kann sich sogar durch Türspalten zwängen.

Bilder: Peter Hebeisen; Assistent: Yaran Bürgi; Illustrationen: ilumueller

Heizen Sie das Caquelon ein.

20%

13.40 statt 16.80
Frischfondue Moitié-Moitié im Duo-Pack
2 x 400 g

20%

2.70
Höhlengold Gruyère
per 100 g

1.80 statt 2.30
Le Gruyère mittelreif, Bio
per 100 g

6.70
Saint-Félicien
180 g

Jetzt den Herbst geniessen.

Bei allen Angeboten sind M-Budget und bereits reduzierte Artikel ausgenommen.
ANGEBOTE GELTEN NUR VOM 2.10. BIS 8.10.2018, SOLANGE VORRAT

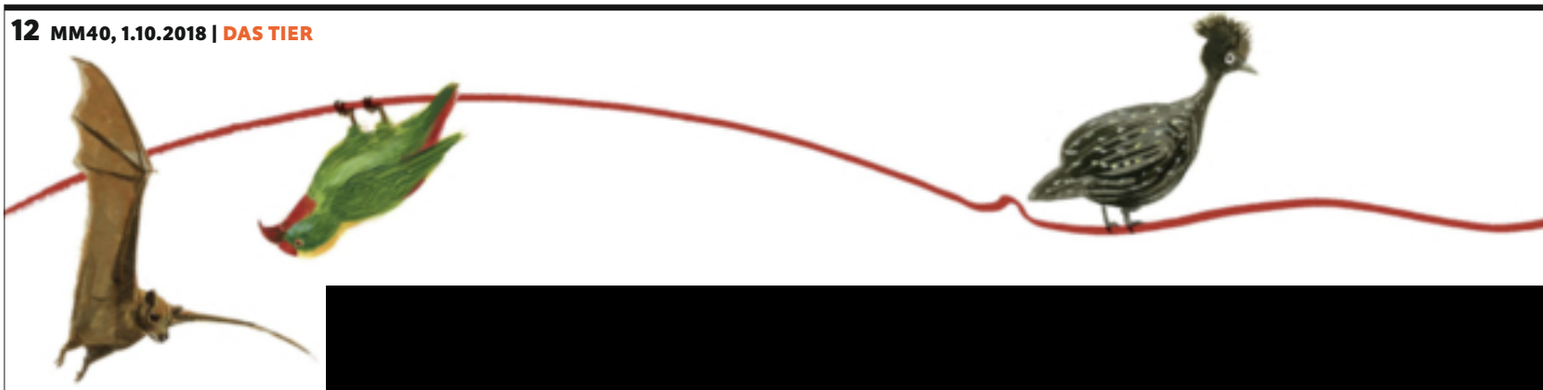
MIGROS
Ein M herbstlicher.

Gottesanbeterin Ihre Lauerstellung war für sie namensgebend.

«Keins war handlich wie Lieselotte.»

Patrick Stöpper (39)
Kommunikationsexperte,
Wangen an der Aare BE

«Gestatten, das ist Lieselotte. Sie ist so was wie der Star unserer Familie. Wenn wir Gäste haben, wollen immer alle unsere Gottesanbeterinnen sehen. Lieselotte zieht von allen vieren am meisten Blicke auf sich, weil keine so knallgrün leuchtet wie sie. Lieselotte, Nia, Arya und June Carter sind Schwestern. In der freien Wildbahn hätten sie sich zum Fressen gern, bei uns sind sie handzahm. Stundenlang hocken sie regungslos auf den Zimmerpflanzen. Unsere Söhne lieben es, sie zu füttern. Eine Grille wird bei lebendigem Leib locker in zehn Minuten verzehrt. Dabei öffnet die Gottesanbeterin das Maul in alle Richtungen und umschlingt die Grille wie ein Alien. Als Haustiere sind unsere Damen super. Zweimal pro Woche haben sie Hunger, einmal pro Woche duschen wir sie und putzen ihren Behälter. Auf die Tierchen bin ich durch meinen ehemaligen Job beim SRF gekommen, als ich fürs Kinderprogramm ‹Zambo› über spannende Tiere berichtete. Ich hätte gern einige mit heimgenommen, aber keins war so handlich wie Lieselotte.» *(yz)*



«Ich mag ihren frechen Ausdruck.»

Rahel Rothlin (32)
Fachfrau Gesundheit
Oerlingen ZH

Ihre Frettchen sind putzige Kerlchen!
Finden unsere Söhne und mein Mann auch. Ich mag den frechen Ausdruck. Der helle Finn und der dunklere Filou sind angenehme Frettchen. Die zwei Weibchen, die wir auch haben, sind hingegen zickiger und streitlustiger.

Was machen Finn und Filou den ganzen Tag?
Schlafen, bis zu 20 Stunden am Tag. Sonst flitzen sie durch die Röhren des Aussenquartiers oder fressen Mäuse, Küken, Katzentrockenfutter oder etwas Rindfleisch.

Ihnen gehören nicht nur vier Frettchen.
Wir haben 1000 Quadratmeter Umschwung. Uns gehören 13 Lamas, zwei Esel, drei Hunde, vier Katzen, zwei Wasserschildkröten, Fische, Zwergmäuse und Hasen.

Arbeiten Sie noch?
Nein, im Moment nicht. Mit den Kindern und den Tieren habe ich genug zu tun. Richtig Ferien haben wir seit Jahren nicht mehr gemacht. *(sbl)*

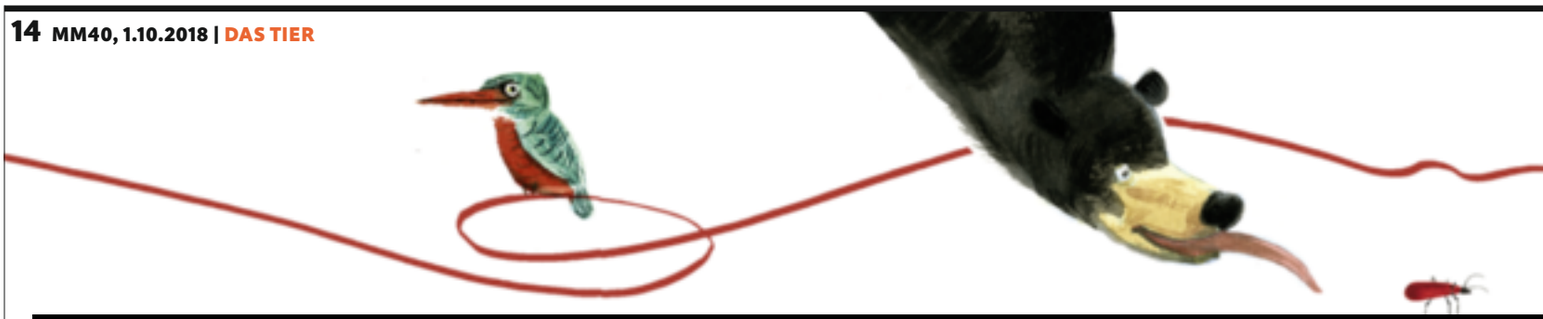
Frettchen Es ist sehr verspielt und neigt dazu, kleine Objekte zu klauen und zu verstecken.

«Er ist wie ein kleiner Drache»

Ingrid van Pernis (46)
Hundetrainerin, Zürich

Dornschwanz-Agame Will sich ein Männchen paaren, kreist es kopfnickend ein Weibchen ein.

Dornschwanz-Agame (Bild), Geckos, ein Halsbandleguan, fünf Möpse, drei Maine-Coon-Kater – Ingrid van Pernis hält sie alle. Ihre Dornschwanz-Agame, der dreijährige Dodo, weckt bei ihr grosse Gefühle: «Er ist wie ein kleiner Drache, schön farbig, zahm.» Einmal habe sie ihn auf die Terrasse heraus mitgenommen, als er sich ziemlich abgekühlt angefühlt habe. Dodo sei ganz ruhig am Boden gelegen. Als dann die Sonne auf ihn geschienen habe, sei er schön aufgewärmt plötzlich ‹wie eine Rakete› gestartet. Dodo sei ein lieber Kerl, er lasse sich gern auf den Arm nehmen. *(sbl)*



«Yoda war mütterlicher als Ciccia. Er war Supermama.»

Franziska Müller (51)
freischaffende Stylistin, Zürich

Siamkatze Sie ist mit ihren blauen Augen und der weissen Fellfarbe ein Teilalbino.

«Yoda (8), unsere Siamkatze, war bereits in unserem Haushalt, als Ciccia (8), unser Tigerli, zum Revier hinzustiess: Knapp halbjährig, beschnupperten sie sich zum ersten Mal. Yoda verliebte sich in Ciccia – sie zierte sich zunächst Schliesslich war Ciccia doch trächtig, und der Moment der Geburt nahte.

Ich bot Ciccia den Wäschekorb als Nest an. Da drängte sich Yoda vor, und schwups! war er bei ihr im künftigen Kinderbett. Ich dachte, es sei besser, ihn in ein anderes Zimmer zu sperren, damit sie ihre Ruhe hatte. Doch Ciccia wollte ihn dabeihaben.

Das begriff ich nicht sofort, deshalb schubste ich ihn wieder weg – da knurrte er mich an. Er schmiegte sich an Ciccia. Als die drei Büsis in der Nacht auf den 24. Dezember 2011 auf die Welt kamen, war das wie doppelte Weihnacht. Er lag bei ihr, umarmte sie, leckte die winzigen Kätzchen. Er trug die Kätzchen ins Körbli zurück, wenn sie unterwegs gewesen waren – er war mütterlicher als die Mutter.

Meine Angst, er könnte den Neugeborenen etwas antun, war unbegründet: Yoda war Supermama!» *(sbl)*

FLUSSKREUZFAHRTEN

Erlebnisreiche Flussfahrten

mit dem Luxusschiff MS Thurgau Prestige*****

Es het solangs het Rabatt* bis Fr. 900.–
*Abhängig von Auslastung, Saison, Wechselkurs

Jetzt Katalog «Advent 2018 und Vorschau 2019» bestellen!

Advents- und Silvesterfahrt auf Rhein & Mosel

6 Tage ab Fr. 640.–

Rabatt Fr. 450.– abgezogen, Hauptdeck, inkl. Vollpension

Basel–Rotterdam–Amsterdam–Basel

9 Tage ab Fr. 990.– (Rabatt Fr. 900.– abgezogen, 22.03., Hauptdeck hinten, Vollpension)

1. Tag Basel Ind. Anreise, Einschiffung und «Leinen los!».
2. Tag Strasbourg Rundfahrt/-gang* mit Sicht auf Synagoge und UNO-Gebäude. Rundgang durch die Altstadt.
3. Tag Köln Passage Loreley-Strecke. Rundgang* Domstadt.
4. Tag Dordrecht–Rotterdam Ausflug* zu den Windmühlen von Kinderdijk (UNESCO-Weltkulturerbe). In Rotterdam Rundfahrt* durch die pulsierende Metropole.
5. Tag Amsterdam Ausflug* zum Keukenhof (gilt für Abreisedaten 22.03. bis 09.05.). An Abreisedaten ohne Keukenhof Panoramarundfahrt* mit Besuch des Reichsmuseums (25.08. bis 22.12.). Grachtenfahrt+ am frühen Abend.
6. Tag Duisburg–Düsseldorf Ausflug* nach Essen zur Zeche Zollverein. Transfer+ nach Düsseldorf zur individuellen Besichtigung. Wiedereinschiffung in Düsseldorf.
7. Tag Koblenz Rundgang* mit Besuch der Festung Ehrenbreitstein. Eindrucksvolle Schifffahrt «Romantischer Rhein».
8. Tag Baden-Baden Ab Plittersdorf Busausflug* nach Baden-Baden, Rundgang. Die Bäder- und Kunststadt begeistert mit ihrer Atmosphäre, den prunkvollen Herrenhäusern und Parkanlagen. Wiedereinschiffung in Kehl.
9. Tag Basel Ausschiffung nach dem Frühstück und individuelle Heimreise.

Reisedaten 2019 **Es het solangs het Rabatt**

22.03.–30.03.*	900	23.04.–01.05.*	500	02.09.–10.09.	500
30.03.–07.04.*	800	01.05.–09.05.*	500	10.09.–18.09.	500
07.04.–15.04.*	700	09.05.–17.05.*	500	22.12.–30.12.°	900
15.04.–23.04.*	600	25.08.–02.09.	500		

** Mit Keukenhof | ° Kein Zuschlag zur Alleinbenutzung*

Keukenhof

Preise pro Person in Fr. (vor Rabattabzug)

2-Bettkabine Hauptdeck hinten	1890
2-Bettkabine Hauptdeck	1990
Junior Suite Hauptdeck*	2190
2-Bettkabine Mitteldeck, franz. Balkon	2490
Junior Suite Mitteldeck, franz. Balkon*	2690
Junior Suite Oberdeck, franz. Balkon*	2790
Master Suite Oberdeck, franz. Balkon*	3090
Zuschlag Alleinbenutzung Hauptdeck	290
Zuschlag Alleinbenutzung Mitteldeck	890
Ausflugspaket (8 Ausflüge)	290
Annullations-/Extrarückreiseversicherung	59

** Nicht zur Alleinbenutzung möglich*

MS Thurgau Prestige******** – by Thurgau Travel

Luxusschiff für 124 Passagiere in 41 Kabinen (ca. 15 m²), 7 Junior Suiten (ca. 19 m²), 14 Master Suiten (ca. 30 m²). Alle Kabinen und Suiten mit zwei Betten (die auch getrennt gestellt werden können), Dusche/WC, TV/Radio, Minibar, Safe, Föhn, Telefon, individuell regulierbarer Klimaanlage, Tisch und Stuhl. Die Junior Suiten verfügen zudem über zwei bequeme Sessel, die Master Suiten über Sofa, Hocker, begehbaren Schrank und Badewanne. Kabinen auf MD/OD haben einen franz. Balkon. Fenster auf HD nicht zu öffnen. Bordausstattung: grosszügiges Restaurant, Panorama-Salon mit Tanzfläche und Bar, Réception, Boutique, Bistro mit Internet-Corner, Fitnessraum, Massagesalon, grosses Sonnendeck mit Whirlpool. Gratis WLAN nach Verfügbarkeit. Lift zwischen MD und OD. **Nichtraucherschiff** (Rauchen auf dem Sonnendeck erlaubt).

2-Bettkabine Mitteldeck (ca. 15 m²) mit franz. Balkon

NEU Basel–Cochem–Basel

1. Tag Basel Individuelle Anreise. Einschiffung und um 16.00 Uhr heisst es «Leinen los!»
2. Tag Speyer Am Morgen Erholung an Bord. Individueller Besuch des Weihnachts- und Neujahrsmarkts mit Lichterglanz.
3. Tag Cochem Schifffahrt auf Rhein und Mosel am Morgen. Individueller Besuch des Weihnachtsmarkts SternZauber.
4. Tag Rüdesheim Besuch des Weihnachtsmarkts der Nationen mit charmantem Flair.
5. Tag Baden-Baden Ab Plittersdorf Bustransfer zum Christkindelsmarkt in Baden-Baden.
6. Tag Basel Ausschiffung nach dem Frühstück und individuelle Heimreise.

Reisedaten 2018 **Es het solangs het Rabatt**

02.12.–07.12.*	450	12.12.–17.12.	450
07.12.–12.12.	450	17.12.–22.12.	550

** Einschiffung in Breisach (Bustransfer ab Basel)*
° Kein Zuschlag zur Alleinbenutzung.
Geändertes Programm, siehe Internet.

Leistungen: *Kreuzfahrt inkl. Vollpension an Bord, Bustransfer nach Baden-Baden, alle Schleusen- und Hafengebühren, Thurgau Travel Bordreiseleitung. Weitere Details im Internet oder Prospekt verlangen.*

Preise pro Person in Fr. (vor Rabattabzug)

2-Bettkabine Hauptdeck hinten	990
2-Bettkabine Hauptdeck	1090
Junior Suite Hauptdeck*	1190
2-Bettkabine Mitteldeck, franz. Balkon	1290
Junior Suite Mitteldeck, franz. Balkon*	1490
Junior Suite Oberdeck, franz. Balkon*	1590
Master Suite OD (ca. 30 m²), franz. Balkon*	1690
Zuschlag Alleinbenutzung Hauptdeck	190
Zuschlag Alleinbenutzung Mitteldeck	390
Annullations-/Extrarückreiseversicherung	54

** Nicht zur Alleinbenutzung möglich*

** Im Ausflugspaket enthalten, vorab buchbar | + Fak. Ausflug nur an Bord buchbar | Programmänderungen vorbehalten | Reederei/Partnerfirma: Scylla AG*

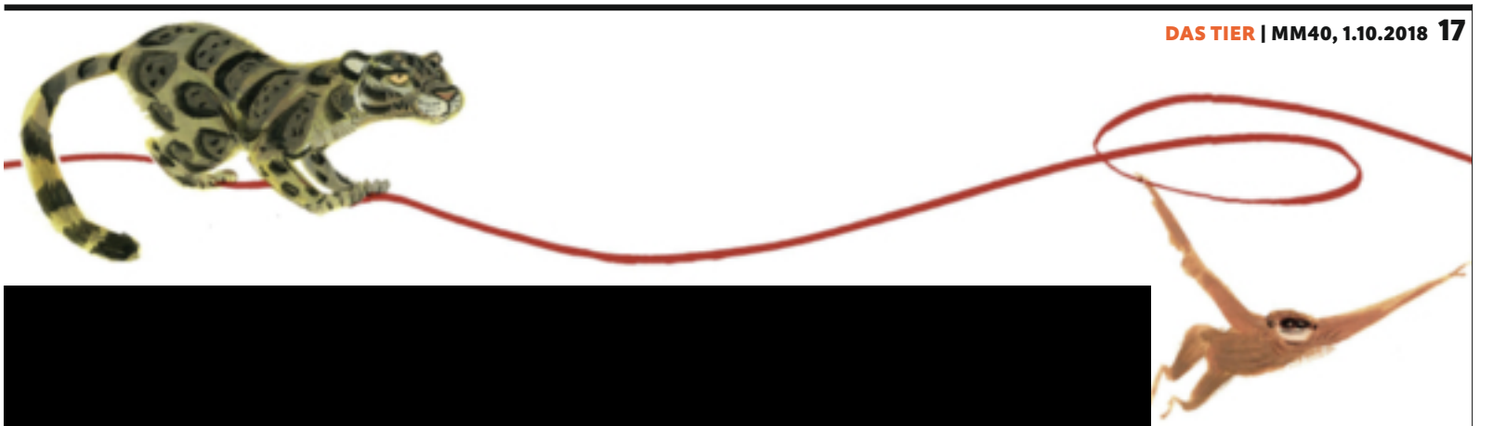
Online buchen und sparen
www.thurgautravel.ch

Buchen oder Prospekt verlangen
Gratis-Nr. 0800 626 550

REISEGARANTIE

Thurgau Travel
Aussergewöhnliche Reisen zu moderaten Preisen

Rathausstrasse 5 | 8570 Weinfelden,
Tel. 071 626 55 00 | info@thurgautravel.ch

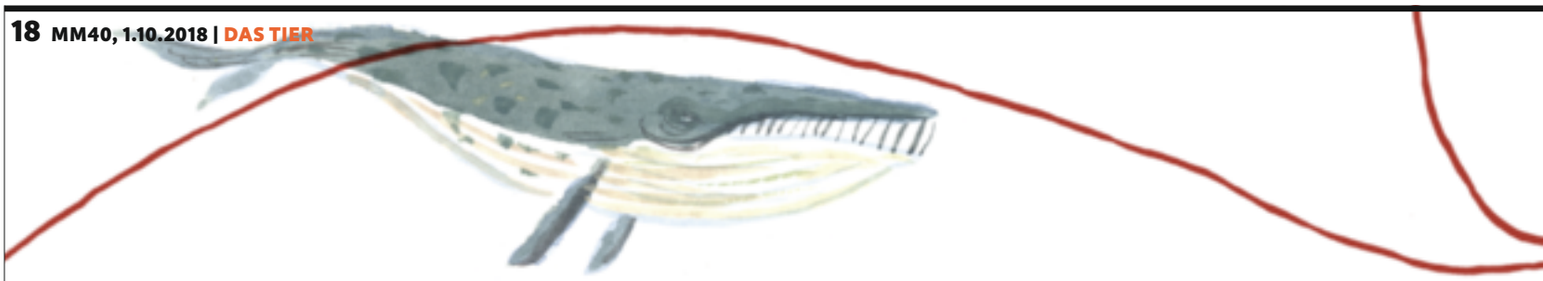


Wasserschildkröte Sie versteht sich mit Goldfischen oder Kois, macht sich aber über junge Frösche her.

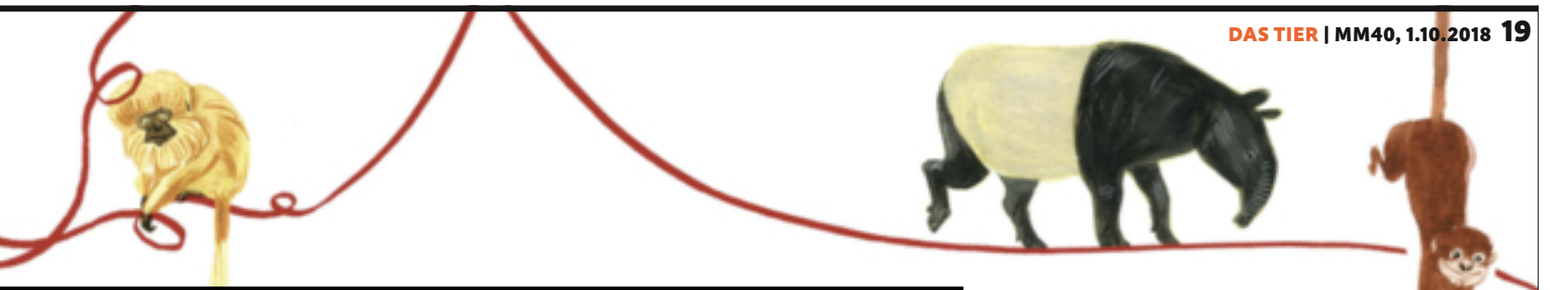
«Sie sind Einzelgänger. Ihr Hobby ist sünnele.»

Thomas Rothlin (32)
Leiter Wildpark Bruderhaus, Oerlingen ZH

«Bei uns leben zwei Südliche Zierschildkröten. Die im Bild ist 27 Jahre alt, fast gleich alt wie ich. Sie ist topfit und kann 45 werden. Drum: Prüfe, wer sich bindet. Unsere Tiere haben beide keinen Namen. Ihr Zuhause fasst 2500 Liter Wasser, ist zwei Meter lang und 60 Zentimeter breit. Sie teilen es mit kleinen Fischen. Wasserschildkröten sind Einzelgänger, ihr Hobby ist sünnele. Geht es um den besten Platz an der Sonne beziehungsweise unter den Wärmelampen, kennen sie nichts: Sie klettern aufeinander, um der ‹Sonne› so nahe wie möglich zu sein.» *(sbl)*



Königspudel Gezüchtet für die Wasserjagd, als überdurchschnittlich intelligenter Gesellschaftshund geschätzt.



«Ich bitte Sie. Ein Star wie Arco geht nicht in die Büsche!»

Christian Jott Jenny (40) alias Gesellschaftstenor Leo Wundergut,
Zürich und St. Moritz

Wie oft sind Sie schon zusammen auf der Bühne gestanden?
Arco hat mit mir mehrere abendfüllende Programme bestritten – beziehungsweise ich mit ihm.

Wer braucht länger in der Maske?
Ich brauche fünf Minuten. Um Arco kümmern sich drei Stylisten während einer Stunde.

Wer hat die dichteren Locken?
Pudel bestehen ja im Gegensatz zu anderen Rassen nur aus 40 Prozent Hund. Der Rest sind Locken. Arco gewinnt.

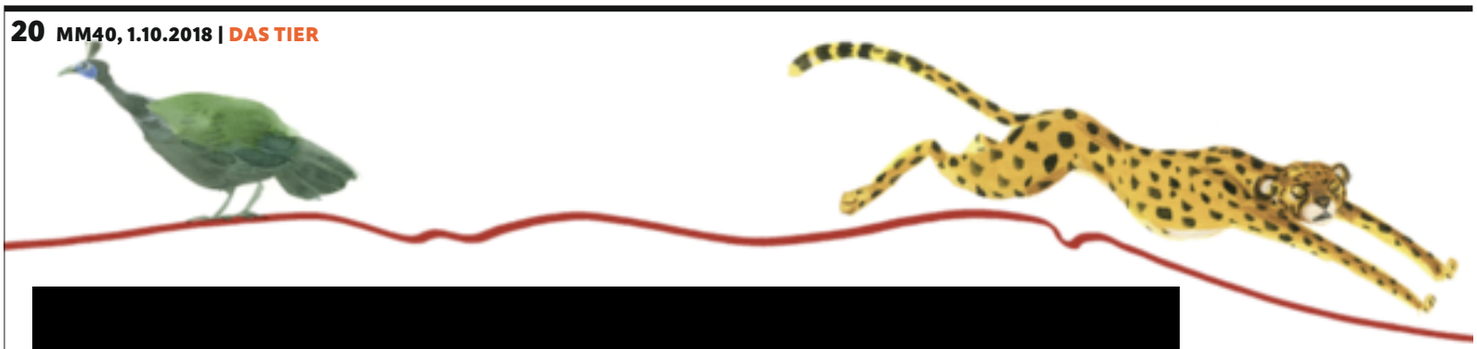
Wer hat in welchem Bereich mehr Bühnentalent?
Ich singe besser, er gibt besser Pfötchen. Unsere Einsätze verpassen wir in etwa gleich oft.

Wer ist nervöser auf der Bühne? Arco oder Sie?
Da sind wir ähnlich gut geerdete Profis. Ein Glas Weisswein hilft uns beiden übers Gröbste weg.

Wer führt Arco in der Pause Gassi?
Ich bitte Sie. Ein Star wie Arco geht nicht in die Gebüsche! Die Gebüsche kommen zu ihm.

Warum gehört Arco nicht Ihnen?
Arco gehört einer Offshore-Holding, die Cayman Islands sind involviert usw. Das ist für uns beide steuertechnisch viel besser. *(yz)*

Arco, der krauseste Star der Zürcher Theaterszene, gehört Jennys Schauspielkollegin Irene Fritschi. Jenny, der gerade fürs St. Moritzer Gemeindepräsidium kandidiert, zieht mit zunehmendem Haarausfall ebenfalls die Anschaffung eines Königspudels in Betracht. Der könnte Siegfried von Walhalla heissen.



«Mir hat noch keine was zuleide getan.»

Yvonne Rothlin (64),
pensioniert, Oerlingen ZH

Vogelspinne Sie besitzt acht Augen, nimmt jedoch nur Formen sowie Hell und Dunkel wahr.

Warum halten Sie Vogelspinnen?
Unser Sohn wünschte sich vor vielen Jahren Vogelspinnen; ich habe sie von ihm übernommen. Die jüngste ist drei und die älteste 20 Jahre alt. Sie sind wunderschön zum Anschauen und Beobachten.

Können Ihre Tiere gefährlich werden?
Es sind keine Streichel- oder Kuscheltiere. Ein Biss mit ihren Giftklauen ist jedoch nicht gefährlicher als der Stich einer Biene. Mir hat noch keine etwas zuleide getan.

Besitzen Ihre Spinnen neben den Giftklauen weitere «Waffen»?
Fühlen sie sich bedroht, wenden sie dem Angreifer ihren Hinterleib zu und schleudern ihm mit schnellen Bewegungen eines Hinterbeins ihre dort platzierten Brennhaare entgegen. Kommt man mit diesen in Berührung, brennt und juckt es. Darum trage ich beim Putzen des Terrariums Handschuhe, die Haare liegen überall herum. Mit der Häutung wachsen der Vogelspinne dann neue Brennhaare nach.

Mögen Sie Spinnen auch sonst?
Sind diese dicken, schwarzen Kellerspinnen im Haus, finde ich das nicht so toll. *(sbl)*

Bild: zVg

Aktion

Gillette

20%

39.60 statt 49.50

Gillette Ersatzklingen,
z.B. Gillette Mach3, 20 Stück

20%

36.70 statt 45.90

Gillette Ersatzklingen,
z.B. Gillette Mach3 Turbo, 16 Stück

20%

37.50 statt 46.90

Gillette Ersatzklingen,
z.B. Gillette Fusion5, 14 Stück

20%

46.50 statt 58.20

Gillette Ersatzklingen,
z.B. Fusion5 Proglide, 12 Stück

Duo-Pack

20%

Gillette Einwegrasierer Blue II Plus Slalom im Duo-Pack,
2 x 10 Stück, **9.95** statt 12.60

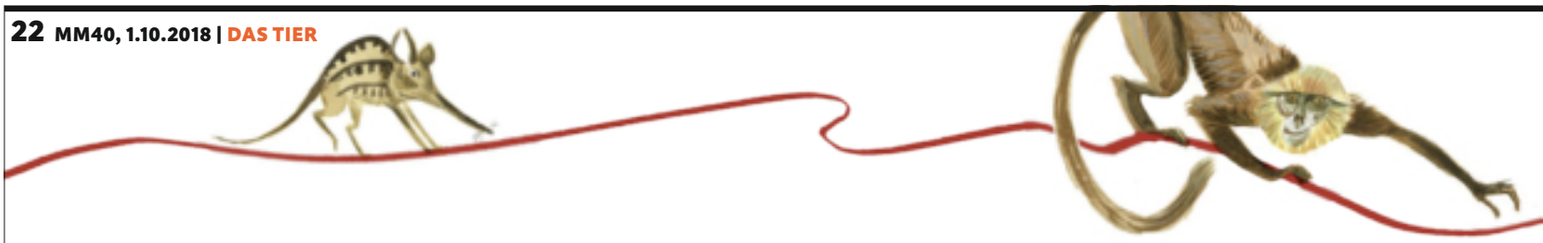
3er-Pack

25%

Gillette Series Rasiergel oder Rasierschaum Trio,
z.B. Gillette Series Rasiergel Sensitive Trio, 3x200ml, **8.55** statt 11.40

MIGROS
Ein M besser.

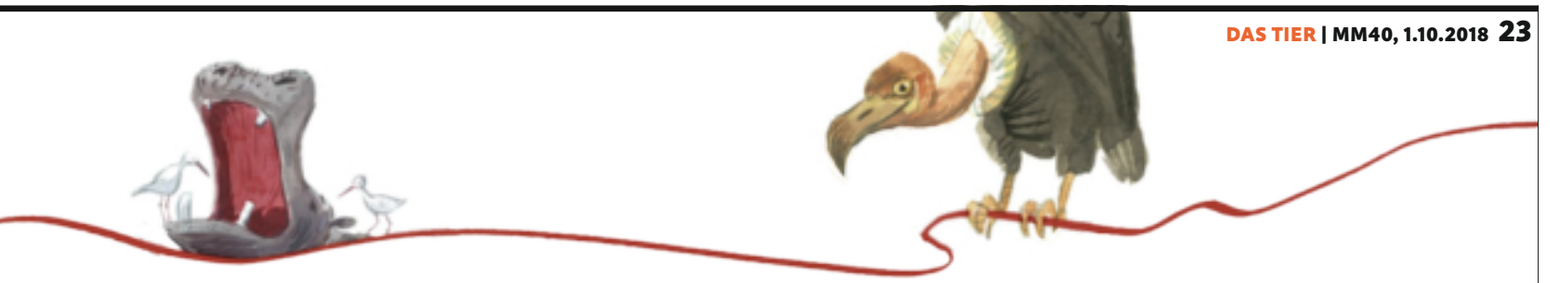
ANGEBOTE GELTEN NUR VOM 2.10. BIS 15.10.2018, SOLANGE VORRAT

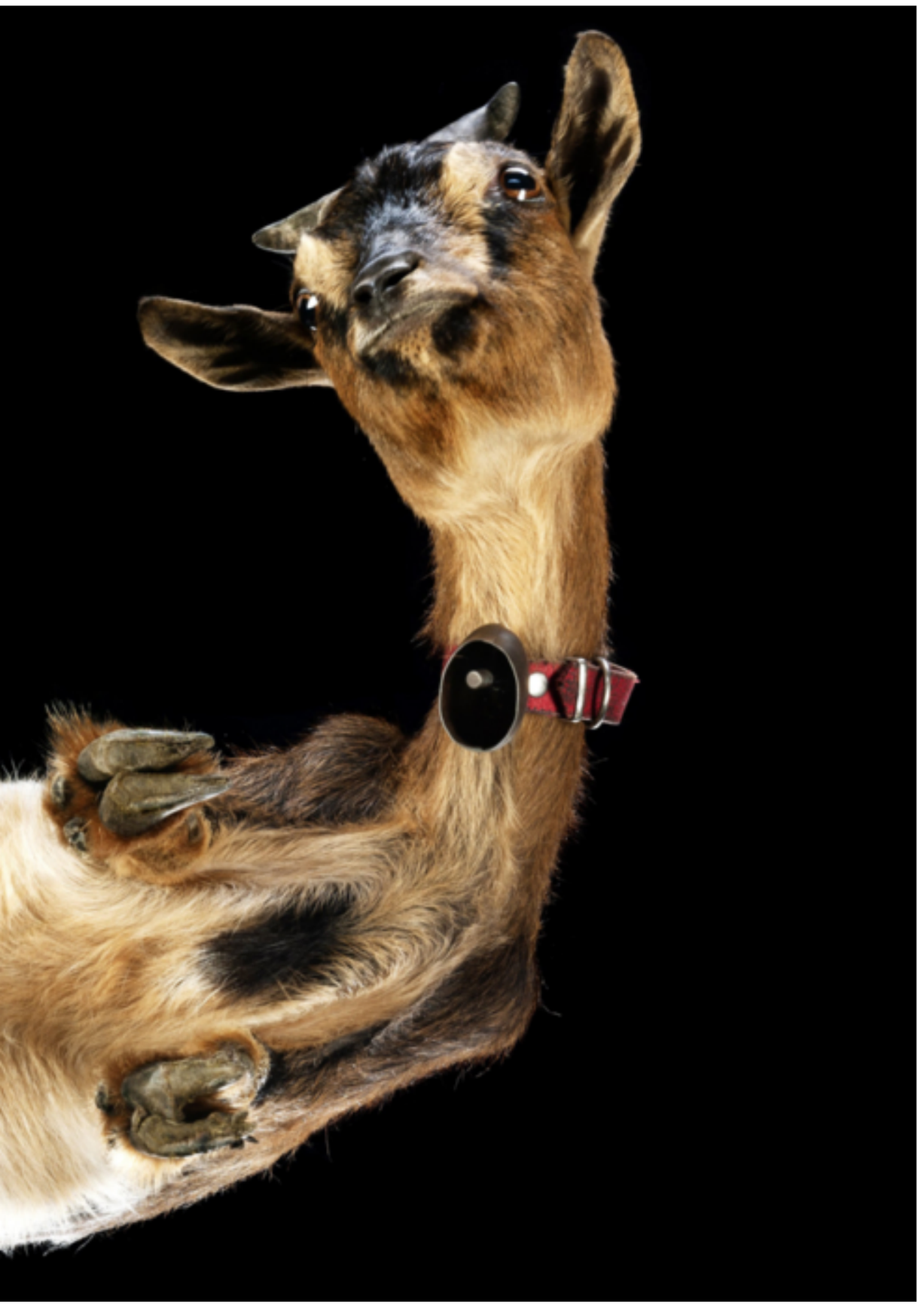


«Schwänli und ich sind beide eigensinnig.»

Felix Bösch (71), pensioniert, Nassen SG

Ziege Wenn ihr etwas nicht passt, meckert sie, bis sie erhält, was sie will.





«Schwänli (3) und ich sind beide eigensinnig. Eine Zwerggeiss ist in ihrem Wesen der Katze ähnlicher als dem Hund: Sie macht, was sie will. Trotzdem lässt sich Schwänli gern streicheln und auf den Arm nehmen. In einem schönen Garten sollte man keine Zwerggeissen halten – sie würden sogar den Rosenstock fressen, der wäre viel beliebter als das Gras. Schwänli misst in der Höhe 45 Zentimeter und hat schöne Halszötteli, ein wichtiges Schönheitsmerkmal. Als Gründungsmitglied der IG Zwergziegen kann ich sagen: Schwänli entspricht einer original Schweizer Zwerggeiss. Sie ist eines von fünf Geissli, die ich auf einem ehemaligen Bauernhof halte. Bambi ist seine Zwillingsschwester. Die beiden mögen sich sehr, spielen auch gern zusammen. Meine Grosskinder spielen auch oft mit ihnen. Mehr als Gras, Heu, Chüngeli-Futter und Wasser brauchen sie nicht zum Überleben. Gestern, als ich von einer Reise zurückkam, gab es einen Apfel dazu, zur Feier unseres Wiedersehens. Ich würde nie nur eine Zwerggeiss verkaufen, sie gehören zusammen und sollen bis ans Lebensende zusammenbleiben – das kann noch gut 13 Jahre dauern.» *(sbl)*

Edle Tropfen, frisch abgefüllt.

20%

Alle gekühlten Bio-Frischsäfte
z.B. Orangen-Karottensaft, 75 cl, **3.40** statt 4.30

25%

Alle Obstsäfte frisch ab Presse 1.5 Liter und im 6er-Pack, 6 x 1.5 Liter
z.B. Süssmost, 1.5 Liter, **1.50** statt 2.05,
gültig bis 15.10.2018

3.70
Anna's Best Roter Beerensaft
75 cl

20%

Alle Bio-Süssgetränke, -Ice Tea, -Sirupe und -Biotta-Getränke
ungekühlt (ohne Alnatura und Alnavit),
z.B. Preiselbeer Plus, 50 cl, **3.80** statt 4.80

Jetzt den Herbst geniessen.

Genossenschaft Migros Zürich
Bei allen Angeboten sind M-Budget und bereits reduzierte Artikel ausgenommen.
ANGEBOTE GELTEN NUR VOM 2.10. BIS 8.10.2018, SOLANGE VORRAT

MIGROS
Ein M herbstlicher.

Katzen

Man liebt sie oder …

Süsse Schmusekatze oder intriganter Stubentiger? **Pro und Contra** *zum beliebtesten Haustier der Schweiz.*

Lisa Christ (27)
Slam-Poetin und Kabarettistin

Gabriel Vetter (35)
Kabarettist und Schriftsteller

Menschen, die Katzen nicht mögen, sind mir suspekt. Was gibt es Süsseres als diese kleinen Flauschballen? Nicht umsonst sind sie die von allen Generationen akzeptierten Youtube-Stars: Katzenbabys sind das absolut Zuckersüsseste, Tollpatschigste und Herzerwärmendste, was man überhaupt im Internet findet – und das ist bekanntlich gross.

Klar, andere Tiere haben auch schönen Nachwuchs, aber nichts kommt an Katzenbabys heran. Hündeler werden nun die Nase rümpfen und ihrem Wauwau mit den Worten «Es kommt aber auch auf die inneren Werte an, gell Schnuffi» übers Haupt fahren. Ja, das stimmt. Aber davon haben die Katzen mehr als genug. Man wirft ihnen zwar Eigensinnigkeit vor, Unzähmbarkeit und gar Egoismus. Doch nun frage ich Sie: Welcher Mensch bevorzugt denn unterwürfige Gefährten, und wer kann sich an einem eigenwilligen Gegenüber erfreuen? Ich lobe mir querköpfige Wesen, die bis zu einem gewissen Grad auf ihrer Autonomie beharren – bei Menschen wie bei Tieren.

Ausserdem sind Katzen auch ausgewachsen immer noch Heimeligkeit pur: Nichts geht über einen heissen Tee, ein gutes Buch und eine eingerollte, schnurrende Katze. MM

Es ist kompliziert mit mir und den Katzen. Ich mag sie ein wenig – die schier offensive Nutzlosigkeit, die alle Katzen mit einer eleganten Nonchalance zur Schau tragen. Meine These ist: Wer sich langweilt, will eine Katze. Wer Beruhigung braucht, will einen Hund.

Jedes Mal, wenn ich versuche, eine Katze irgendwie zu beeindrucken, komme ich mir vor, als würde ich als Guschti Brösmeli bei den Wagner-Festspielen Lastwagenfahrerwitze erzählen: Ich stosse auf verständnislose Ignoranz. Fakt ist: Wer auch nur einen Funken Zweifel hat, wer also nur ein wenig Menschsein in sich trägt, der kann niemals mit einer Katze glücklich werden. Katzen sind passiv-aggressive Pädagogen, sie sind die bösen, bebroschten Klavierlehrerinnen der Vierbeiner. Sie versuchen, ihre Halter zu erziehen. Beginnt man als Mensch eine Beziehung mit einem Katzenhalter, ist schon von vornherein alles verloren – die Katze duldet keine Nebenbuhler.

Man kann also davon ausgehen, dass zwei Drittel aller Scheidungen ihren Ursprung bei Katzen haben. Hunde zerstören Mobiliar im Spiel. Katzen zerstören mit der einzigen Absicht, den Menschen einen Denkzettel zu verpassen. Das Problem mit Katzen ist simpel: Sie sind dem Menschen einfach zu ähnlich. MM

Bilder: Basil Stücheli, module+

Profi-Schnüffler

Fast wie Kommissar Rex

Sie schnüffeln, sie sichern, sie spüren auf: die Diensthunde des **Polizeicorps der Stadt Zürich.** *Das Migros-Magazin ging mit ihnen auf Patrouille. Und auch wenn die vierbeinigen Kommissare nicht ganz so clever sind wie im Fernsehen – die Polizei wäre ohne sie oft aufgeschmissen.*

Text: *Reto Vogt* **Bilder:** *Daniel Winkler*

Wachtmeister Michael Toggweiler (40) deutet seinem Patrouillenkollegen, das Fahrzeug vor ihnen anzuhalten. 02:50 Uhr: «Dä fahrt komisch, isch da ächt Alkohol im Spiel?» Betrunken ist zwar keiner der drei Männer aus Mazedonien. Es stellt sich aber rasch heraus, dass sie über 20 000 Euro Bargeld dabeihaben. Die Polizisten entschliessen sich daher, das Fahrzeug und die Insassen etwas genauer unter die Lupe zu nehmen.

Ohne die Hilfe eines Hundes kommt die Polizei in solchen Fällen nicht weit. Die Vierbeiner hören doppelt so gut und riechen bis zu einer Million Mal besser als der Mensch. Seit über 100 Jahren sind die Diensthunde nicht mehr aus dem Polizeicorps der Stadt Zürich wegzudenken. Sie sichern Gelände oder Gebäude, verfolgen Täter, spüren verschollene Personen auf und suchen nach Gegenständen, Betäubungsmitteln und Sprengstoff.

03:05 Uhr: Esko, der Deutsche Schäferhund von Michael Toggweiler, wird aus dem Käfig des Patrouillenwagens gelassen. Doch bevor der Hund sich auf die Suche nach Haschisch, Kokain und Heroin machen darf, zieht ihm der Polizist ein Paar «Finken» über. Dies nicht zum Schutz des Tiers, sondern zu dem des Autos. Die Besitzer des Wagens sollen die Polizei nicht für allfällige Schäden haftbar machen können.

Der berühmteste Polizeihund ist wohl «Kommissar Rex» – die wenigsten wissen, dass er mit vollem Namen Reginald von Rafenhorst heisst. Polizeihunde tragen stets den Namen der Zuchtstätte, im Fall von Esko «vom Paradiesertor». Sein Vorname beginnt mit dem fünften Buchstaben des Alphabets, weil er dem fünften Wurf dieser Zuchtstätte entstammt.

«Für unsere Hunde ist die Polizeiarbeit nicht nur Vergnügen, sondern körperliche Höchstleistung.»

Cornelia Wyrsch, Hundeführerin

03:20 Uhr: Während rund einer Viertelstunde durchsucht Esko das mazedonische Auto. Steckt seine Schnauze in jede Ritze des Wagens, durchschnüffelt das Gepäck und fahndet selbst unter der Motorhaube nach Betäubungsmitteln. Aber vergeblich: Das Fahrzeug ist sauber, und nach Prüfung von Personalien dürfen die Männer weiterfahren.

03.45 Uhr: Obwohl Esko vom Paradiesertor diesmal keine Drogen gefunden hat, bekommt er trotzdem eine Belohnung. Einerseits um ihn für den Einsatz zu loben, andererseits um seine Motivation für die nächste Aufgabe hochzuhalten. Es gibt allerdings kein Leckerli für den Hund. Er darf sich dafür in einer Attrappe verbeissen und damit spielen – das genügt ihm.

Es darf keine Routine aufkommen

Es war ein langer Arbeitstag für das Tier. Begonnen hat er kurz nach sechs Uhr abends, gleichzeitig mit dem Dienst seines «Chefs» Michael Toggweiler. Zusätzlich zu den Einsätzen auf der Strasse findet jeden Donnerstagabend eine Übung des Diensthunde-Kompetenzzentrums statt. Der Ort wechselt regelmässig, da keine Routine aufkommen soll – weder für die Hunde noch für die Polizisten. Zusätzlich findet alle 14 Tage ein ganztägiges Hundetraining auf dem Gelände des Diensthunde-Kompetenzzentrums statt.

18:30 Uhr: Heute treffen sich vier Polizisten, zwei Instruktoren und fünf Hunde bei der Wasserversorgung Zürich. Die Behörde hat Feierabend, das Gebäude ist dementsprechend verwaist und wird für die Übung zweitgenutzt. Der Instruktor zeigt das Programm auf: «Heute suchen wir in verschiedenen Räumen nach Verbrechern und üben das Aufstöbern von versteckten Gegenständen auf offenem Gelände.»

Polizeihunde werden von klein auf trainiert. Im Alter von zehn bis zwölf Wochen werden sie beim Züchter abgeholt und wohnen fortan bei ihrem

Bereit für den Nachtdienst: Wachtmeister Michael Toggweiler mit Esko in der Zürcher Innenstadt.

1 *Toggweiler zieht Esko «Finken» an, zum Schutz des Autos, das er durchsuchen soll.*

2 *Esko in Aktion: Der Hund fahndet nach Betäubungsmitteln.*

3 *Um Esko die Arbeit zu erleichtern, wird das Gepäck der Autofahrer ausgelegt.*

Die Natur weiss, was gut ist.

40%

2.95 statt 4.95

Bio-Peperoni
Spanien/Schweiz, Beutel, 400 g

20%

Alle Bio-Getreidekörner, -Hülsenfrüchte, -Quinoa und -Couscous-Produkte
z.B. aha!, Fairtrade Quinoa weiss, 400 g, **3.95** statt 4.95

20%

Alle Bio-Trockenreis
(ohne Alnatura), z.B. Mister Rice Basmati Langkornreis, 1 kg, **4.30** statt 5.40

20%

Alle Bio-Öle und -Essige
z.B. Sonnenblumenöl, 500 ml, **3.75** statt 4.70

20%

1.85 statt 2.35

Bio-Rindshackfleisch
Schweiz, per 100 g

ab 2 Stück

20%

Alle Bio-Tiefkühl-Produkte
(ohne Alnatura), **ab 2 Stück, 20% günstiger,**
gültig bis 15.10.2018

Genossenschaft Migros Zürich
Bei allen Angeboten sind bereits reduzierte Artikel ausgenommen.
ANGEBOTE GELTEN NUR VOM 2.10. BIS 8.10.2018, SOLANGE VORRAT

MIGROS
Ein M biologischer.

1 *Esko macht Pause in der Hauptwache der Stadtpolizei Zürich.*

2 *«Los»: Toggweiler gibt Esko das Kommando für Verfolgungsjagd.*

3 *Zielperson gefunden: Zur Belohnung darf Esko in die Manschette beissen.*

Polizeihundeführer oder ihrer Polizeihundeführerin zu Hause und werden von ihm oder ihr trainiert – auch privat. Anders als bei anderen Polizeicorps gehören die Hunde beim Diensthunde-Kompetenzzentrum der Stadtpolizei Zürich nicht dem Staat, sondern den Polizisten privat.

19:00 Uhr: Jetzt wird die Suche nach tatverdächtigen Personen in einem verwinkelten Gebäude trainiert. Das Training ist anstrengend, nach 20 Minuten sind alle Beteiligten erledigt und durchgeschwitzt – das gilt insbesondere für die Diensthundeführer, die die Einsätze leiten und zugleich auf jedes Zeichen ihrer Hunde reagieren müssen.

Eine der erfahrensten Hundeführerinnen von Zürich ist Cornelia Wyrsch (46), die in ihren 25 Dienstjahren bereits drei Diensthunde grossgezogen hat. Ihr derzeitiger Diensthund, Kyros du Boidamont, ist heute sechsjährig und damit im besten Alter. «Bis ein Hund vollständig ausgebildet ist, dauert es etwa drei Jahre», weiss Cornelia Wyrsch. Nicht jedes Tier schliesst jedoch seine Ausbildung ab. Ist der Welpe acht Monate alt, findet ein ärztlicher Untersuch statt; 16 Wochen später wird ein Wesenstest durchgeführt. Erst jetzt entscheidet sich, ob das Tier sich als Diensthund eignet oder ob die Ausbildung abgebrochen werden muss. «Das passiert aber äusserst selten», so Wyrsch. Nur weniger als jeder zehnte Hund fällt durch. Erst nach 24 Monaten gilts ernst, und die Hunde leisten ihren ersten Einsatztest, nach 30 Monaten den zweiten.

«Man kann Hunden nicht eine Pistole zeigen, und dann suchen sie eine Pistole.»

Michael Toggweiler, Wachtmeister

21:00 Uhr: Bevor Esko vom Paradiesertor sich mit seinem Hundeführer in den Nachtdienst verabschiedet, muss er sich als Suchhund beweisen. Seine Aufgabe ist es, in einem verwinkelten, mehr als vier Fussballplätze grossen Gelände nach Gegenständen zu suchen. «Man kann Hunden nicht eine Pistole zeigen, und dann suchen sie eine Pistole», erklärt Michael Toggweiler. Es funktioniert so: Hunde suchen nach Gegenständen, die nicht ins abzusuchende Gebiet passen. Zum Beispiel eine in der Wiese liegende Pistole oder ein im Baum verstecktes Seil.

Ewig halten die Hunde die körperliche Anstrengung, die der Polizeidienst mit sich bringt, nicht durch. Immerhin acht Jahre arbeitet ein Diensthund dennoch, wenn er bis dahin gesund bleibt. Das «Rentenalter» ist jedoch flexibel: Die Tiere werden so lange eingesetzt, wie sie körperlich dazu in der Lage

1 Kyros beim Training: Cornelia Wyrsch mit ihrem Hund auf dem polizeieigenen Hundetrainingsgelände
2 Wichtiges Ritual: Bei der Suche nach Drogen trägt Kyros stets dasselbe Halsband.

sind. Die meisten werden vor ihrem zehnten Geburtstag pensioniert und kassieren danach eine Rente von zehn Franken am Tag. Noch im Dienst, verdient ein Hund täglich 16.45 Franken. In Tat und Wahrheit ist das natürlich kein Lohn für den Hund, sondern es sind steuerfreie Spesen für den Polizisten, der davon zum Beispiel Futter kauft, die Wohnung hundetauglich einrichtet oder ein grösseres Auto kauft, um den Hund immer dabeihaben zu können.

Repräsentative Aufgaben sind Teil des Jobs
21:50 Uhr: Das Training endet vorzeitig, da die Polizisten am nächsten Tag repräsentative Aufgaben erfüllen müssen und die Fähigkeiten ihrer Hunde an einer Jubiläumsveranstaltung der Stadt Zürich zeigen. «Das gehört auch zu unseren Aufgaben im Dienst der Öffentlichkeit», sagt Michael Toggweiler. Normalerweise dauert die Übung bis kurz nach Mitternacht. Einhalten muss die Dienstplanung lediglich eine Ruhezeit von neun Stunden, nicht eingerechnet sind der Nachhauseweg und die Auslaufrunde mit ihren Hunden, die die Polizisten abends oft noch drehen. Auch vollständig ausgebildete Hunde brauchen noch regelmässiges Training. Cornelia Wyrsch erklärt, warum: «Für unsere Hunde ist die Polizeiarbeit nicht nur ein Vergnügen, sondern körperliche Höchstleistung. Es ist wichtig, sie dabei zu fördern, zu motivieren und zu belohnen.» Hunde lernen über Rituale: Vor jedem Einsatz, bei dem Kyros nach Betäubungsmitteln suchen muss, zieht sie ihm ein Halsband an, auf dem «Drogenfander» steht. Anschliessend zeigt sie ihm ein gerolltes Handtuch, bei dem sie vorgibt, es zu verstecken. Der Hund macht sich auf die Suche danach und zeigt an, wenn er Drogen findet. Aber ob erfolgreich oder nicht: Als Belohnung für seine Anstrengung darf er herzhaft ins Handtuch beissen. Ganz wie im Fernsehen läuft es also nicht. «Anders als Kommissar Rex können richtige Polizeihunde nicht logisch denken», sagt Cornelia Wyrsch.

23:10 Uhr: Auf dem Nachteinsatz passiert wenig. Es ist und bleibt eine ruhige Nacht in der Stadt Zürich, wohl weil das Wetter durchzogen ist. «Regen ist der beste Polizist», weiss Michael Toggweiler. Bei einer Einbruchsmeldung im Enge-Quartier steht Esko kurz davor einzugreifen. Doch es stellt sich als Fehlalarm heraus, der mutmasslich von einem anderen Tier ausgelöst worden ist: einer Schnecke.

Der Deutsche Schäfer ist der «Migros-Hund»
Der Grossteil der Diensthunde ist männlich. Weibchen gibts auch, aber nur wenige, und diese müssen kastriert werden. «Sonst machen sie mir den ganzen Laden verrückt, und die Rüden können sich nicht mehr auf die Arbeit konzentrieren», sagt René Fechner, stellvertretender Leiter des Diensthunde-Kompetenzzentrums und Vorgesetzter von Toggweiler und Wyrsch. Insgesamt werden sechs verschiedene Rassen eingesetzt, der Deutsche Schäfer gilt als ideal für Polizisten, die zum ersten Mal einen Hund ausbilden. «Wir nennen ihn Migros-Hund», lacht Fechner. Deutsche Schäfer seien lieb, treu, unkompliziert – und einfach gut, «wie die Migros halt. Und das sage ich nicht nur, weil Sie vom Migros-Magazin sind.» MM

Zahlen und Fakten

Diensthunde des Polizeicorps der Stadt Zürich

- **10–12 Wochen alt** sind die Hunde, wenn sie von ihrem Hundeführer übernommen werden
- **Rund 3 Jahre** dauert die Ausbildung der Diensthunde und kostet 35 000 Franken
- **42 Stunden pro Woche** arbeiten die Diensthunde, verteilt auf 5 Schichtdienste
- **Rund 8 Jahre** bleiben die Hunde im Dienst, sofern es ihre Gesundheit erlaubt
- **6 verschiedene Hunderassen** kommen derzeit bei der Stadtpolizei Zürich zum Einsatz: 1 Riesenschnauzer, 1 Rottweiler, 1 Labrador, 4 Bayerische Gebirgsschweisshunde, 15 Belgische Schäferhunde und 22 Deutsche Schäferhunde
- **5,8 kg Marihuana,** 2,2 kg Amphetamine, 187 g Heroin, 930 g Kokain und 35 390 Franken Bargeld haben die Diensthunde 2017 aufgespürt

ROTPUNKT APOTHEKE

FÜHREND IN MEDIKAMENT UND GESUNDHEIT

Angebote gültig bis 31.10.2018

PIGMENTFLECKEN?

Hemmt die Melaninproduktion und reduziert Pigmentflecken jeder Art.

EUCERIN ANTI-PIGMENT z.B.

Tagespflege LSF 30, 50 ml **36.70** statt ~~45.90~~

Beiersdorf AG Division Eucerin

UNTER STRESS?

Deckt den erhöhten Bedarf an Vitaminen und Mineralstoffen in Zeiten mentaler oder körperlicher Belastung. Ihre Nerven werden gestärkt.

BEROCCA

Brausetabletten, 45 Stk. **39.10** statt ~~48.90~~

Filmtabletten, 100 Stk. **53.45** statt ~~66.80~~

Bayer (Schweiz) AG

Lesen Sie die Packungsbeilage.

AKUTE SCHMERZEN?

Das Pflaster hilft genau dort, wo es weh tut. Wirkt mindestens 12 Stunden.

FLECTOR EP TISSUGEL

Pflaster, 10 Stk. **28.65** statt ~~35.80~~

IBSA SA
Lesen Sie die Packungsbeilage.

STARKES HAAR?

Das Haar wird an der Wurzel gestärkt und mit den wichtigsten Nährstoffen versorgt.

PANTOGAR

Kapseln, 90 Stk. **50.40** statt ~~63.00~~

Kapseln, 300 Stk. **119.90** statt ~~149.90~~

Merz Pharma (Schweiz) AG
Lesen Sie die Packungsbeilage.

Sie finden uns hier: Affoltern a. Albis, Altstätten SG, Arbon, Baden, Bad Ragaz, Basel, Bassersdorf, Bern, Biel, Binningen, Breitenbach, Bülach, Chur, Dielsdorf, Dietikon, Embrach, Emmenbrücke, Flawil, Goldau SZ, Gossau, Grenchen, Grosshöchstetten, Herisau, Hombrechtikon, Ipsach, Kloten, Küsnacht, Lenzburg, Liestal, Lostorf, Maienfeld, Mettmenstetten , Neuhausen, Oberwil BL, Oensingen, Olten, Pfungen, Rapperswil SG, Regensdorf, Rüti, Schaffhausen, Schlieren, Schwyz, Seon, Spreitenbach, Stans, St. Gallen, St. Margrethen, Stein AG, Stein am Rhein, Sursee, Thalwil, Wetzikon, Wil SG, Winterthur, Zug, Zürich. Weitere Aktionen: www.rotpunkt-apotheken.ch

always | TAMPAX

Der Herbst gehört mir.

Damit Sie sich als Frau rundum frisch und sicher fühlen können, gibt es für jede Lebenslage die Produkte von Always und Tampax. Dank des zuverlässigen Schutzes, können Sie jede Minute des Herbstes unbeschwert geniessen.

MIGROS

Always und Tampax gibts in Ihrer Migros

Kostenübersicht

Teure Freunde

Wer sich ein Haustier anschaffen will, sollte auch **die Folgekosten einkalkulieren.** *Mit dem Kaufpreis allein ist es nämlich nicht getan.*

Quelle: *«Beobachter»*

Guppy Zierfisch

Lebensdauer: zirka 2 Jahre
Kaufpreis: Fr. 1.– bis 50.–

Einmalige Kosten	
Aquarium, Einrichtung	300.–
Total	**300.–**
Monatliche Kosten	
Futter	10.–
Total	**10.–**
Kosten pro Jahr	**120.–**

540.–
Gesamtkosten

Hund

Lebensdauer: 10 bis 15 Jahre
Kaufpreis: Fr. 0 bis 2500.–

Einmalige Kosten	
Medizinische Grundbehandlung Jungtier	150.–
Kastration m/w	300.–/600.–
Hundekurs	ab 100.–
Chip	ab 70.–
Leine	20.–
Halsband	20.–
Schlafgelegenheit	50.–
Fress- und Wassernapf	30.–
Pflegemittel	40.–
Spielzeug	20.–
Total m/w	**800.–/1100.–**
Monatliche Kosten	
Futter / Knabberzeug	100.–
Total	**100.–**
Jährlich wiederkehrende Kosten	
Hundesteuer je nach Gemeinde	mind. 100.–
Impfungen	100.–
Parasitenprophylaxe	100.–
Total	**300.–**
Kosten pro Jahr	**1500.–**

23 600.–
Gesamtkosten Lebensdauer 15 Jahre, w, ohne Kaufpreis

Wellensittich*

Lebensdauer: 10 Jahre
Kaufpreis: Fr. 130.– pro Paar

Einmalige Kosten	
Voliere	190.–
Einrichtung	40.–
Total	**230.–**
Monatliche Kosten	
Futter	25.–
Sand	10.–
Total	**35.–**
Kosten pro Jahr	**420.–**

4560.–
Gesamtkosten

Wie die Zahlen zustande kommen
Die hier aufgeführten Beiträge sind Durchschnittswerte (2010). Im Einzelfall kann man ein Tier auch günstiger ausstatten und füttern, sicherlich aber auch viel teurer. Nicht mit einberechnet sind allfällige Kosten für den Tierarzt, die sich je nach Krankheit rasch auf einige Hunderte oder gar Tausende von Franken summieren können, sowie die Ferienbetreuung.

* Diese Tiere dürfen nicht allein gehalten werden. Die Kosten sind pro Paar berechnet.

Neugierige lesen weiter auf migrosmagazin.ch. Und Sie?

Noch mehr Hintergründe, Tipps, Rätsel und Ideen finden Sie in unserer grossen Online-Community auf www.migrosmagazin.ch

www.migrosmagazin.ch

Für alle, die mitreden wollen.

MIGROS MAGAZIN

Zwergkaninchen*

Lebensdauer: 6 bis 10 Jahre
Kaufpreis: Fr. 180.– pro Paar

Einmalige Kosten	
Käfig	250.–
Aussengehege	400.–
Einrichtung	150.–
Wassertränke, Napf	20.–
Sandbad	20.–
Total	**440.–**
bei Aussengehege	**590.–**
Monatliche Kosten	
Sand, Einstreu	40.–
Futter	20.–
Total	**60.–**
Kosten pro Jahr	**720.–**

7970.–
Gesamtkosten Lebensdauer 10 Jahre, im Aussengehege

Katze

Lebensdauer: 12 bis 20 Jahre
Kaufpreis: Fr. 0 bis 1500.–

Einmalige Kosten	
Medizinische Grundbehandlung	180.–
Kastration m/w	100.–/200.–
Kistli, Futternäpfe	30.–
Kratzgelegenheit	ab 80.–
Transportkiste	50.–
Katzennetz	ab 40.–
Total m/w	**ab 480.–/ab 580.–**
Monatliche Kosten	
Spielzeug, Flohhalsband	10.–
Futter, Katzenstreu	90.–
Total	**100.–**
Jährlich wiederkehrende Kosten	
Entwurmung	35.–
Leukose-Impfung	65.–
Katzenseuche/-schnupfen	60.–
Total	**160.–**
Kosten pro Jahr	**1360.–**

20 980.–
Gesamtkosten Lebensdauer 15 Jahre, w, ohne Kaufpreis

Bartagame Echse

Lebensdauer: zirka 10 Jahre
Kaufpreis: Fr. 120.–

Einmalige Kosten	
Terrarium	240.–
Bodeneinrichtung	100.–
Lampen	200.–
Dekomaterial	50.–
Total	**590.–**
Monatliche Kosten	
Nahrungszusätze	2.–
Futter	5.–
Total	**7.–**
Kosten pro Jahr	**84.–**

1550.–
Gesamtkosten

Kornnatter

Lebensdauer: zirka 10 Jahre
Kaufpreis: Fr. 100.–

Einmalige Kosten	
Terrarium	200.–
Bodeneinrichtung	30.–
Lampen	100.–
Dekomaterial	70.–
Total	**400.–**
Monatliche Kosten	
Futter	7.–
Total	**7.–**
Kosten pro Jahr	**84.–**

1340.–
Gesamtkosten

Grafiken/Illustrationen: illumueller.ch

5 × 200-Franken-Gutschein zu gewinnen
zusammen mit Nestlé Purina

Wettbewerb

Genau gelesen ist halb gewonnen

Beantworten Sie folgende drei Fragen und gewinnen Sie mit etwas Glück eine von fünf **Migros-Geschenkkarten im Wert von 200 Franken.** *Die Antworten finden Sie in den Artikeln in diesem Migros-Magazin.*

1 *Wie heisst der Hund von Tierphilosoph Markus Wild?*

2 *Wie viele Hausschweine halten Claudia und Fredi Stauffenegger?*

3 *Welcher prominente Kabarettist hat eine Abneigung gegenüber Katzen?*

Das Migros-Magazin und Nestlé Purina (www.TierGeschichte.ch) verlosen fünf Migros-Geschenkkarten im Wert von je 200 Franken. Machen Sie mit auf www.migrosmagazin.ch/wettbewerbe

Bild: iStock

Anzeige

20% günstiger

Every Body In.
SKINY®

20%
14.30 statt 17.90
Rio Slip 2 Pack oder Panty 2 Pack in den Größen 36–44
Baumwolle in den Farben weiß & schwarz erhältlich
Mikrofaser in den Farben weiß & schwarz erhältlich

AUF ALLE SKINY PRODUKTE!
Angebote gelten nur vom 2.10. bis 9.10.2018, solange der Vorrat reicht.

MIGROS
Ein M besser.

Elefant Futtert fast ununterbrochen, nimmt pro Tag etwa 200 Kilo Pflanzennahrung zu sich

Bild: Daniel Auf der Mauer

«Die Tiere strahlen eine tiefe Ruhe aus.»

Patricia Kälin-Kienberger (45),
Verkäuferin, Rüti ZH

Sie hatte schon einige eindrückliche Erlebnisse mit Elefanten. Eins ragt heraus: 2011 musste Patricia Kälin-Kienberger dem Rapperswiler Zoo wegen einer schweren Operation zwei Wochen lang fernbleiben. Als sie danach erstmals wieder zur Elefantenanlage kam, liefen vier der Tiere sofort auf sie zu, darunter die damalige Leitkuh Patma. «Sie blieben vor mir stehen, senkten und hoben ihren Rüssel zwei Mal, als ob sie mich begrüssen würden», erzählt sie. «Da war mir zum ersten Mal klar: Die Tiere erkennen mich.»

Die innige Beziehung zwischen den grauen Riesen und der Menschenfrau begann 2008. «Ich machte gerade eine schwierige Zeit durch. Meine Eltern waren kurz nacheinander gestorben, und so ging ich mal wieder in den Kinderzoo, um mich ein wenig abzulenken.» Schon zuvor verweilte sie ab und zu bei den Elefanten, aber diesmal war es anders. «Ich stand ewig lange dort, beobachtete sie und spürte dabei, wie eine tiefe Ruhe über mich kam. Diese Tiere haben eine Ausstrahlung wie keine anderen.»

Seit diesem Tag geht die frühere Verkäuferin und leidenschaftliche Fotografin

aus Rüti ein bis drei Mal pro Woche zu den Rüsseltieren, verbringt Stunden bei ihnen, beobachtet, fotografiert, filmt sie und führt gedankliche Gespräche mit ihnen. «Wenn mich etwas ärgert, stört, bedrückt oder traurig macht, gehe ich zu ihnen und tanke frische Kraft und Energie. Diese wunderbaren Tiere sind wie Seelengärtner, die fröhliche Gedanken pflanzen und traurige ausreissen.» Kälin-Kienberger erkennt heute jeden der Rapperswiler Elefanten auch von hinten, weiss alle Namen, Geburtsjahre, Besonderheiten. Sie hat ihnen sogar eine Website gewidmet und setzt sich auch sonst mit Elefanten auseinander, liest Bücher, schaut Filme, spendet für Zooprojekte und Unterstützung in freier Wildbahn.

Auch für die neue Elefantenanlage in Knies Kinderzoo hat sie einen Beitrag geleistet: Aus ihren Einnahmen als Fotografin spendete sie das Kilogewicht der Elefantendame Sabu (34) in Franken. Sabu, inzwischen 4,7 Tonnen schwer, erlangte landesweite Berühmtheit, als sie 2010 in Zürich aus dem Zirkus ausbüxte, ein Bad im See nahm und anschliessend durch die Bahnhofstrasse spazierte. «Sie ist eigenwillig und neugierig, hat einen Dickschädel – ein bisschen wie ich», sagt Kälin-Kienberger. Sabu hat es ihr besonders angetan. Doch bisher konnte sie die Elefantendame immer nur von der anderen Seite des Geheges aus sehen.

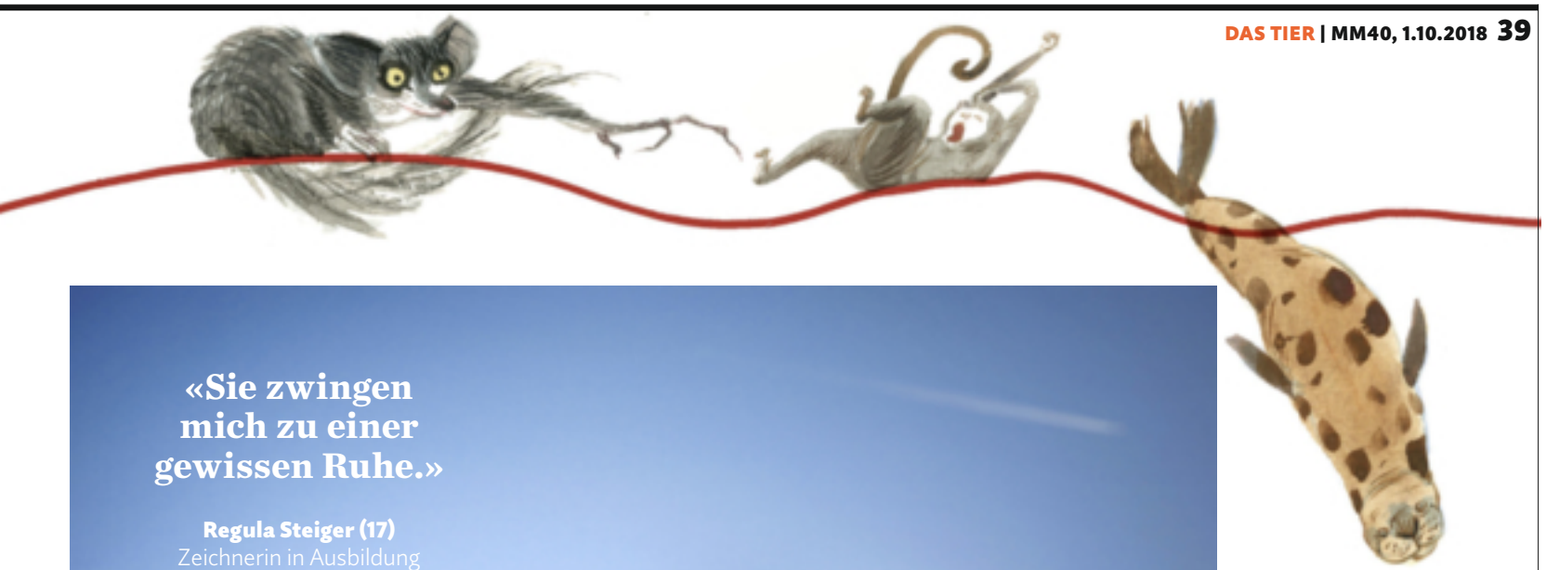
Für das Fotoshooting des Migros-Magazins erlaubte der Kinderzoo jedoch ausnahmsweise den Zutritt in die Anlage. Begleitet vom obersten Tierpfleger, der Sabu mit Futter bei Laune hielt und dirigierte, durfte Patricia Kälin-Kienberger ihr Lieblingstier sogar anfassen. Sie strahlt: «Ein perfekter Tag!» *(rk)* MM

www.elefriends.ch
www.knieskinderzoo.ch

«Wenn mich etwas ärgert oder traurig macht, gehe ich zu den Elefanten und tanke neue Kraft.»

Patricia Kälin-Kienberger

Anzeige



«Sie zwingen mich zu einer gewissen Ruhe.»

Regula Steiger (17)
Zeichnerin in Ausbildung
Fachrichtung Architektur,
Heerbrugg SG

Bienen Eine weibliche Biene wird zur Königin gemacht, indem sie als einzige mit Gelée Royale gefüttert wird.

Bild: Daniel Auf der Mauer

«Meine Bienen spüren ganz genau, wie es mir geht. Bin ich gestresst, werden sie auch nervös. Deshalb bemühe ich mich immer um ruhiges Handeln, wenn ich im Bienenstand bin. Die Tiere zwingen mich somit zu einer gewissen Ruhe, das tut mir gut.

Als ich in der 6. Klasse einen Imkerkurs begann, war ich mit Abstand die Jüngste. Ich hatte aber bereits ein wenig praktische Erfahrung und wusste in gewissen Bereichen mehr als die anderen Kursteilnehmer. Die haben schön gestaunt. Auch heute, im Imkerverein Unterrheintal, bin ich die Jüngste. Aber alle begegnen mir auf Augenhöhe.

Ich habe meine Tiere gern! Wenn man ein Volk verliert – 20 000 bis 30 000 Bienen, zu denen man ein Jahr lang geschaut hat –, ist das bedrückend. Gestochen werde ich sehr selten. Und wenn, dann weiss ich, dass ich etwas falsch gemacht habe. Denn eine Biene sticht nur, um sich zu verteidigen. Schliesslich stirbt sie ja auch dabei.» *(yh)*

ALLES FÜR DIE PERFEKTE MANIKÜRE.

NEU

CUMULUS 20x PUNKTE

Sally Hansen ist die Nr.-1-Marke in den USA und steht für Nagellacke und einzigartige Pflegeprodukte in Profiqualität. Seit 1957.

Seit 1981 erobert die Nagellackmarke Essie die Nagelstudios in den USA. Eine fein abgestufte Farbenpalette und die hochwertige Lackqualität machen Essie weltweit zur Top-Marke.

MIGROS Beauty

Ein paar Highlights der Manicure-Neuheiten:
1 Sally Hansen COLOR THERAPY 270 Mauve Mantra*, 14.7 ml **14.90** **2** Sally Hansen COLOR THERAPY 260 Berry Smooth*, 14.7 ml **14.90** **3** Sally Hansen COLOR THERAPY 250 Rosy Glow*, 14.7 ml **14.90** **4** Sally Hansen MIRACLE GEL 160 Pinky Promise*, 14.7 ml **16.90** **5** Sally Hansen NAIL&CUTICLE ELIXIER*, 14.7 ml **14.90** **6** Sally Hansen 101 MIRACLE GEL TOP COAT*, 14.7 ml **16.90** **7** I am Professional Boomerangfeile, 1 Stück **2.90** **8** Essie 50 Bordeaux*, 13.5 ml **13.90** **9** Essie 55 A-List*, 13.5 ml **13.90** **10** Essie 73 cute as a button*, 13.5 ml **13.90** **11** Essie 318 resort fling*, 13.5 ml **13.90** **12** Essie Gel Coutur Top Coat*, 13.5 ml **15.90** **13** Essie Treat Love & Color 02 TINTED LOVE*, 13.5 ml **13.90** **14** I am Nagellackentferner mit integriertem Schwamm, 75 ml **4.90** **15** I am Professional Nagelhautschieber 2 in 1*, 1 Stück **1.90**

*Erhältlich in grösseren Migros-Filialen.
Bei allen Angeboten sind bereits reduzierte Artikel ausgenommen.
ANGEBOTE GELTEN NUR VOM 2.10. BIS 15.10.2018, SOLANGE VORRAT

MIGROS
Ein M schöner.

Kampffische In Freiheit bauen die Männchen für die Paarung ein Nest aus Luftbläschen.

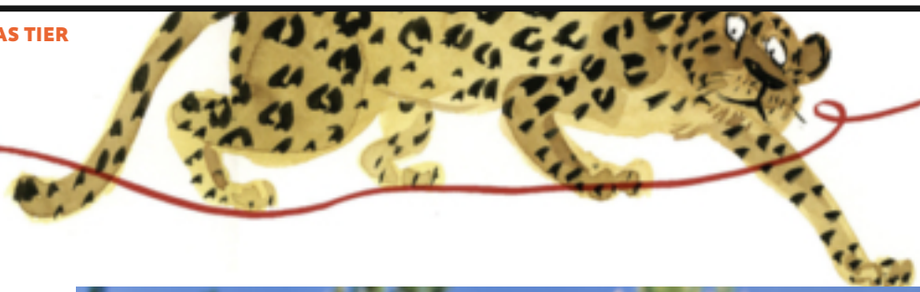
Bild: Daniel Auf der Mauer

Die Meisterin der Zucht

Sabrina Dichne (26),
BWL-Studentin,
Zollikerberg ZH

Sie sind extrem schön, aber auch extrem aggressiv. In rund 300 Aquarien hält und züchtet Sabrina Dichne (26) seit 14 Jahren Kampffische. Zurzeit sind es rund 250 erwachsene und mehrere 100 Jungfische. Die Aquarien stehen aneinandergereiht im Soussol des Elternhauses. Jeder Fisch braucht nach dem Schlupf bald einmal ein eigenes Zuhause – ein Gegenüber duldet der Fisch nicht. Treffen zwei dieser kleinen Fische aufeinander, können sie sich gnadenlos zerfetzen: ein Kampf um Leben und Tod. Selbst ihr Spiegelbild greifen sie an. «Diese Fische sind revierbezogen», sagt Dichne. Entsprechend schwierig gestaltet sich die Paarung. «Beide müssen gut gefüttert sein.» Sabrina Dichne hat dabei grosses Geschick entwickelt. Sie führt die Fische zusammen, die Paarung selbst findet innerhalb von zwei bis drei Tagen statt und dauert meist mehrere Stunden. «Nach der Paarung muss das Weibchen das Aquarium wechseln, sonst wird es vom Männchen vertrieben und gejagt.» Die Brut besteht aus bis zu 600 Eiern. *(sbl)*

PS: Wenn sie nicht gerade fotografiert werden, leben die Kampffische selbstverständlich in einem grossen Aquarium.



«Esel sind nicht störrisch, sondern vorsichtig.»

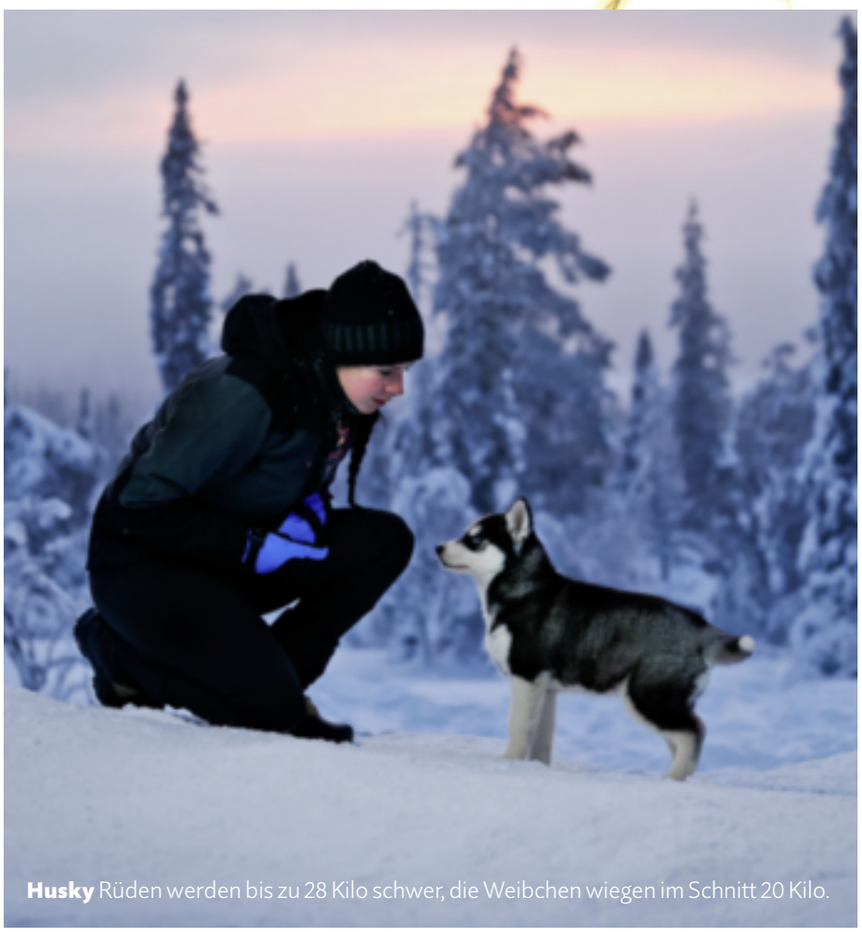
Christian Steiger (53)
Leiter «Park im Grüene», Rüschlikon ZH

Nein, korrigiert Christian Steiger, Esel seien keine störrischen, sondern vielmehr vorsichtige Tiere. «Wenn sie etwas nicht kennen oder sie beispielsweise ein Schatten am Boden erschreckt, bleiben sie halt stehen», sagt der Parkleiter des «Park im Grüene» in Rüschlikon ZH. Oft werde diese Vorsicht dann einfach falsch interpretiert. Sechs Esel – vier Stuten und zwei Hengste – leben jeweils während acht Monaten im Park der Migros Zürich.

Seit zehn Jahren arbeitet der gelernte Gärtner Christian Steiger in der Parkanlage. Heute als Leiter eines fünfköpfigen Teams. Das Füttern und Putzen der Esel gehören zu seinem Alltag. «Natürlich entsteht da eine Verbundenheit mit den Tieren. Ich verbringe ja jeden Tag ein bis zwei Stunden mit ihnen.» Mittwochs und sonntags sind «seine» Grautiere beim Eselreiten die Lieblinge der Kinder. Die werden auf ihren Ausritten von ihm und Teenagern beaufsichtigt, die sich im Park zu Eselführern ausbilden liessen. *(tt)*

Esel Seine Ohren haben 16 Muskeln. Damit kann er die Lauscher um fast 180 Grad drehen.

Bilder: Mirko Ries; Antti J. Leimonen



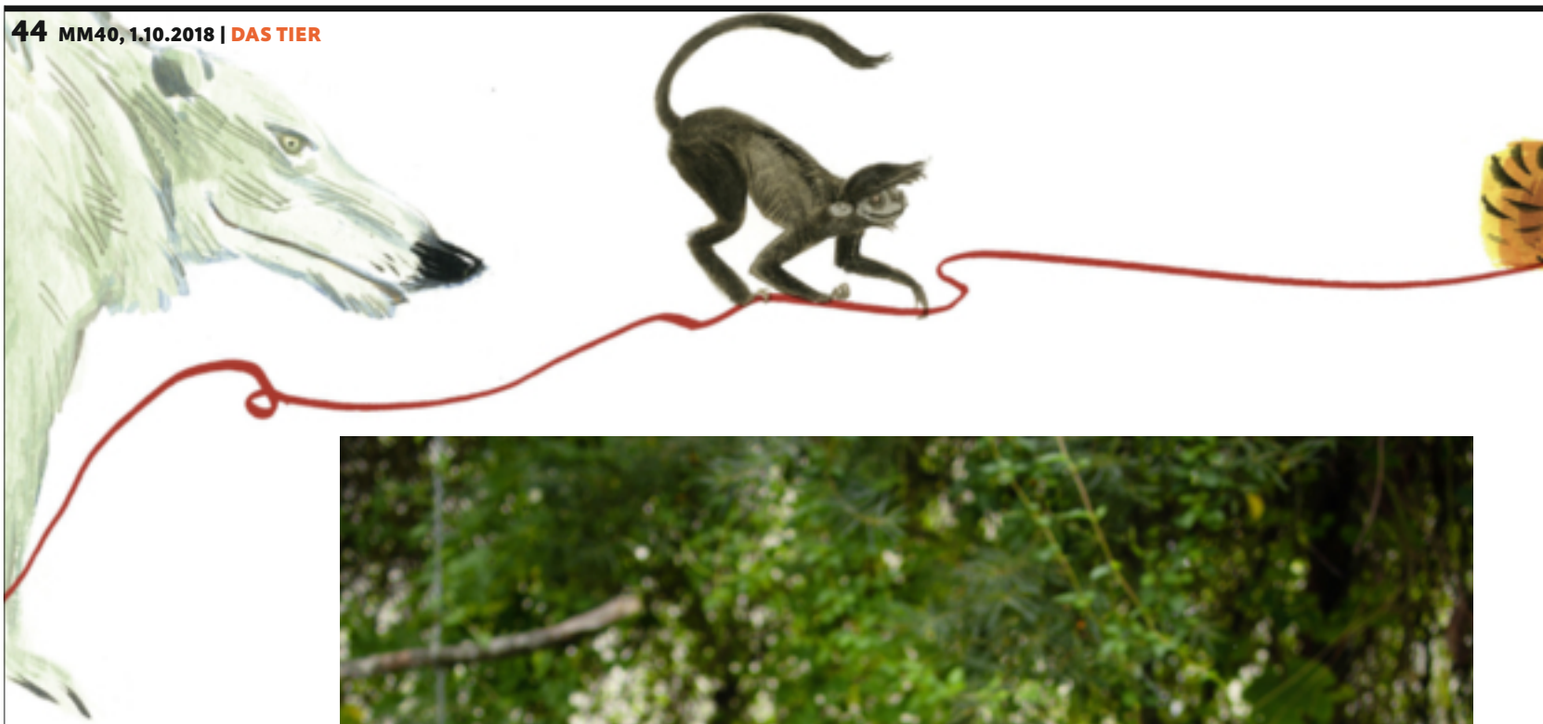
Husky Rüden werden bis zu 28 Kilo schwer, die Weibchen wiegen im Schnitt 20 Kilo.

«Katla ist so etwas wie das Hotelplan-Maskottchen.»

Fabienne Rochat (37) Hotelplan-Reiseleiterin, Glattbrugg ZH

Im Dezember bricht Fabienne Rochat auf in ihre zweite Heimat, Finnisch Lappland. Seit acht Jahren verbringt die Hotelplan-Reiseleiterin vier Monate im hohen Norden. In Kittilä empfängt sie Feriengäste, gibt Ausflugstipps, organisiert Exkursionen. Durchschnittlich 80 Personen betreut sie pro Woche. Immer mit dabei ist Katla, ihre junge Husky-Dame. «Katla ist so etwas wie das Hotelplan-Maskottchen in Kittilä.» Seit Jahrzehnten gehören Huskies zum Leben von Fabienne Rochat. Vor ihrer Zeit als Reiseleiterin arbeitete sie als Huskyguide, erst in der Schweiz, dann in Schweden. «Huskies sind sehr liebevolle, zutrauliche Hunde. Sie sind aber auch stark von ihren Instinkten getrieben und haben ein wildes Wesen – ein Gegensatz, der mich fasziniert.» Fasziniert ist Fabienne Rochat auch vom Kontrast ihrer zwei Welten: die kleine, hektische Schweiz und die ruhigen Weiten Finnlands, durch die sie und Katla bald schon wieder gemeinsam streifen werden. *(tt)*

Anzeige



Graupapagei Wenn bei Ingolds das Telefon klingelt, sagt oft einer der fünf: «Ingold!».

Bild: Daniel Auf der Mauer

«Es beruhigt ein bisschen, dass notfalls befreundete Papageienhalterinnen meine Vögel übernehmen könnten.»

Lotti Ingold (64)
administrative Mitarbeiterin, Höchstetten BE

Als Lotti Ingold mit dem Auto zu Hause vorfährt, erklingt aus der riesigen Freiflugvoliere ein vielstimmiges Begrüssungspfeifen. Ihre fünf Graupapageien haben sie schon entdeckt – zwei fliegen direkt zum Gitter und klammern sich dort fest, einer kommt am Boden entlangspaziert.

Kurz darauf sitzen sie für den Fototermin in einer Reihe auf einem Seil, nur

Iduna ist ein bisschen scheu und hält Distanz zu den Fremden. Chicco-Charly hingegen hat schon interessiert Kontakt aufgenommen und macht nun Kapriolen am Seil.

«Wir hatten früher schon Haustiere, aber die meisten lebten halt nicht sehr lange», sagt Lotti Ingold, die bei ihrem Mann in dessen Waffengeschäft in Höchstetten BE mitarbeitet. Deshalb sah sie sich nach langlebigeren Tieren um, als die beiden Kinder aus dem Haus waren. «Vögel mochte ich schon immer, und Graupapageien sind wegen ihrer Intelligenz etwas ganz Besonderes.» Sie war sich bewusst, dass diese Tiere 40 bis 50 Jahre alt werden können, deshalb suchte sie nach einem Pärchen, das bereits 20 Jahre alt war. «So hätte das mit meinen 50 Jahren einigermassen gepasst.» Doch dann konnte sie dem relativ jungen Pärchen Chicco-Charly und Coco-Carla (beide heute 15) nicht widerstehen. Später kamen Lucy (9) und Leo (10) sowie Iduna (13) hinzu, die eine neue Halterin brauchten.

Dass sie sich damit für den Rest ihres Lebens gebunden hatte, war ihr sehr bewusst. Nur schon Ferien sind schwierig. «Und ich könnte vermutlich eher meinen Mann verlassen als die Vögel – der würde schon wieder jemanden finden», sagt sie nur halb im Scherz. Einen neuen Ort zu finden, an dem es die fünf anspruchsvollen Vögel vergleichbar gut hätten wie bei Lotti Ingold, wäre nicht leicht: einen Innenraum für sich, die grosse Aussenvoliere, dazu jeden Tag ausgiebige Beschäftigung. «Drei Stunden Training und Spiele am Tag braucht es mindestens, je mehr Zeit, desto besser. Sie müssen sich unterhalten können.» Immerhin: Falls sie plötzlich ausfallen würde, stünden mehrere andere Halterinnen bereit, mit denen sie befreundet ist und regelmässig «Papageien-Höcks» durchführt.

«Das zu wissen, beruhigt ein bisschen.» Zudem halte sie sich fit, und ihre Mutter sei über 90 geworden. «Das schaffe ich hoffentlich auch.» *(rk)*

www.papageienworkshop.ch

Anzeige

Welches Tier passt zu mir?

Finden Sie es heraus – mit unserer nicht ganz ernst gemeinten Entscheidungshilfe.

Text: *Monica Müller* **Illustration:** *illumueller*

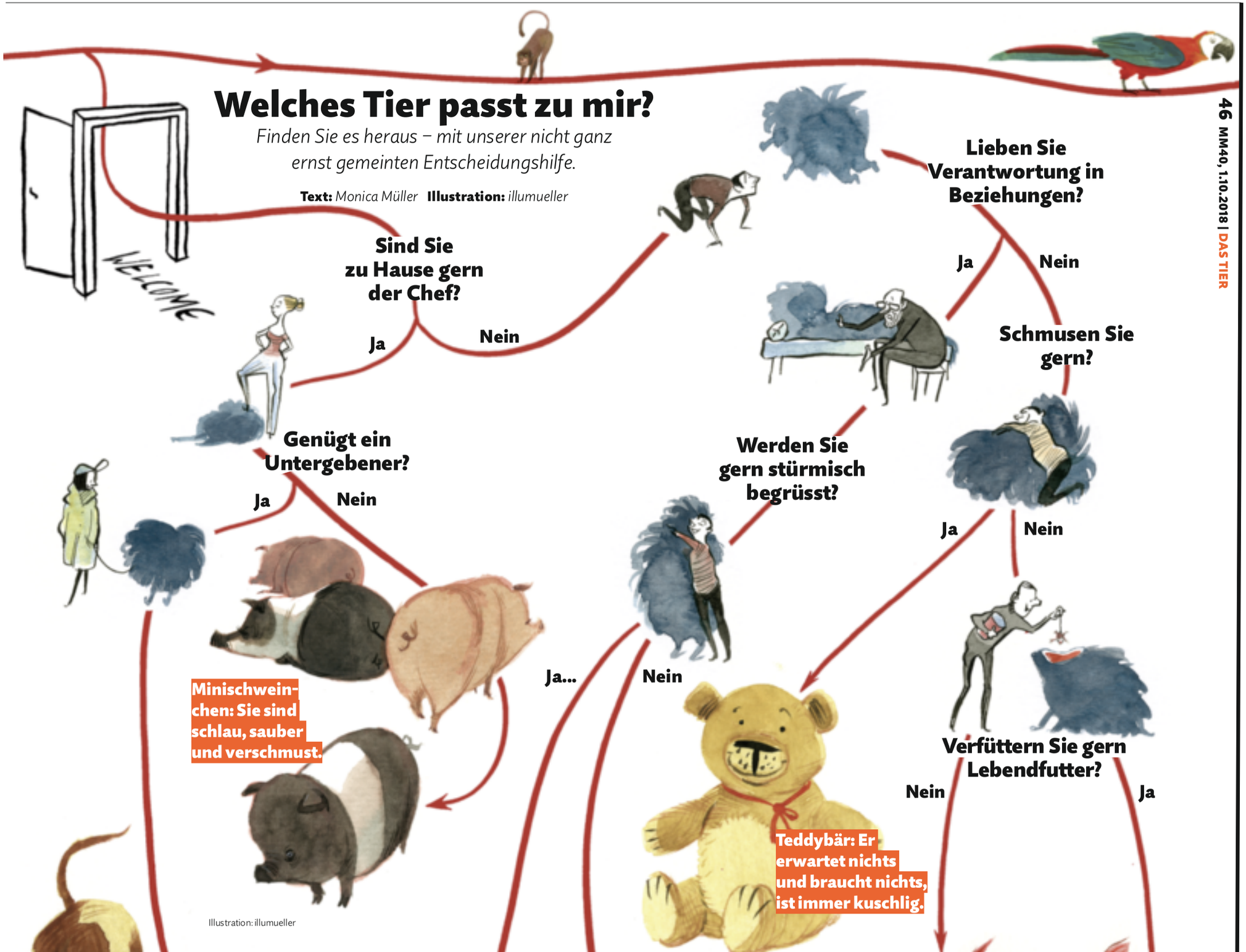


Illustration: illumueller

Migros-Welt

MM40

Zahl der Woche

18 855

Von Hundeleinen über Futterautomaten bis zu Nagerkäfigen: Galaxus.ch, das Online-Warenhaus der Migros, führt in der Kategorie Tierbedarf derzeit 18 855 Artikel.

Name: Miriam Marbacher (36)
Wohnort: Buchs AG
Beruf: Pflegefachfrau
Lieblingsprodukt: «Jogurtpur» Heidelbeere und Himbeere

Migros-Besitzerin

«Das Piepsen der Kasse hat mich verfolgt»

Haben Sie eine besondere Erinnerung an die Migros?
Ich habe früher in den Sommerferien im Wynecenter an der Kasse gearbeitet. So konnte ich vor der Lehre mein Sackgeld aufbessern. Das Piepsen der Kasse beim Scannen verfolgte mich noch nach Feierabend. Immerhin weiss ich jetzt, dass ein Wichtel in der Kasse das Geräusch machte. *(Lacht)* Die Wichtel-Werbung fand ich wirklich genial.

Wie lange sind Sie schon Migros-Genossenschafterin?
Seit 2012.

Was gefällt Ihnen an der Migros?
Ganz allgemein das Angebot. Das Personal ist nett und hilfsbereit, und man kann im Wynecenter gratis parkieren. Zudem nutze ich die Cumulus-Karte gern. Damit kann ich von vielen Aktionen profitieren.

Gibt es etwas, das Sie stört?
Da kommt mir nichts in den Sinn. Wobei, doch: Beim Selfscanning gerate ich oft in die Warenkontrolle. *(Lacht)* Dann dauert der Einkauf länger. Aber sonst finde ich das Selfscanning eine praktische Sache.

Bild: René Ruis

Creativa

Für Kreativköpfe und Gartenprofis

Die Bastelmesse Creativa lädt jeden Herbst Gross und Klein ein, sich von den neuesten Basteltrends inspirieren zu lassen. Ob Schmuckdesign, Backen oder textile Gestaltungsideen – die Creativa hat vom 4. bis 7. Oktober auf dem Areal der Messe Zürich für alle etwas zu bieten. **Am Stand von Do it + Garden in der Halle 7 sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt.** Unter fachkundiger Anleitung können Kreativköpfe Tassen bemalen, Schlüsselanhänger basteln oder Kerzen kreativ gestalten. Zusätzlich geben Gartenprofis von Kraut + Quer wertvolle Tipps zum Thema «City Farming».

Weitere Infos: www.creativa.ch

→ **Neues aus der Migros Zürich** ab Seite 85

Hotelpan Holding

Laura Meyer ist neu im Verwaltungsrat

Die zur Migros-Gruppe gehörende Hotelplan Holding AG hat an ihrer ausserordentlichen Generalversammlung vom 25. September 2018 Laura Meyer als neues Verwaltungsratsmitglied gewählt. Sie tritt damit die Nachfolge von Michael Kalt an, der im vergangenen Dezember entschied, sein Mandat niederzulegen.

Laura Meyer (37) ist Juristin und seit 2015 als Head of Digital Distribution & Analytics bei UBS Switzerland tätig. Zuvor war sie in verschiedenen Funktionen bei der Unternehmens- und Strategieberatung McKinsey & Company beschäftigt. «Laura Meyer ist eine ausgewiesene E-Commerce-Spezialistin. Mit ihrer operativen Erfahrung wird sie den Verwaltungsrat der Hotelplan Holding speziell im Bereich der digitalen Distribution verstärken», sagt Fabrice Zumbrunnen, Präsident der Generaldirektion des Migros-Genossenschafts-Bunds und Präsident des Verwaltungsrats der Hotelplan Holding AG.

Migros-Kulturprozent «Hello, Robot» heisst die Ausstellung im Gewerbemuseum in Winterthur ZH, die bis zum 4. November einen Einblick in die Welt der Robotik bietet. Thematisiert wird der Einfluss von intelligenten Maschinen auf unseren Alltag und die Folgen ihrer Nutzung in verschiedenen Lebensbereichen – von der Industrie bis zur Kunst. Ein Projekt der speziellen Art realisiert die ETH Zürich mit Unterstützung des Migros-Kulturprozents direkt neben dem Museum. Auf dem Kirchplatz von Winterthur bauen Roboter aus 30 Tonnen kleinen Steinen und 120 Kilometer Schnur den sogenannten «Rock Print Pavillon» – ein Haus aus Stein (Bild). Eröffnet wird der Stein-Schnur-Pavillon am Donnerstag, 4. Oktober.

Mehr Informationen: www.digitalbrainstorming.ch

MIGROS kulturprozent

Anzeige

Dunkles Walnussbrot mit Philadelphia Kräuter, saftigen Feigen und Parmaschinken

30 Jahre in der Schweiz

Zutaten:

1 Scheibe Roggen-Walnussbrot
30 g Philadelphia Kräuter
1/2 Feige (25 g), 5 Pistazien, ohne Schale
1 Scheibe Parmaschinken

Zubereitung:

1. Das Brot mit Philadelphia Kräuter bestreichen.
2. Die Feige in dünne Streifen schneiden. Die Pistazien grob hacken.
3. Das Brot mit Parmaschinken und Feigenstreifen belegen und mit den Pistazienstückchen garnieren.

Erfahren Sie mehr unter: www.philadelphia.ch

Blickfang

Je höher, desto besser

«Eine Pause mit Petit Beurre von M-Budget vor dem Grand Désert Gletscher im Kanton Wallis.»

Bastien Turrian, Cheyres FR

Schicken Sie uns Ihr Migros-Bild und gewinnen Sie einen Einkaufsgutschein von 50 Franken. Wenn auf Ihrem Foto ein Migros-Zusammenhang zu erkennen ist, sind Sie dabei.

Hochladen: migmag.ch/blickfang

Migros-Fachmärkte

Online bezahlen mit Twint

In den Onlineshops der Migros-Fachmärkte ist es ab sofort möglich, mit Twint zu bezahlen. Die neue Zahlungsoption gibts bei Micasa, Interio, Melectronics, SportXX, Bikeworld, Do it + Garden und Migros-Service.

Twint ist eine kostenlose App für Smartphones und ermöglicht das bargeldlose Bezahlen an Kassen, Automaten, in Onlineshops und zwischen den Nutzern der App.

Einkauf und Verpflegung

Neue Food Station am Hauptbahnhof Zürich

Eine halbe Million Menschen frequentiert den Einkaufsbereich des Hauptbahnhofs Zürich jeden Tag. Am neuen Standort der Migros in der Passage Sihlquai können sie an 365 Tagen bis 22 Uhr entspannt einzukaufen und gemütlich zu essen.

In ihrer neu eröffneten Food Station vereint die Migros einen Supermarkt, einen Alnatura-Bio-Super-Markt und die beliebten vier Gastroformate Hitzberger, Kaimugbox, Migros-Take-Away und «Pizza». Das Angebot reicht vom natürlichen Fast Food bis zur exotischen Thai-Spezialität – alles frisch zubereitet. 60 Sitzplätze laden zum Verweilen ein.

Bilder: Michael Lio, zVg (3)

Anzeige

Kaffee-Wochen

Jetzt probieren und profitieren!

Die Kaffees der MIGROS

online

ab 2 Stück
3.– günstiger

Alle Delizio Kapseln, 48 Stück, UTZ
ab 2 Stück, jedes 3.– günstiger,
z.B. Espresso Classico, **16.80** statt 19.80

UTZ Certified

online

40%

Alle Exquisito Kaffees, in Bohnen und gemahlen, 500 g und 1 kg, UTZ
z.B. Bohnen, 1 kg, **8.40** statt 14.–

Dunkle Schokolade, Edelkastanie, Karamell oder lieber Haselnuss?
Kaffee enthält mehr als 1000 verschiedene Aromen. Unsere Röster entwickeln daraus die unterschiedlichsten Variationen für jeden Geschmack. Entdecken Sie die Kaffee-Sorte, die zu Ihnen passt! Mit dem Online-Kaffee-Berater auf **migros.ch/kaffee**

Bei allen Angeboten sind bereits reduzierte Artikel ausgenommen.
ANGEBOTE GELTEN NUR VOM 2.10. BIS 8.10.2018, SOLANGE VORRAT

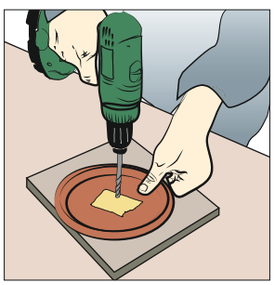
MIGROS
Ein M besser.

Bauanleitung

Wir bauen ein Vogelhaus

Es wird kälter, die Nahrung für Vögel knapper, die Vogelhaus-Zeit beginnt. Hier eine **exklusive Vogelhaus-Bauanleitung** *für Kinder und Erwachsene vom «Do it + Garten»-Experten Gunnar Voss.*

Text: *Thomas Tobler* **Illustrationen:** *Rebekka Heeb*



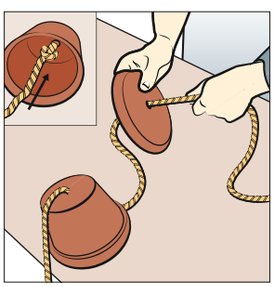
1 Die grösste Herausforderung kommt gleich am Anfang: ein Loch in den Unterteller zu bohren. Damit nichts zersplittert, nimmt man zuerst einen kleinen Bohrer (3 oder 4 mm), dann einen grösseren (8 mm) zum Nachbohren. Tipp: Zuerst ohne Bohrmaschine von Hand ein kleines Loch im Unterteller vorbohren. Das Klebeband über dem Bohrloch verhindert kleine Risse und das Absplittern von Materialstückchen ums Bohrloch.

Hinweis: Wer seinen Terracotta-Topf und Unterteller, sprich das spätere Vogelhaus, verzieren, bemalen oder bekleben möchte, sollte das vor dem Zusammenbauen tun. Je nach Beschaffenheit des Terracotta-Topfs sind zwei oder drei Anstriche nötig.

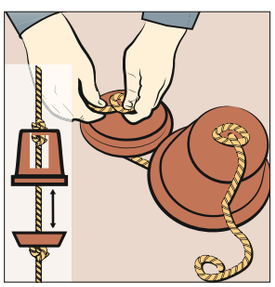
Werkzeug: Bohrmaschine mit zwei Spiralbohrern (3 oder 4 mm und 8 mm), eine Schere und Klebeband

Baumaterial: Terracotta-Topf (ca. 19 cm), Terracotta-Unterteller (19 cm), Kokos-Baumanbinderschnur, Haken aus rostfreiem Stahl

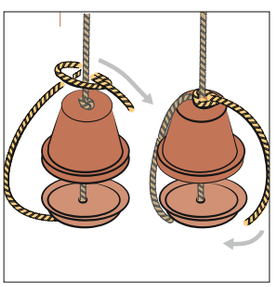
Kosten: Zwischen 15 und 20 Franken



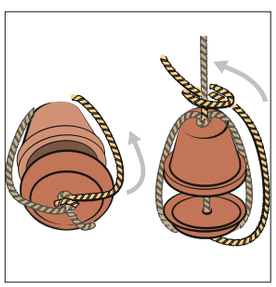
2 Ein ungefähr zwei Meter langes Stück Schnur durch das Loch im Topf (nicht das im Unterteller) ziehen. Ein kurzes Stück Schnur stehen lassen, an dem das Vogelhaus hängen soll. Auf der Innenseite des Topfs einen dicken Knoten knüpfen und die Schnur weiter durch das Bohrloch im Unterteller ziehen.



3 Den Abstand zwischen Unterteller und Topfrand so festlegen, dass genügend Platz für kleine und grosse Vögel bleibt. Anschliessend auch den Unterteller mit einem dicken Knoten an der Unterseite fixieren.



4 Jetzt kommt die Geschicklichkeit ins Spiel: Das Schnurende bis zu der Stelle hochziehen, wo die Schnur am Loch des Topfs verknotet ist; zwei Mal um den Schnuranfang wickeln und wieder zum Knopf am Unterteller hinunterziehen.



5 Dort durchziehen und zurück zum Schnuranfang. Der Unterteller wird nun von drei Seiten mit Schnur stabilisiert. Das Schnurende oben verknüpfen, loses Ende abschneiden. Haken an der Schnur anbringen – und fertig. Achtung: das Vogelhaus immer ausser Reichweite von Katzen aufhängen.

M-Classic Freiland Mix, 5 kg, **Fr. 8.50**

Happy Bird Erdnüsse, 500 g, **Fr. 2.90**

Happy Bird Kokosnuss mit Erdnüssen, 400 g, **Fr. 3.80*** Praktisch für alle, die keine Zeit haben, ein Vogelhaus zu bauen.

* in ausgewählten Filialen

ALLES FÜR SCHÖNE UND GESUNDE ZÄHNE.

NEU

CUMULUS PUNKTE 20x

Candida ist die schonende und innovative Zahnpflege-Linie der Migros.

LISTERINE® – die umfassende Palette von Mundspüllösungen zur täglichen Anwendung und Pflege Ihres Mundes.

Ein paar Highlights der Mundpflege-Neuheiten:
1 Kukident Plus Super Haftcreme Premium*, 40 g **5.20** **2** Listerine Nightly Reset Mundspülung*, 400 ml **6.50** **3** Candida Lilibiggs Junior Apple Zahnpasta, 75 ml **3.30** **4** Candida Interdental Flosser*, 20 Stück **4.60** **5** Candida Eco Zahnbürste*, 1 Stück **3.30** **6** Candida Black Dental Gum*, 64 g **3.90** **7** Candida Stain Devil Zahnbürste*, 1 Stück **3.30** **8** Candida Ortho Zahnbürste*, 1 Stück **3.30** **9** Candida Professional Sensitive Zahnpasta, 75 ml **4.50**

*Erhältlich in grösseren Migros-Filialen.
Bei allen Angeboten sind bereits reduzierte Artikel ausgenommen.
ANGEBOTE GELTEN NUR VOM 2.10. BIS 15.10.2018, SOLANGE VORRAT

elmex® – für gesunde Zähne ein Leben lang.

10 Philips Sonicare InterCare Standard Aufsteckbürste*, 2er-Pack **21.80** **11** Philips DiamondClean Standard weiss Aufsteckbürste*, 2er-Pack **21.80** **12** Philips Sonicare Premium Gum Standard Aufsteckbürste*, 2er-Pack **34.80** **13** Oral-B Stages Power Kids Batterie-Zahnbürste*, 1 Stück **14.70** **14** Oral-B Stages Power Kids Bürstenköpfe*, 2er-Pack **13.50** **15** Oral-B Superfloss Zahnseide*, 50 Stück **4.80** **16** Oral-B Complete 5-Way Clean Zahnbürste*, 1 Stück **4.80** **17** Oral-B UltraThin Precision Zahnfleisch Zahnbürste*, 1 Stück **5.30** **18** Elmex Ortho Zahnbürste*, 1 Stück **5.50** **19** Elmex Junior Mundspülung*, 400 ml **6.75** **20** Elmex Kids Zahnbürste, 1 Stück **3.30**

MIGROS

Ein M besser.

Kaffee

Wie vom Barista

Auch daheim stehen **internationale Kaffeespezialitäten** *hoch im Kurs. Wir zeigen, wie sie zubereitet werden. Markus Krysmanski, Barista bei der Hausrösterei der Migros, verrät dazu seine Tricks.*

Text: *Claudia Schmidt* **Bilder:** *Claudia Linsi, Paolo Dutto*

Flat White
Das von Australien und Neuseeland in die Welt getragene Heissgetränk erinnert an Café au lait. Anders als beim Latte Macchiato gibt es keine Schichtenbildung, zudem enthält der Flat White einen flüssigeren Milchschaum. Einen doppelten Ristretto – etwa mit Caruso Oro zubereitet – und Milch im Verhältnis 1:4 mischen.

Americano
Benannt wurde er nach Amerikanern, denen italienischer Espresso zu stark ist, ihn deshalb gern mit heissem Wasser strecken. Als Americano serviert man einen Espresso, zum Beispiel mit Exquisito Intenso zubereitet, mit heissem Wasser im Verhältnis 1:3.

Espresso
Für einen Espresso benötigt man rund 60 Kaffeebohnen beziehungsweise sieben bis neun Gramm Kaffeepulver. Für eine Menge von 30 Millilitern sollte ein Espresso zwischen 25 und 30 Sekunden durch die Maschine laufen.

Als Mitarbeiter in der Forschung und Entwicklung bei der Delica ist Markus Krysmanski ein ausgewiesener Kaffeeexperte.

Markus Krysmanski

«Die Milch darf nicht zu heiss werden»

Markus Krysmanski, als Barista kontrollieren Sie die Siebträgermaschine, wählen den Mahlgrad und stoppen die Durchlaufzeit beim Espresso. Wozu das alles?
Ich kann beispielsweise durch den Mahlgrad die Durchlaufzeit beeinflussen. Läuft der Kaffee zu lange durch, werden zu viele Bitterstoffe extrahiert. Läuft der Kaffee zu schnell durch, kann er leicht zu sauer werden. In beiden Fällen ist der Espresso nicht harmonisch. Das zu kontrollieren, ist Aufgabe des Profi-Baristas.

Wie wird der Milchschaum perfekt?
Mit Dampfdüse und Metallkännchen kann man die Schaumbildung gut beeinflussen. Für einen Latte Macchiato muss der Schaum fester sein als für einen Cappuccino. Die Milch darf nicht zu heiss werden, also nicht über 68 Grad. Übrigens eignet sich auch Sojadrink zum Aufschäumen.

Wie trenne ich Schichten beim Latte?
Man giesst den Espresso langsam, optional über einen Löffel, in die Milch. MM

Latte Macchiato
Für den «Latte» füllt man rund 150 Milliliter heisse Milch in ein hohes Glas. Darüber gibt man einen starken Espresso – möglichst so, dass er sich nur wenig mit der Milch vermischt. Den Abschluss bildet eine dicke Milchschaumschicht.

Espresso Macchiato
Macchiato heisst «bekleckert» – und so ist der Caffè oder Espresso macchiato ein Espresso mit einem Klecks Milchschaum.

Cappuccino
Der perfekte Cappuccino besteht zu je einem Drittel aus Milch, Espresso und Milchschaum. Erst wird der Espresso zubereitet, dann gibt man die weich und feinporig aufgeschäumte Milch in die Tasse. Der Schaum eignet sich, um damit Muster oder Figuren zu zeichnen, das nennt man Latte Art.

Bild: Claudia Linsi Styling: Miriam Vieli Goll

UTZ steht sowohl für nachhaltigen Anbau von Kaffee, Kakao, Tee und Haselnüssen als auch für bessere Zukunftsaussichten der Bauern und deren Familien sowie für unsere Umwelt.

Delizio Lungo Crema, 48 Kapseln* **Fr. 19.80**
In grösseren Filialen

Delizio Espresso Classico, 48 Kapseln*
Fr. 19.80
In grösseren Filialen

*** Aktion**
Alle Delizio-Kapseln in der 48er-Schachtel ab 2 Stück **Fr. 3.– günstiger** vom 2. bis 8.10.

Café Royal Espresso, ganze Bohnen, 500 g
Fr. 8.90

Esquisito Bohnen, gemahlen, 500 g**
Fr. 7.70

**** Aktion**
40 % auf alle Exquisito-Kaffees, ganze Bohnen und gemahlen, 500 g und 1 kg vom 2. bis 8.10.

Alnatura

Feine Bioschnittchen

*Die **Aufstriche und Fleischalternativen von Alnatura** lassen sich in der Küche beliebig einsetzen. Zum Apéro werden damit beispielsweise fleischlose Tartines zubereitet.*

***Text:** Melanie Michael **Bild und Styling:** Claudia Linsi **Rezepte:** Philipp Wagner*

Tartine mit veganem Salami
Brotscheiben in einer Grillpfanne ohne Fett rösten. Mit Linsen Dal bestreichen. Mit Lattichblättern, veganem Salami von Alnatura und Radieschen belegen. Mit Röstzwiebeln bestreuen.

Tartine mit Antipasti
Brotscheiben rösten und mit Alnatura Streichcreme Aubergine bestreichen. Mit grillierten Zucchettistreifen belegen. Mit gehackten Oliven und getrockneten Tomaten garnieren.

Tartine mit bunten Tomaten
Brotscheiben rösten. Mit Streichcreme Toskana bestreichen. Mit bunten Tomatenscheiben belegen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Oregano darüberstreuen. Mit Olivenöl beträufeln.

Alnatura Salami vegan, 100 g **Fr. 2.90**

Alnatura Bratlinge mediterran, 175 g **Fr. 2.65**

Alnatura Kichererbse-Ingwer Aufstrich, 120 g* **Fr. 1.95**

Alnatura Paprika-Cashew Aufstrich, 125 g* **Fr. 1.95**

* in grösseren Filialen

Tartine mit Avocado
Gemüsestäbchen wie auf der Verpackung beschrieben im Ofen zubereiten. Kurz vor Ende der Backzeit Brotscheiben im Ofen kurz mitrösten. Brotscheiben mit Paprika-Cashew-Aufstrich bestreichen und mit Avocadoscheiben belegen. Gemüsestäbchen in Stücke schneiden und daraufgeben. Granatapfelkerne darüberstreuen.

Tartine mit Feigen und Nüssen
Brotscheiben rösten und mit Kichererbse-Ingwer-Aufstrich bestreichen. Mit Feigenscheiben belegen und mit Pekannüssen bestreuen. Blauschimmelkäse darüberbröseln und Minze darüberzupfen.

Alnatura Streichcreme Toskana, 180 g
Fr. 2.40

Alnatura Streichcreme Aubergine, 180 g
Fr. 2.40

Alnatura Linsen Dal, 115 g
Fr. 1.80

Alnatura, Gemüsestäbchen, tiefgekühlt, 300 g* **Fr. 3.90**

Zertifiziert

Qualität garantiert

Bio als Grundlage
Bei Alnatura-Produkten stammen alle landwirtschaftlichen Zutaten aus Bioanbau, nicht nur das Minimum von 95 Prozent, das der Gesetzgeber vorschreibt. Viele Produkte von Alnatura tragen zusätzlich das Siegel eines der Bioverbände Bioland, Demeter oder Naturland. Diese Verbände gelten als Hüter des Biolandbaus, deren Richtlinien umfassender und strenger sind als die gesetzlichen Anforderungen. Alnatura greift als Biopionier auf über 30 Jahre Erfahrung in der Herstellung von Bioprodukten zurück.

Regelmässige Kontrollen
Sowohl alle Biobauern und -hersteller als auch Alnatura selbst werden regelmässig kontrolliert. Die Kontrollen beinhalten die kontinuierliche Untersuchung auf Spuren von Pestiziden, Schwermetallen und anderen Schadstoffen.

ALNATURA

Alnatura steht für zeitgemässen Biogenuss mit Sinn. Hochwertige Zutaten und nur die nötigsten Inhaltsstoffe stecken drin.

Ein Teil von GENERATION M

Die Migros ist mit ihrem Engagement für Nachhaltigkeit seit Generationen der Zeit voraus.

Migros-Bio

Bio aus dem Backofen

Wo Bio draufsteht, ist Bio drin. Auch beim Biopoulet aus der Migros: Das Geflügel stammt von zertifizierten Betrieben. Flügeli, Unter- und Oberschenkel eignen sich bestens für ein unkompliziertes Gericht vom Blech.

Text: *Melanie Michael*
Rezept: *Philipp Wagner*
Bild und Styling: *Claudia Linsi*

Poulet vom Blech mit Auberginen (für 4 Personen)
Backofen auf 180 °C vorheizen
1 kg Pouletteile (Unter- und Oberschenkel und Flügeli) kalt abspülen und trocken tupfen.
Mit Salz, Pfeffer und 1 EL Harrissa würzen.
Auf ein Backblech legen.
2 Auberginen in ca. 3 cm grosse Würfel schneiden.
8 Knoblauchzehen andrücken.
2 Zwiebeln und 1 Zitrone in Schnitze schneiden, alles mit 200 g Cherrytomaten zum Poulet geben.
Mit 4–6 EL Olivenöl beträufeln, 30–40 Minuten backen, bis die Pouletteile durchgebraten sind.
Mit Couscous servieren.

Migros-Bio Poulet Brust, per 100 g **Fr. 5.20**

Migros-Bio Poulet Oberschenkel, per 100 g **Fr. 2.30**

Migros-Bio Poulet Unterschenkel, per 100 g **Fr. 2.40**

Biohühner

Aus tierfreundlicher Haltung

Poulet, das unter dem Label Migros-Bio verkauft wird, stammt aus der Schweiz. Die Biohühner werden meistens in kleinen Gruppen auf Höfen gehalten, die nach den Richtlinien von Bio Suisse produzieren. Dort erhalten sie regelmässig **Auslauf auf der Weide,** was für eine gute zarte Konsistenz des fettarmen Muskelfleischs sorgt. Die besonders tierfreundliche Haltung wird regelmässig durch unabhängige Kontrollinstanzen überprüft.

Die Hühner ernähren sich unter anderem von Würmern sowie Gras und erhalten zudem Biofutter.

Mehr Infos: **www.migros.ch/bio**

Migros-Bio Poulet Flügel, per 100 g **Fr. 2.20**

Migros-Bio Poulet ganz, per 1 kg **Fr. 18.50**

Biobauern arbeiten im Einklang mit der Natur. Sie gehen sorgsam um mit Tieren, Pflanzen, Böden und Wasser.

Ein Teil von GENERATION M

Die Migros ist mit ihrem Engagement für Nachhaltigkeit seit Generationen der Zeit voraus.

Oman – Oase des Orients

Wo Tradition und Moderne sich versöhnen.

9 Reisetage ab Fr. 2595.–

Muscat

Meer, Wüste und Berge · **Besuch von Nizwa** · **1 Nacht im Wüstencamp**

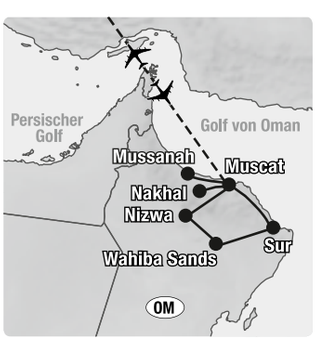
Sie starten in der pulsierenden Stadt Muscat und passieren faszinierende Landschaften an der Küste sowie die atemberaubenden Sanddünen um Wahiba Sands. Entdecken Sie die vielen Kontraste und die Kultur dieses beeindruckenden Landes.

1. Tag: Flug Zürich – Muscat

2. Tag: Muscat
Heute entdecken Sie auf einer Rundfahrt die Hauptstadt des Sultanats.

3. Tag: Muscat – Nakhal – Muscat
Besuch der Nakhal Festung, eines der bekanntesten Bauwerke des Landes. Danach haben Sie optional Gelegenheit, an einer Sonnenuntergangs Dhow Cruise teilzunehmen.

4. Tag: Muscat – Sur
Weiterfahrt Richtung Sur. Am Abend haben Sie die Möglichkeit, am Strand auf Schildkrötensuche zu gehen.



5. Tag: Sur – Wahiba Sands
Sie erkunden die wunderschöne Oase Wadi Bani Khalid, bevor Sie in die Wüste Wahiba Sands zu Ihrem Wüstencamp fahren.

6. Tag: Wahiba Sands – Nizwa
Auf der Fahrt nach Nizwa besuchen Sie einen Markt, wo jeden Donnerstag Beduinen ihre Ware verkaufen.

7. Tag: Nizwa – Jebel Shams
Besuch des berühmten und traditionellen Viehmarktes in Nizwa. Anschliessend fahren Sie durch eindrückliche Landschaften zum Grand Canyon des Omans.

8. Tag: Jebel Shams – Muscat oder Badeferien-Verlängerung
Auf der Fahrt nach Muscat besuchen Sie eine Dattelpalmplantage. Für Kunden mit Badeferien-Verlängerung erfolgt der Transfer nach Mussanah.

9. Tag: Flug Muscat – Zürich

Nakhal Festung

IDEALE BADEFERIEN-VERLÄNGERUNG

Millenium Resort** MUSSANAH**
Lage: Direkt am Strand, in sehr ruhiger Umgebung. Transferzeit von Muscat ca. 90 Minuten.
Hotel: Innen- und Aussenpool, Liegen und Sonnenschirme. 2 Restaurants, eine Lobbylounge und Bar.
Zimmer (308): Die komfortablen Zimmer sind geschmackvoll eingerichtet mit Bad, Föhn, TV, Klimaanlage, Tee-/Kaffeekocher, Balkon, WLAN und Minibar.
Sport: Fitnesscenter, Tennis, Beachvolleyball, Minigolf, diverse Wassersportarten.
Wellness: Spa- und Wellnesscenter.

Das ist alles inbegriffen

- ✓ Linienflüge mit SWISS in Economy-Klasse
- ✓ Alle Flugnebenkosten
- ✓ Rundreise im klimatisierten Reisebus sowie 4x4 Fahrzeugen
- ✓ 6 Nächte in guten Mittelklasshotels und 1 Nacht im Wüstencamp
- ✓ Am 8. Tag Tageszimmer vor Rückreise
- ✓ Täglich Frühstück, 1x Mittag- und 7x Abendessen
- ✓ Eintritte und Besichtigungen gemäss Programm
- ✓ Beste Betreuung durch unsere erfahrene Vögele Reiseleitung ab/bis Schweiz
- ✓ Zusätzlich Betreuung durch Deutsch sprechende Reiseleitung vor Ort
- ✓ Reiseunterlagen inklusive Reiseführer

Bei Verlängerung

- ✓ Transfers bei An- und Abreise
- ✓ 4 Nächte im 4-Sterne Hotel
- ✓ Täglich Frühstück und Abendessen
- ✓ Late Check-out bis 18 Uhr
- ✓ Betreuung durch Deutsch sprechende Reiseleitung vor Ort während den Transfers

UNSERE TOP-PREISE

Pro Person im Doppelzimmer in Fr.

Sofort-Preis gültig für mindestens 50% der verfügbaren Plätze, danach Katalog-Preis.

Ihre Reisedaten	Katalog-Preis	**Sofort-Preis**	Verlängerung
24.11.18–02.12.18	2995.–	**2895.–**	680.–
02.02.19–10.02.19	2695.–	**2595.–**	775.–
09.02.19–17.02.19	2895.–	**2795.–**	665.–
09.03.19–17.03.19	2895.–	**2795.–**	645.–
16.03.19–24.03.19	2695.–	**2595.–**	765.–
31.03.19–08.04.19	2695.–	**2595.–**	765.–

Nicht inbegriffen
- Einzelzimmer Rundreise 415.– bis 470.–
- Einzelzimmer Verlängerung 415.– bis 435.–
- Meersicht Verlängerung 75.–
- Ausflug Dhow Cruise 67.– bis 68.–
- Ca. Fr. 83.– Visumgebühr Oman
- Annullierungskosten- und Assistanceversicherung
- Kleingruppenzuschlag unter 15 Personen möglich

Internet-Buchungscode: **vroman**

Vögele Reisen AG, 8048 Zürich, info@voegele-reisen.ch

reka · REISEGARANTIE

100% REKA-Zahlung möglich

Jetzt buchen: 0800 835 800
oder www.voegele-reisen.ch

Vögele Reisen

Migusto

Kolossal köstlich

Reife Kürbisse bringen oft ordentlich Gewicht in die Küche. Wir zeigen, welche Eigenschaften die gängigsten Sorten haben. Dazu gibt es ein ungewöhnliches Rezept, damit auch in der Kürbiszeit ***aromenreiche Abwechslung*** *garantiert ist.*

Text: *Claudia Schmidt* ***Bilder:*** *Christine Benz* ***Styling:*** *Vera Guala* ***Rezept:*** *Anja Steiner*

GESCHENKT:
30 000 KÜRBISSE
AN NEUE MIGUSTO-
CLUB-MITGLIEDER
DETAILS: MIGUSTO.CH/CLUB
Migusto

Das Kochmagazin der Migros
Für Clubmitglieder gratis per Post.
Jetzt anmelden:
www.migusto.ch

Ungewöhnlich: Ketchup mit Kürbis statt Tomaten als Hauptzutat. Essig und Knoblauch sorgen für Würze.

Herausnehmen und sammeln!

Topfgeschichte

Kürbis – eine feine Grossfamilie

Spaghettikürbis
Er ist nahe verwandt mit Zucchetti. Der äusserlich unauffällige Kürbis hat es buchstäblich in sich: Lange fleischige Fäden eignen sich zur Zubereitung von Gemüsespaghetti.

Oranger Knirps
Trotz seiner handlichen Grösse gehört der Hokkaido oder Uchi Kuri, wie der Knirps auch genannt wird, zu den Riesenkürbissen. Die Schale gart genauso lange wie das Fruchtfleisch. Deshalb muss man ihn nicht schälen.

Acorn-Kürbis/Eichelkürbis
Auch der Eichelkürbis steht den Zucchetti sehr nah. Er wird meist nicht schwerer als ein Kilogramm. Damit ist er zum Füllen geeignet. Sein Geschmack reicht von mild bis leicht nussig, die Schale kann weiss, orange, grün oder auch gesprenkelt sein.

Butternuss
Dieser Kürbis ist besonders beliebt, weil er nicht nur aromatisches Fruchtfleisch hat, sondern sich auch gut zum Füllen eignet. Die Schale ist dünn und lässt sich mit einem Sparschäler entfernen.

Muskatkürbis
Der Muskatkürbis gehört wie der Butternuss zu den Moschuskürbissen. Diese zeichnen sich durch eine leicht würzige Note aus. Geschmacklich profitieren sie von Muskatnuss, Ingwer und Chili, die die Aromen gut unterstützen. Die Schale ist eher zäh, man sollte sie vor der Zubereitung entfernen.

Den Herbst geniessen.
In der Migros finden Sie alles rund um den Herbstgenuss.

Aktion

50%

Prima- und Gastro-Kochgeschirr-Serie der Marke Cucina & Tavola
z.B. Stielkasserolle Prima, Ø 20 cm, pro Stück, **12.95** statt 25.95,
gültig bis 15.10.2018

50%

2.05 statt 4.15

TerraSuisse Schweins-Cordon-bleu in Sonderpackung
per 100 g

20%

1.80 statt 2.30

Le Gruyère mittelreif, Bio
per 100 g

20%

Bio-Frischfische
Dorade, Lachs und Forelle, z.B. Lachsfilet mit Haut, Zucht aus Norwegen, per 100 g, **4.30** statt 5.40

20%

1.85 statt 2.35

Bio-Rindshackfleisch
Schweiz, per 100 g

30%

3.40 statt 4.90

Zwetschgen
Schweiz, per kg

33%

2.20 statt 3.30

Kiwis
Neuseeland, Schale, 500 g

ab 2 Stück

50%

Gesamtes Handymatic Supreme Sortiment
(ohne Regeneriersalz), **ab 2 Stück, 50% günstiger**

Genossenschaft Migros Zürich
Bei allen Angeboten sind M-Budget und bereits reduzierte Artikel ausgenommen.
ANGEBOTE GELTEN NUR VOM 2.10. BIS 8.10.2018, SOLANGE VORRAT

MIGROS
Ein M besser.

Marktfrisch eink

TIPP
MIT MEER-GESCHMACK
Für den maritimen Crevettensalat werden die gekochten Crevetten mit einer leichten Sauce und gebratenen Frühlingszwiebeln angerichtet. Schmeckt als Vorspeise oder als leichter Hauptgang.
Das Rezept dafür finden Sie auf migusto.ch/tipps
Migusto

MIGROS BIO

20%
13.20 statt 16.50
Bio-Crevetten Tail-off gekocht in Sonderpackung
Zucht aus Vietnam, 240 g

Duo-Pack
30%
4.90 statt 7.–
Don Pollo Trutenbrust hauchdünn im Duo-Pack
Brasilien/Frankreich, 2 x 144 g

TERRASUISSE
Für Natur und Tier
Pour la nature et les animaux
Per la natura e gli animali

Duo-Pack
30%
2.10 statt 3.05
TerraSuisse Hinterschinken im Duo-Pack
per 100 g

Duo-Pack
20%
Anna's Best Vegi Snacks im Duo-Pack
z.B. Spring Rolls, 2 x 210 g, **6.80** statt 8.60

MIGROS BIO

20%
8.45 statt 10.60
Bio-Bündnerfleisch
Schweiz, per 100 g

Genossenschaft Migros Zürich
ANGEBOTE GELTEN NUR VOM 2.10. BIS 8.10.2018, SOLANGE VORRAT

aufen.

20%

3.35 statt 4.20

TerraSuisse Kalbsvoressen
per 100 g

40%

1.35 statt 2.30

TerraSuisse Schweinsplätzli vom Hals
per 100 g

40%

12.40 statt 20.70

MSC Wildlachs Sockeye geräuchert in Sonderpackung
Wildfang aus dem Nordostpazifik, 280 g

40%

5.95 statt 10.05

M-Classic Knackerli
Schweiz, 3 x 6 Stück, 660 g

20%

2.90 statt 3.65

Optigal Poulet-Minifilets in Sonderpackung
Schweiz, per 100 g

20%

13.40 statt 16.80

Frischfondue Moitié-Moitié im Duo-Pack
2 x 400 g

40%

2.85 statt 4.80

Kartoffeln Amandine
Schweiz, Tragtasche, 1.5 kg

40%

2.20 statt 3.70

Birnen Conférence
Schweiz, per kg

20%

4.70 statt 5.90

Himbeeren
Schweiz/Spanien, Schale, 250 g

25%

2.40 statt 3.20

Extra Avocados
Peru, pro Stück

30%

4.60 statt 6.60

Bio-Saisonapfel
Schweiz, per kg

20%

Alle gekühlten Bio-Frischsäfte
z.B. Orangensaft, 75 cl, **2.70** statt 3.40

30%

Alle Phalaenopsis 2 Rispen, Topf, Ø 12 cm
erhältlich in diversen Farben, z.B. pink,
11.80 statt 16.90

Hit

14.90

Fairtrade Rosen, Bund, 10 Stück
erhältlich in diversen Farben, Stiellänge 50 cm,
z.B. orange-gelb, pro Bund

Genossenschaft Migros Zürich

ANGEBOTE GELTEN NUR VOM 2.10. BIS 8.10.2018, SOLANGE VORRAT

40%
2.95 statt 4.95

Bio-Peperoni
Spanien/Schweiz, Beutel, 400 g

35%
2.90 statt 4.50

Rispentomaten
«Aus der Region.»/Schweiz, per kg

20%
2.85 statt 3.60

Bio-Mischsalat
250 g

–.35 günstiger
1.90 statt 2.25

Zürcher Rahmkäse Sternenberg «Aus der Region.»
per 100 g

–.45 günstiger
2.25 statt 2.70

Wildbachkäse «Aus der Region.»
per 100 g

25%
4.40 statt 5.90

Broccoli
«Aus der Region.»/Schweiz, per kg

15%
2.50 statt 2.95

Parmigiano Reggiano gebrochen 24 mesi
Italien, per 100 g

20%
4.40 statt 5.50

Bananita-Roulade
460 g

Das grosse Sparver

–.50 günstiger

Alle Bio-Frischbrote
z.B. Steinofen Twister hell, 360 g, **2.80** statt 3.30

Hit

2.80

Generoso One Bites
108 g

6er-Pack

20%

M-Classic Dessert Cremen im 6er-Pack
z.B. Chocolat, 6 x 125 g, **2.–** statt 2.60

20%

Alle Bifidus Drinks
z.B. Erdbeer im 8er-Pack, 8 x 100 ml, **5.10** statt 6.40

12er-Pack

20%

Valflora M-Drink UHT im 12er-Pack
12 x 1 Liter, **12.45** statt 15.60

Duo-Pack

33%

Vogelnestli, Spitzbuben und Cocos-Makronen im Duo-Pack
z.B. Haselnuss-Vogelnestli, 432 g, **4.15** statt 6.20

Genossenschaft Migros Zürich
ANGEBOTE GELTEN NUR VOM 2.10. BIS 8.10.2018, SOLANGE VORRAT

gnügen.

3er-Pack
30%

M-Classic Tortelloni im 3er-Pack
z.B. Ricotta e spinaci, 3 x 250 g, **7.70** statt 11.10

CUMULUS
20x PUNKTE

Gesamtes Alnatura- und Alnavit-Sortiment
z.B. Alnatura Kokosöl nativ, Bio, 220 ml, **4.60,** gültig bis 15.10.2018

online

25%

Alle Obstsäfte frisch ab Presse 1.5 Liter und im 6er-Pack, 6 x 1.5 Liter
z.B. Süssmost, 1.5 Liter, **1.50** statt 2.05, gültig bis 15.10.2018

online

3er-Pack
20%

Rio Mare in Mehrfachpackungen
erhältlich in diversen Sorten, z.B. Rosa Thunfisch im 3er-Pack, 3 x 104 g, **9.90** statt 12.60

Duo-Pack
30%
11.90 statt 17.–

Steinpilze getrocknet im Duo-Pack
2 x 100 g

online

8er-Pack
25%
7.80 statt 10.40

Alle Coca-Cola im 8er-Pack, 8 x 50 cl
z.B. Classic

50%
1.65 statt 3.30

Alle Aquella im 6er-Pack, 6 x 1.5 Liter
(ohne Aquella Taste), z.B. mit wenig Kohlensäure

20%

MIGROS BIO

Alle Bio-Süssgetränke, -Ice Tea, -Sirupe und -Biotta-Getränke
ungekühlt (ohne Alnatura und Alnavit), z.B. Preiselbeer Plus, 50 cl, **3.80** statt 4.80

UTZ Certified

30er-Pack

Hit

12.–

Frey Branches Noir im 30er-Pack, UTZ
30 x 27 g

UTZ Certified

ab 2 Stück

20%

Alle Frey-Suprême-Tafeln, -Kugeln und -Friletti, UTZ
ab 2 Stück, 20% günstiger

online

3er-Pack

33%

Choc Midor-Classico, -Diplomat oder -Rocher im 3er-Pack
z.B. Classico, 3 x 165 g, **6.40** statt 9.60

UTZ Certified

DELIZIO
ESPRESSO
CLASSICO

UTZ Certified

online

40%

Alle Exquisito Kaffees, in Bohnen und gemahlen, 500 g und 1 kg, UTZ
z.B. gemahlen, 500 g, **4.60** statt 7.70

online

50%

M-Classic Chips-Nature oder -Paprika in Sonderpackung
400 g, z.B. Paprika, **3.–** statt 6.–

ab 2 Stück

3.–
günstiger

Alle Delizio Kapseln, 48 Stück, UTZ
ab 2 Stück, jedes 3.– günstiger, z.B. Espresso Classico, **16.80** statt 19.80

ANGEBOTE GELTEN NUR VOM 2.10. BIS 8.10.2018, SOLANGE VORRAT

30%

Farmer's Best-Schweizer Gemüsemischung oder -Gartenerbsen in Sonderpackung
tiefgekühlt, z.B. Gartenerbsen, 1 kg, **3.90** statt 5.60

20%

Alle Bio-Öle und -Essige
z.B. italienisches Olivenöl, 500 ml, **7.80** statt 9.80

20%

Alle Monini-Olivenöle und -Vinaigretten
z.B. Olivenöl Classico extra vergine, 1 Liter, **10.85** statt 13.60

20%

Alle M-Classic Frites und Denny's Kartoffelprodukte
tiefgekühlt, z.B. Pommes Frites, 1.5 kg, **4.70** statt 5.90

Duo-Pack

20%

Thomy-Mayonnaise, -Thomynaise und -Senf mild im Duo-Pack
z.B. Thomynaise light, 2 x 280 g, **4.–** statt 5.–

50%

Deliziosa-Pizza Proscuitto Crudo oder -Piadina in Sonderpackung
tiefgekühlt, z.B. Piadina, 2 x 280 g, **5.40** statt 10.80

Duo-Pack

40%

3.95 statt 6.80

Buon Gusto-Lasagne Bolognese oder -Cannelloni Fiorentina im Duo-Pack
tiefgekühlt, z.B. Cannelloni Fiorentina, 2 x 360 g

ab 2 Stück
40%

Alle Covergirl Mascaras
ab 2 Stück, 40% günstiger

Hit
5.80

Gillette Simply Venus 2 Einwegrasierer
Packung, 8 Stück, gültig bis 15.10.2018

online

Duo-Pack
20%

Gillette Produkte in Mehrfachpackungen
z.B. Blue II Plus Slalom Einwegrasierer
im Duo-Pack, **9.95** statt 12.60, gültig bis 15.10.2018

Hit
34.95

Faltbarer LED-Kosmetikspiegel
mit 10x Vergrösserungsspiegel und passender Schutzhülle, pro Stück, gültig bis 15.10.2018

online

15%

Always- und Tampax-Damenhygiene-Produkte in Mehrfach- sowie Sonderpackungen
z.B. Always Ultra Normal Plus, 26 Stück,
3.40 statt 4.05, gültig bis 15.10.2018

25%
12.35 statt 16.50

Cleverbag Herkules im 5er-Pack
35 Liter, gültig bis 15.10.2018

3er-Pack
Hit
9.90

Rohner Damen-Socken im 3er-Pack
erhältlich in Schwarz oder Anthrazit und in diversen Grössen, z.B. schwarz, Gr. 35–38,
gültig bis 15.10.2018

ANGEBOTE GELTEN NUR VOM 2.10. BIS 8.10.2018, SOLANGE VORRAT

Gesamtes Labello Sortiment
z.B. Original, 2 Stück, **2.55** statt 3.20,
gültig bis 15.10.2018

Gesamtes Damen- und Herrenbekleidungs-Sortiment
(ohne Gürtel, Taschen, Strumpfwaren, Wäsche und SportXX), z.B. Damen-Mantel, aubergine,
Gr. M, pro Stück, **48.30** statt 69.–, gültig bis 7.10.2018

Alle Sloggi-, Triumph-, DIM-, Skiny-, Schiesser-, Wonderbra- und #mycloset-Damenwäsche
z.B. Sloggi Slip Tai, weiss, Gr. 38, pro Stück,
14.30 statt 17.90

Ellen Amber Damen-Top im Duo-Pack
erhältlich in Schwarz oder Weiss, Gr. S–XL,
z.B. weiss, Gr. M, gültig bis 15.10.2018

Alle Total Color Protect Tücher
ab 2 Stück, 30% günstiger, gültig bis 15.10.2018

Kleiderbügel im 8er-Pack
weiss, gültig bis 15.10.2018

Jack Wolfskin Kinder-Winterboot Polar Bear Texapore

Neu in Ihrer Migros.

CUMULUS 20x PUNKTE

Mit echtem Emmentaler und Gruyère.

5.90

Anna's Best Käsekuchen
400 g, gültig bis 15.10.2018

Special Edition.

1.30

Tradition Creme Birne-Schokolade
175 g, gültig bis 15.10.2018

Riegel mit Biscuit- und Waffelstückchen.

4.60

Farmer Soft Choc-Biscuit
156 g, gültig bis 15.10.2018

Ohne Kerne und ohne Stücke.

Favorit Satin-Mandarine und -Mango-Orange-Maracuja
z.B. Mandarine Limited Edition, 235 g,
3.10 gültig bis 15.10.2018

FAIRTRADE MAX HAVELAAR

Genussvoller Schokodrink.

2.20

Starbucks Signature Chocolate, Fairtrade
220 ml, gültig bis 15.10.2018

Mit knuspriger Quinoa und Chia-Samen.

5.80

Farmer Croc Joghurt und Beeren
500 g, gültig bis 15.10.2018

Mit Rosmarin.

1.40

Alnatura Mais Amaranth Waffeln Rosmarin, Bio
150 g, gültig bis 27.8.2018

Schnell und gelingsicher.

1.90

Cup Lovers Caramel
Limited Edition, 80 g, gültig bis 15.10.2018,
nur in grösseren Filialen erhältlich

Nur für kurze Zeit.

4.90

Backmischung Zimtschnitten
Limited Edition, 405 g, gültig bis 15.10.2018,
nur in grösseren Filialen erhältlich

MIGROS
Ein M besser.

ANGEBOTE GELTEN AB 2.10.2018, SOLANGE VORRAT

Ungewöhnlich

Kürbis-Ketchup

Zutaten für 4 Gläser à ca. 2,5 dl

1	grosse Zwiebel
2	Knoblauchzehen
600 g	Kürbis, gerüstet gewogen, z. B. Knirps
400 g	Tomaten
1 EL	Rapsöl
1 TL	Kreuzkümmel
1 EL	Salz
1 EL	Currypulver
4 dl	Wasser
20 g	Rohzucker
5 EL	Apfelessig

Zubereitung

1. Zwiebel und Knoblauch hacken. Kürbis und Tomaten in Würfel schneiden. Öl in einer weiten Pfanne erhitzen. Gemüse darin ca. 10 Minuten andünsten. Kreuzkümmel, Salz, Curry und Wasser beigeben. Kürbis zugedeckt ca. 25 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Deckel entfernen und weitere 15 Minuten unter gelegentlichem Rühren zu einer dicken Masse einkochen.

2. Rohzucker und Essig beigeben. Masse fein pürieren und erneut aufkochen. Kürbis-Ketchup in heiss ausgespülte Gläser abfüllen und verschliessen. Auskühlen lassen.

TIPP

Der Kürbis-Ketchup ist etwas dickflüssiger als herkömmlicher Ketchup und eignet sich deshalb auch als Dip zu Brot und zu Gemüsesticks.

Profi-Tipp

Zerlegetechnik

Claudia Schmidt
Foodjournalistin

Ich habe Kollegen, die nur Kürbisschnitze kaufen. Sie haben schon beim Halbieren des Orangenen Knirps Probleme, sodass sie sich an riesige Früchte gar nicht erst heranwagen. Der Trick beim Zerlegen eines Kürbisses liegt in der Grösse des Messers: Ein Messer mit kleiner Klinge verkantet sich nicht so schnell in der Frucht wie eins mit grosser. Gigantische Kürbisse lassen Unerschütterliche aus geringer Höhe auf eine Steinplatte fallen.

Ich ersetze gern zwei Drittel Karotten durch Kürbis im Karotten- oder Zucchettikuchen. Das funktioniert wunderbar. Übrigens: Alle Speisekürbisse darf man roh probieren. Schon da zeigt sich die Breite der Kürbisaromen. Auch die Schale ist essbar, allerdings ist sie nur bei jungen Kürbissen zart, sonst zäh. Selbst das Garen hilft dann nicht mehr, weil das Fruchtfleisch längst zu Mus verkocht ist, wenn die Haut langsam zarter wird. MM

VIELE WEITERE KOCHREZEPTE MIT KÜRBIS JETZT AUF **migusto.ch**

Gefüllter Butternuss-Kürbis:
www.migusto.ch/gefuellter-butternuss
Orientalischer Ofenkürbis:
www.migusto.ch/ofenkuerbis
Gefüllter Kürbis mit Lammcurry:
www.migusto.ch/kuerbis-lammcurry

Migusto

Starker Schutz für schwache Blasen.

NEU

CUMULUS 20x PUNKTE

Secure Discreet: extradünn und trotzdem sehr saugfähig.

Tena: Mit mehr als 50 Jahren Erfahrung steht Tena für hohe Produktqualität, Sicherheit und zuverlässigen Schutz in praktisch allen Situationen.

iMpuls

Mehr Auswahl als je zuvor.
1 Secure Discreet Hygieneeinlage Ultra Normal Plus*, 8 Stück **3.95** **2** Secure Discreet Hygieneeinlage Ultra Normal, 10 Stück **4.10** **3** Tena Men Hygieneeinlage Level 2, 10 Stück **7.50** **4** Tena Men Hygieneeinlage Level 3*, 8 Stück **7.50** **5** Tena Lady Slipeinlage Ultra Mini, 28 Stück **5.40** **6** Tena Lady Discreet Hygieneeinlage Normal, 12 Stück **5.40** **7** Tena Lady Hygieneeinlage Extra, 10 Stück **5.40** **8** Tena Pants Plus, Grösse M, 9 Stück **17.10** **9** Secure Discreet Slipeinlage Normal, 24 Stück **3.60** **10** Secure Discreet Hygieneeinlage Light Plus, 12 Stück **2.95**

*Erhältlich in grösseren Migros-Filialen.
Bei allen Angeboten sind bereits reduzierte Artikel ausgenommen.
ANGEBOTE GELTEN NUR VOM 25.9. BIS 8.10.2018, SOLANGE VORRAT

MIGROS
Ein M besser.

Extra Fit & Well

Leichter Zmorge

Zmörgele ist für viele unverzichtbar. Während die einen Müesli löffeln, beissen andere lieber in ein Konfibrot. Die Migros bietet eine grosse Auswahl an Konfitüren. Auch für diejenigen, die Kristallzucker und viele Kalorien meiden wollen: Die Produkte von Extra Fit & Well enthalten 35 Prozent weniger Kalorien als herkömmliche Konfi bei einem Fruchtanteil von 60 Prozent. Das gilt auch für die befristet erhältliche Bitterorangenkonfi. Gesüsst sind die schmackhaften Konfitüren mit Fruchtzucker. Bei der Bitterorangenkonfitüre rundet ein Süssungsmittel aus Stevia/Steviablättern den Geschmack ab.

Der Easy-Open-Deckel erleichtert das Öffnen und Schliessen der Konfigläser – auch die der Limited Edition Bitterorangen.

Bild und Styling: Veronika Studer

Extra Fit & Well
Bitterorangen, 365 g*
Fr. 2.50

Extra Fit & Well
Heidelbeeren, 365 g
Fr. 2.80

Extra Fit & Well
Himbeeren, 365 g*
Fr. 2.60

Extra Fit & Well
Aprikosen, 365 g
Fr. 2.15

* in grösseren Filialen

interio.ch

interio

FOTOGRAFIERT VON MOOS-TANG

*20% Rabatt auf Betten, Matratzen, Einlegerahmen, Nachttische, Schränke, Bettwäsche, Leintücher, Duvets und Kopfkissen in allen Interio-Filialen in der Schweiz und im Interio-Online-Shop vom 2.10. bis 5.11.2018. Ausgenommen sind Serviceleistungen wie z. B. Nähservice, Heimlieferung, Montage, Entsorgung, Reinigung etc. sowie Gutscheine, Geschenkkarten und alkoholische Getränke. Der Preisvorteil gilt nur bei Neuaufträgen.

M-Classic

Schnell gepackt

Mit Proviant und Quartett ist alles dabei für die Herbstwanderung und den Hüttenabend.

Neben Sackmesser und Landkarte gehört der Proviant zur Standardausrüstung beim Wandern. Praktisch sind Sandwiches: Sie sind rasch zubereitet und im Rucksack einfach zu verstauen. Toast & Sandwich-Scheiben von M-Classic eignen sich besonders als Verpflegung unterwegs – getoastet und ungetoastet. Aktuell liegt jedem Doppelpack ein Quartett-Kartenspiel bei. Damit kann die Schweiz beim Hüttenplausch auch spielerisch entdeckt werden.

Hit M-Classic TerraSuisse Toast & Sandwich, Duopack mit Schweizer Quartett, 1240 g
Fr. 3.95
in grösseren Filialen solange Vorrat

TerraSuisse-Getreide stammt aus nachhaltiger Schweizer Landwirtschaft, die Lebensräume für seltene Wildtiere und -pflanzen schafft. Auf die Verwendung verschiedener chemischer Hilfsmittel wird verzichtet.

Die M-Industrie stellt viele Migros-Produkte her. Dazu gehört auch Toast & Sandwich von M-Classic.

Bild: Christine Benz; Styling: Vera Guala

20 % Rabatt

auf die gesamte Running- und Fitnessbekleidung

Olaf Jentzsch, Zürich City

ATMUNGSAKTIV STATT SCHWEISSTREIBEND
«Atmungsaktive Kleidung ist leicht und auch bei schweisstreibender Anstrengung angenehm zu tragen. Und das Beste: Sie kann beliebig kombiniert werden.»
Wir nehmen den Spass ernst.

Alle Angebote sind gültig vom 2.10. bis 15.10.2018, solange Vorrat.

Jetzt online bestellen unter **sportxx.ch**

SPORTXX MIGROS

Actilife

Kickstart in den Tag

Manchem reicht zum Frühstück ein fruchtiger Drink. Gut, wenn der bis zum Znüni vorhält – wie der neue Green Kick. Das erfrischende Fruchtsaftgetränk mit Orangen-, Kiwi- und Limettensaft enthält nämlich dank gemahlener Chiasamen und Zitrusfasern reichlich Ballaststoffe, die sättigend wirken. Der Drink enthält zudem die für den Menschen essenziellen Spurenelemente Zink und Mangan. Sie sind Bestandteil von Enzymen und haben im Körper vielfältige Aufgaben, unter anderem auch im Immunsystem.

Aktion 20-fache Cumulus-Punkte
für Actilife Green Kick
Bis 8. 10.

Actilife Green Kick, 1 Liter
Fr. 1.95

In grösseren Filialen

Anzeige

Cold Hot Pearls
zur akuten Schmerzlinderung

Mini und Maxi Pack sind erhältlich in grösseren Migros Filialen.

Kühlen und Wärmen mit Perlen

Besser als herkömmliche Kühlbeutel!
Cold Hot Pearls sind wiederverwendbare Kompressen mit innovativer Gel-Perlen-Füllung. Die revolutionäre Perlentechnologie sorgt im Vergleich zu herkömmlichen Kühlbeuteln für eine anschmiegsame Anwendung sowie eine gleichmässige therapeutische Temperaturverteilung.
Das bereits integrierte Comfort-Vlies ermöglicht zudem eine angenehme und praktische Behandlung direkt auf der Haut.

Schmerzlindernd bei:
- Prellungen, Quetschungen und Zerrungen
- Kopfschmerzen und Migräne
- Muskel- oder Gelenkschmerzen
- Menstruationsschmerzen

axa nova

MIGROS

Axanova gibts in Ihrer Migros

Welttierschutztag

Pläsierchen fürs Tierchen

Gross ist die Auswahl für unsere kleinen und grossen Lieblinge in der Migros: von Fleischsnacks über Zahnreinigungsbälle bis hin zu Bachblüten.

Suppenhuhn
Als besondere Delikatesse lässt sich die Schmusekatze ein Suppenhuhn von Sheba servieren.

Sheba Soup Huhn,
4 × 40 g* **Fr. 3.40**

Snack für unterwegs
Gehts auf einen langen Spaziergang? Der Asco-Snack stillt den kleinen Hunger unterwegs. Asco A'petito Rind,
8 × 11 g **Fr. 2.30**

Trockenfutter ohne Zusatzstoffe
Das Natural-Trockenfutter besteht hauptsächlich aus getrocknetem Frischfleisch. Es enthält ausserdem Amaranth, Gemüse, Obst und Kräuter, jedoch keine Zusatzstoffe.

Goodstuff Adult Huhn,
2,5 kg **Fr. 22.90**

Ausgewogene Katzennahrung
Die Portionen sind gerade richtig dosiert, um Ihr Büsi satt zu machen.
Balance Adult Rind,
4 × 85 g **Fr. 3.90**

*in grösseren Filialen

Punkten mit dem Napf
Da ein Futternapf Teil der Wohnungseinrichtung ist, darf man durchaus Ansprüche ans Design haben.
Katzennapf **Fr. 6.50**

Zeitvertrieb
Die einen Hunde verspeisen ihren Knochen genüsslich, die anderen vergraben die Dinger für magere Zeiten. An den Knochen zu kauen ist gut für die Zähne.
Max Snack Kauknochen, 167 g* **Fr. 6.20**

Spielmaus für den Stubentiger
In jeder Katze steckt ein Jäger. Diejenigen, die ihren Trieb nicht draussen ausleben können, tun es eben drinnen – mit Attrappen.
Einzelmäuse assortiert* **Fr. 0.90**

Zahnpflege
Dies ist kein Massage-, sondern ein Zahnpflegeball für den Hund. Er verhilft dem Vierbeiner zu einer angenehmen Mundhygiene; spielend, sozusagen.Zahnpflegeball Hund* **Fr. 5.–**

Hilfe im Notfall
Steht ein Tierarztbesuch an? Eine lange Autofahrt? Die Tropfen «Rescue Original Bach-Blütenmischung» beruhigen das Tier. Direkt verabreichen oder via Nahrung.
Bachblüten Rescue Tropfen Pets, 10 ml* **Fr. 16.85**

Für kleine und grosse Schleckmäuler.

3.90
Werners Mini-Magenbrot
120 g

3.90
Werners Nougat-Würfel
120 g

4.90
Werners Nidletäfeli
150 g

4.50
Werners Magenbrot
250 g

5.90
Werners Gebrannte Mandeln
140 g

20%
5.50 statt 6.90
Werners Magenbrot
400 g

MIGROS
Ein M besser.

Genossenschaft Migros Zürich
ANGEBOTE GELTEN NUR VOM 2. 10. BIS 8. 10. 2018, SOLANGE VORRAT

Neuheit

Natürliche Energie

Carina Pirngruber entdeckte die Nüsse für sich als wertvolle Energielieferanten und gründete 2016 die Firma **«NUSSYY».** *Ihre bunten Kombinationen finden Kundinnen und Kunden nun auch in ausgewählten Filialen der Migros Zürich.*

Text und Bild: *Gabriel Zwicky*

Nussyy» ist weit mehr als verschiedene geschmackvolle Nuss-Kreationen. Zum einen gibt es die genussfertigen Bioprodukte wie die kraftvollen Riegel, die schmackhaften Nussmischungen oder die Toppings fürs Müesli. Zum anderen laden die Bio-Frucht-Pulvermischungen, das Kokosmehl oder das Maca-Pulver zum Experimentieren ein. Ganz im Sinne der österreichischen Erfinderin steht die abwechslungsreiche «NUSSYY»-Palette nicht nur für Genuss, sondern überzeugt auch durch besondere Qualität und durch stets schonende Verarbeitung: 100 Prozent biologisch, nachhaltig hergestellt, vegan, gluten- und laktosefrei sind alle Produkte – und enthalten keine Zuckerzusätze.

Rezepte auf der Website

Den «NUSSYY»-Erzeugnissen dienen als Grundzutaten hochwertige Lebensmittel von Chia-Samen über Gojibeeren und handgeschnittene Cocos Smiles bis zu Maca-Wurzeln. Abwechslung ist alles, und diesbezüglich lässt es sich bei den österreichischen Superfood- Produkten von «NUSSYY» aus dem Vollen schöpfen. So gut sich die gefriergetrockneten Erdbeeren und Himbeeren als leichte Nascherei am Arbeitsplatz geniessen lassen, so gut eignen sie sich in der Küche zum Kochen und Backen und machen Smoothies, Bowls oder Joghurts eine Note fruchtiger. Wem gerade das passende Rezept oder die zündende Idee fehlt, entnimmt Anregungen den Produktbeschrieben oder lässt sich online von Rezeptvorschlägen inspirieren. Carina Pirngruber legt als Firmengründerin grossen Wert auf Ganzheitlichkeit für ihre ganze Angebotspalette. Von jedem verkauften «NUSSYY»-Produkt kommt ein Teil dem Institut von Schimpansenforscherin und Öko-Ikone Jane Goodall zugute. MM

Mehr Information: www.nussyy.at

Produkte von «NUSSYY» sind in folgenden Filialen erhältlich: Egg, Erlenbach, Küsnacht, Shop Ville Zürich HB, Rüschlikon, Stäfa, Thalwil, Zollikon Dorf, Zumikon, Zürich City und Roospark Wollerau.

Nur solange Vorrat

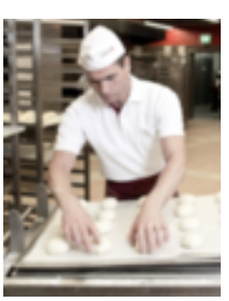
Ihre Region
Neues aus der Genossenschaft Migros Zürich

Jowa

Knusprig bis Ladenschluss

Bereits im Eingangsbereich der Migros-Filialen liegt der Duft von knusprig gebackenem Brot in der Luft. Kein Wunder: In mehr als 20 Filialen der Migros Zürich ist eine eigene Hausbäckerei der Jowa integriert. Die Bäckerinnen und Bäcker bereiten darin vor den Augen der Kunden die Teige vor und backen die knusprigen Backwaren.

Die erste Hausbäckerei eröffnete schon 1950 in der Zürcher Filiale Bucheggstrasse. Seither hat das frische Brot bis Ladenschluss eine lange Tradition bei der Migros. Ob Zopf, Krustenkranz oder Baguette, die Hausbäckereien der Migros Zürich produzieren durchschnittlich 30 verschiedene Brote und Brötchen für jeden Geschmack.



Online-Reservierung schnell und einfach unter **sportxx.ch/rental**

SPORTXX MIGROS

BASTELN SIE MIT UNS AN DER CREATIVA.

Bastelzeiten Do 4.10. + Fr 5.10. 11 – 20 Uhr, Sa 6.10. 10 – 20 Uhr, So 7.10. 10 – 19 Uhr
Messestand Messe Zürich, Halle 7, Stand A03

DO IT+GARDEN MIGROS

Creativa ZÜRICH

100% INSPIRATION

MESSE ZÜRICH
04 › 07 / 10
2018

WWW.CREATIVA-SCHWEIZ.CH

Kulturprozent

Literatur auf dem Friedhof

Der österreichische Schauspieler und Literaturbotschafter Martin Waltz hat Texte von Autoren aus Deutschland, Österreich und der Schweiz zusammengetragen, die in und um Zürich begraben sind. Diese liest der Bühnenprofi im Rahmen seiner Lesereihe «Fremde Heimat» in der Abdankungshalle auf dem Friedhof Sihlfeld. Die dritte und letzte Lesung beinhaltet **Texte der deutschen Autoren Georg Büchner, August Bebel und von Erika Mann.** Die Veranstaltung findet am Sonntag, 7. Oktober, von 17 bis 18 Uhr, statt. Der Eintritt kostet 20 Franken.

Tickets: www.stadt-zuerich.ch/friedhofforum (unter Veranstaltungen)

Symbolbild einer Genossenschaftsratssitzung

Genossenschaftsratssitzung

Die Migros im Wandel

Am Freitag, 14. September, fand die Herbstausgabe der Genossenschaftsratssitzung statt. Themen: **Eigenheiten des Föderalismus** *und Stärken der Migros Zürich in Zeiten des Wandels.*

Text: *Christoph Frei*

Die Herbstsitzung des Genossenschaftsrates stand im Zeichen eines Vortrags von Jörg Blunschi, Geschäftsleiter der Migros Zürich, über die strategische Ausrichtung des Unternehmens. Vorab lobte Ratspräsident Roger Studer den aussergewöhnlich aktiven, umfassenden und von Wertschätzung und Vertrauen geprägten Austausch zwischen Rat, Geschäftsleitung und Verwaltung. Dieser sei für ihn beispielhaft. Jörg Blunschi sprach in seinem Referat über den aktuellen, überwiegend erfreulichen Geschäftsgang der Migros Zürich, wies aber auch auf die dringende Notwendigkeit der Veränderung hin, um auch in Zukunft erfolgreich am Markt agieren zu können.

Faszinierende Wertegemeinschaft

Im Kontext der rasanten Digitalisierung, des Einkaufstourismus und des teils grundsätzlich veränderten Kaufverhaltens gelte es jetzt die richtigen Massnahmen zu treffen. Die Migros sei für ihn die faszinierendste Wertegemeinschaft der Welt mit einzigartigen Chancen, welche gescheit genutzt werden müssten. Dabei lobte er den von Gottlieb Duttweiler bewusst im Unternehmen angelegten Föderalismus, der ein tolles Instrument darstelle, um rasch auf Veränderungen zu reagieren, selbst wenn diese Form auch die Gefahr berge, die Chancen bezüglich erfolgreicher Allianzen, cleverer Vernetzung und Effizienzgewinn zu verpassen. Diese Gefahr erachte er aber als gering, da die Migros in der Geschichte immer dann am erfolgreichsten war, wenn sich das Umfeld ausgesprochen anspruchsvoll präsentierte. MM

Bilde: zVg

Herbstliche Spezialitäten

Jeden Tag ein anderes Menu.

JETZT GENIESSEN

Angebot gültig vom 17.9. bis 6.10.2018

Genossenschaft Migros Zürich

MIGROS Restaurant

ERÖFFNUNG MIGROS JONA

DO, 4.10. BIS SA, 6.10.

10% Rabatt auf das gesamte Sortiment.

Ausgenommen sind Gebührensäcke und -marken, Vignetten, Depots, Taxkarten, Ersatzteile, Service- und Dienstleistungen, E-Loading, iTunes/App-Karten, SIM-Karten, Gutscheine, Geschenkkarten und Smartboxen.

Vom 4. bis 6. Oktober feiern wir die Wiedereröffnung der Migros Jona und möchten Sie dazu ganz herzlich einladen! Es erwartet Sie der historische Verkaufswagen Ford TT, ein Food Truck und viele Überraschungen. Selbstverständlich profitieren Sie **10% Eröffnungs-Rabatt** auf das gesamte Sortiment. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Migros Jona, Molkereistrasse 5, 8645 Jona
Montag bis Freitag: 7.30 – 20.00 Uhr, Samstag: 7.30 – 18.00 Uhr

MIGROS
Ein M Jonaer.

Die Zeit im Provisorium ist vorbei: Gerold Meuli, Filialleiter, und sein Team sind bereit für die Wiedereröffnung.

Wiedereröffnung

Tore auf in Jona

Die Umbauarbeiten in der **Migros Jona Stadttor** *sind abgeschlossen. Ab 1. Oktober steht die Filiale im Dorfkern den Kundinnen und den Kunden wieder offen. Gefeiert wird vom 4. bis 6. Oktober mit zehn Prozent Rabatt.*

Text und Bild: *Julia Koller*

Altbewährtes in neuem Glanz – mit diesem Motto feiert die Migros-Filiale Jona Stadttor ihre Wiedereröffnung. Nach einer dreimonatigen Umbauphase steht die modernisierte Filiale der Kundschaft ab 1. Oktober wieder zur Verfügung. «Uns war es wichtig, dass wir den Kunden auch nach dem Umbau alles bieten können, was sie bisher geschätzt haben – grosse Frische-Auswahl sowie ein breites Sortiment an Produkten für den täglichen Gebrauch», erklärt Filialleiter Gerold Meuli. Dennoch gibt es auch ein paar wichtige Neuerungen: Der Aussenverkauf und der Eintrittsbereich sind heller und grosszügiger gestaltet, und es gibt neu ein Käse-Spezialsortiment. Weiter können Kunden den Einkauf künftig per Selfscanning sowie Self-Checkout tätigen. «Durch die Erweiterung der Ladenfläche um 50 Quadratmeter gibt es künftig mehr Platz, um sich mit dem Einkaufs- oder Kinderwagen im Laden frei zu bewegen», zählt Meuli einen weiteren Vorzug des Umbaus auf.

Rabatt für die Kunden

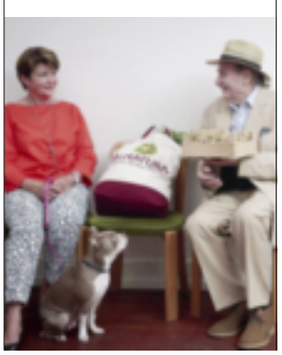
Nach der Zeit im Provisorium freue sich das ganze Team nun darauf, die Anwohner in der neu und grosszügiger gestalteten Filiale begrüssen zu dürfen. Allen Kunden, die während den Eröffnungstagen vom 4. bis 6. Oktober in der Migros Jona einkaufen, winken bei jedem Einkauf 10 Prozent Rabatt. Süsses Popcorn und eine herzhafte Wurst vom Grill gibt es zusätzlich noch dazu. Am Donnerstag, 4. Oktober, gibt es zudem einen besonderen «Gast» zu besichtigen: den frisch restaurierten Verkaufswagen der Migros Zürich aus den 1920er-Jahren. Ein Besuch in der Migros Jona Stadttor lohnt sich also gleich in mehrfacher Hinsicht. MM

Alnatura

Wer es einmal probiert hat …

In Zusammenarbeit mit der Zürcher Hochschule der Künste (ZHdK) läuft auf allen Social-Media-Kanälen von **«Alnatura Bio Super Markt» eine kleine Web-Soap,** wie sie das Leben schreiben könnte. Die Episoden realisierten Flavia Reinhard und Nadja Crosina von der ZHdK sowie der Creative Director Hans-Peter Schweizer als Coach. Sie erzählen kurzweilige Geschichten wie die vom hippen Leo, dem Grosi Elisabeth oder dem Rentner Bernhard mit seiner Schildkröte. Die Protagonisten machen zwar alle ihre erste Erfahrung mit dem «Alnatura Bio Super Markt». Unter dem Strich bleibt aber die gemeinsame Botschaft: Das erste Mal ist erst der Anfang, **weil es dank riesiger Auswahl von über 5000 Bio-Produkten** viel zu entdecken gibt. Bei vier Geschichten soll es nicht bleiben. In den Social-Media-Kanälen dürfen Kundinnen und Kunden ihre Story erzählen. Mit Glück wird sie als nächste verfilmt.

Infos: www.alnatura.ch, auf Facebook, Instagram und Youtube



CRUISETOUR
Kreuzfahrten weltweit

Kreuzfahrten-Messe 2018

Samstag 27.10.2018 | 10:00 - 18:00 | Lake Side Zürich

Cruisetour lädt Sie ein:

ALLE REEDEREIEN, AN EINEM TAG, IM HERZEN VON ZÜRICH!

Rabatte, Experten-beratung & Vorträge

- 16 Reedereien mit eigenem Stand
- Bis 5% Messe-Rabatt
- Live-Buchungen
- Verlosung Queen Mary 2-Kreuzfahrt
- Kostenloser Eintritt

Reedereipräsentationen während der Messe (Anmeldung erfoderlich): Bestellen Sie das Detailprogramm!

Costa · MSC · AIDA · Norwegian · SeaDream · Star Clippers · Hapag-Lloyd · Seabourn · Cunard · Princess Cruises · Carnival · Holland America Line · Oceania Cruises · Hurtigruten · TUI Cruises · Silversea

VON HAMBURG NACH NEW YORK ZUM AKTIONSPREIS!

Ihr Schiff: MSC Meraviglia ****+

Inbegriffene Leistungen

- ✓ Eigene Schweizer Reiseleitung
- ✓ Flüge Zürich - Hamburg / New York - Zürich in Economy
- ✓ Kreuzfahrt mit Vollpension
- ✓ 17 Nächte an Bord
- ✓ Gala-Dinner
- ✓ Stadtrundfahrt in New York
- ✓ 2 Übernachtungen in New York im 4*-Hotel
- ✓ Ausflug zur Freiheitsstatue

Ihr Reiseprogramm 21.9.2019 - 11.10.2019

Tag	Hafen	Ankunft	Abfahrt
21.09.	Fluganreise **Zürich - Hamburg**. Einschiffung auf die MSC Meraviglia.		19:00
22.09.	**Kopenhagen** (Dänemark)	08:00	16:00
24.09.	**Southampton** (England)	10:00	22:00
26.09.	**Belfast** (Nordirland)	07:00	16:00
28.09.	**Reykjavik** (Island)	13:00	
29.09.	**Reykjavik** (Island)		17:00
04.10.	**St. John's** (Kanada)	09:00	17:00
05.10.	**Halifax** (Kanada)	11:00	18:00
07.10.	**New York** (USA)	07:00	
08.10.	**New York** (USA) Ausschiffung und Transfer in Ihr Hotel inklusive Stadtrundfahrt. Übernachtung.		
09.10.	**New York** (USA) Ausflug zur Freiheitsstatue. Übernachtung.		
10.10.	Transfer zum Flughafen und Rückflug.		
11.10.	Ankunft in Zürich. (Seetage nicht erwähnt)		

21 Tage inkl. An-/Rückreise ab Fr. **2'590.-**

Einmalige Aktionspreise

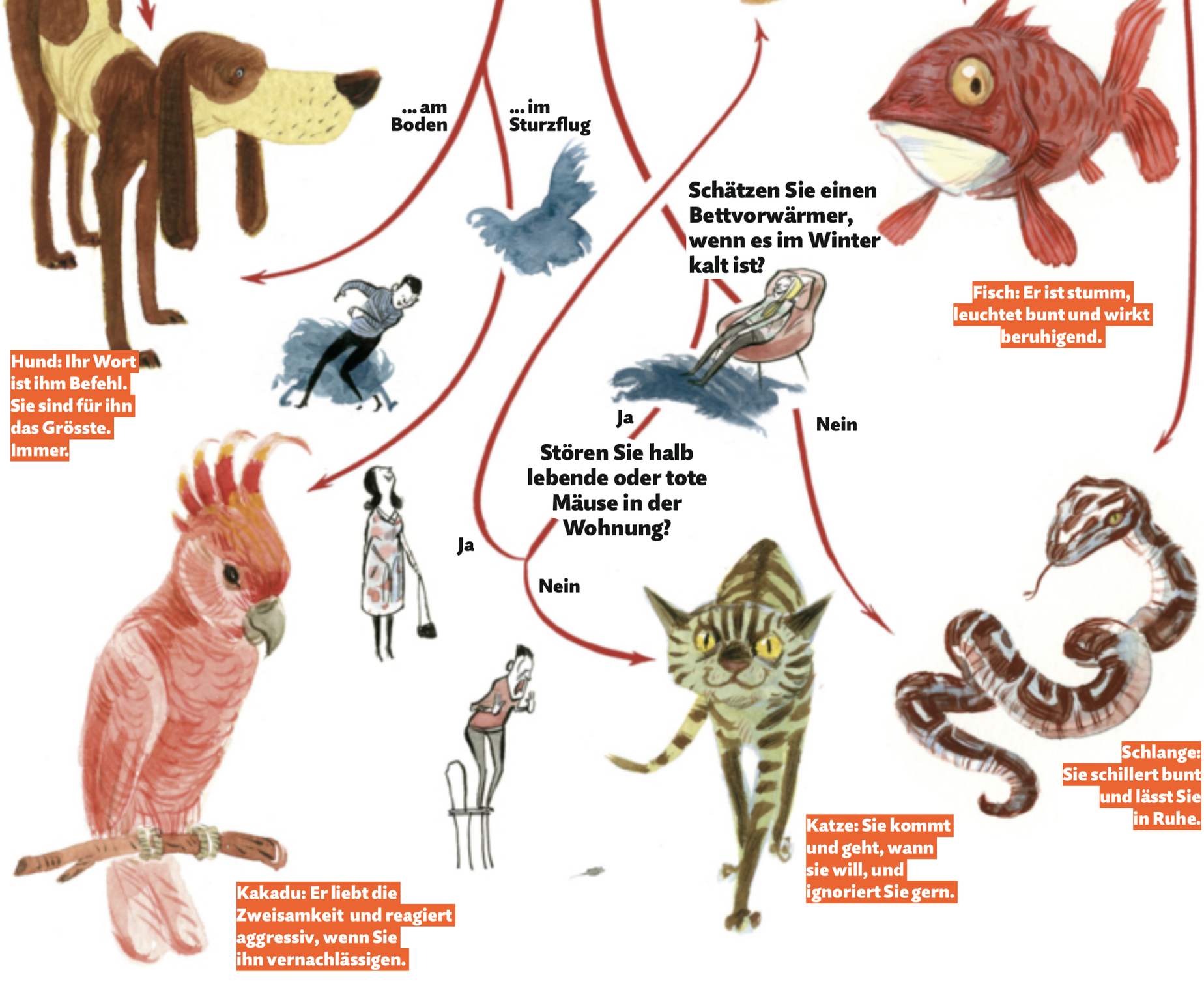
Innenkabine IB	2'590.-
Innenkabine IF	2'740.-
Aussenkabine OF	3'090.-
Balkonkabine BF	3'490.-
Yacht Club 1	7'190.-

Jetzt buchen - stark limitiertes Kontingent!

Mo - Fr: 09.00 - 18.00 Uhr · 044 289 81 81 · www.cruisetour.ch · General-Wille-Str. 10, 8002 Zürich · info@cruisetour.ch

REISEGARANTIE · SRV FSV Schweizer Reiseverband Fédération Suisse du Voyage Federazione Svizzera di Viaggi

Nicht inbegriffen: Getränke, persönliche Ausgaben, Serviceentgelt von 15% auf Dienstleistungen an Bord, Trinkgelder an Bord (ca. 10 EURO pro Person / Nacht), Visumgebühr für USA (ESTA, ca. CHF 60.- pro Person), Annullationskostenversicherung, fakultative Landausflüge während der Kreuzfahrt, Auftragspauschale CHF 20.- pro Person (maximal CHF 40.- pro Dossier)


... am Boden
... im Sturzflug
Schätzen Sie einen Bettvorwärmer, wenn es im Winter kalt ist?
Ja
Nein
Stören Sie halb lebende oder tote Mäuse in der Wohnung?
Ja
Nein
Hund: Ihr Wort ist ihm Befehl. Sie sind für ihn das Grösste. Immer.
Fisch: Er ist stumm, leuchtet bunt und wirkt beruhigend.
Kakadu: Er liebt die Zweisamkeit und reagiert aggressiv, wenn Sie ihn vernachlässigen.
Katze: Sie kommt und geht, wann sie will, und ignoriert Sie gern.
Schlange: Sie schillert bunt und lässt Sie in Ruhe.

«Schweine sind die besten Haustiere, die man sich vorstellen kann.»

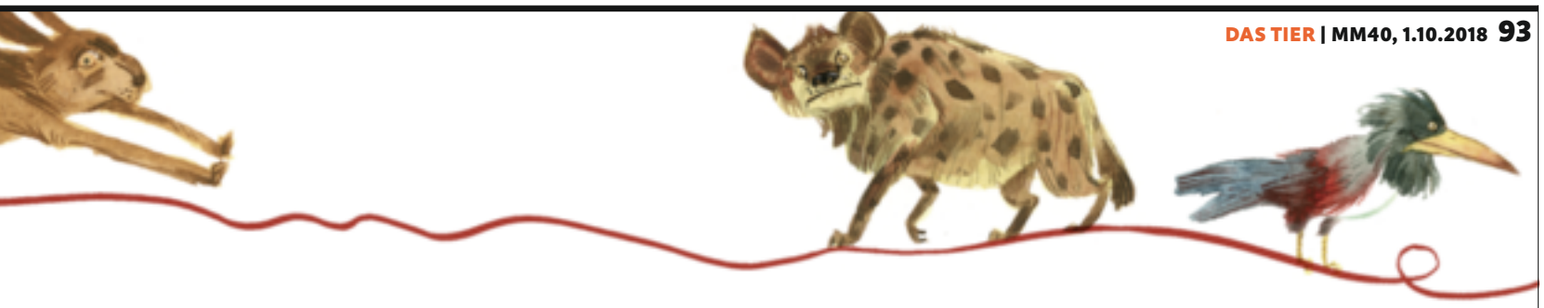
Claudia Stauffenegger (57)
Hilfspflegerin,
Zunzgen BL

«Kommt eine Sau ins Haus, ziehe ich aus», sagte Fredi Stauffenegger zu seiner Frau Claudia. Doch sie liess sich nicht beirren. Sie hatte Brutus bei den Kleintierinseraten auf Ricardo.ch entdeckt und wusste, «den will ich». Bald schon zog Brutus in sein neues Heim in Zunzgen BL ein. Mittlerweile sind neun Jahre vergangen. Aus dem handlichen «Brutusli» ist eine stramme 100-Kilo-Sau mit eindrücklichen Hauern geworden. Die Schweinedame Charlotte, ein Geschenk zu Claudias 50stem, leistet ihm Gesellschaft.

Die Hackordnung in der Rotte Stauffenegger ist klar: Fredi (55) und Claudia (57) sind die «Oberschweine», Brutus (9) setzt sich gegenüber Charlotte (8) durch. Wenn immer Brutus nicht zur Stelle ist, schnappt sich Charlotte den begehrten Platz zu Füssen von Fredi und Claudia. Die Grosseltern von vier Enkelkindern mögen es kuschelig. Schauen sie abends fern, teilen sie die Sofas mit ihren liebsten Vierbeinern.

Mini-Schweine Sie können Menschen in 300 Meter Entfernung riechen.

Bilder: Daniel Auf der Mauer, zVg



Für Claudia Stauffenegger sind sogenannte Minipigs die besten Haustiere, die man sich vorstellen kann: Sie bellen nicht, man kann mit ihnen spazieren gehen, muss aber nicht, sie sind sehr sauber, verschmust – und schlau. Hat Claudia einen schlechten Tag, spüren das ihre Schweine und weichen nicht von ihrer Seite. Auch Claudia versteht ihr Grunzen und weiss, ob sie gerade euphorisch, unzufrieden oder ängstlich sind.

Brutus und Charlotte ist es aber meistens sauwohl. Morgens erwarten sie Herrchen und Frauchen freudig im Parterre und begrüssen sie mit feuchten Küssen. Dann gibts Frühstück für die beiden: Früchte und Gemüse. Später versäubern sie sich im Garten, fressen Gras, suchen nach versteckten Fressballen mit Leckereien wie Gurken- oder Rüeblischalen und schlafen ganz viel. Im Sommer gern im grossen Garten, im Winter vor der Heizung.

So vernarrt Claudia in ihre Haustiere ist, möchte sie Minipigs nicht allen empfehlen. Denn «mini» seien sie nicht. Da sie eine Mischung aus verschiedenen Schweinerassen sind, lässt sich nicht voraussagen, wie gross und schwer sie werden. 120 Kilo liegen allemal drin. Und sie brauchen viel Platz, drinnen und draussen. Auch einige bauliche Massnahmen sind nötig, damit sie ihre wabbligen Bäuche schmerzfrei

über Schwellen bringen und Türen selbständig öffnen können.
Auch Fredi Stauffenegger ist längst dem Charme der Schweine erlegen. Kommt er von der Arbeit nach Hause, begrüsst er als erstes Brutus und Charlotte und gibt ihnen lauwarmes Wasser zum Trinken. Das bekomme ihnen besser als kaltes. Als Bettmümpfeli gibts ein Joghurt. *(mom)*

Anzeige

Jetzt neu.

CUMULUS 20x PUNKTE

TENA

Sicher & diskret bei Blasenschwäche

Meine Blase bestimmt, was ich anziehe?

„ICH SAGE: NICHTS DA!"

Neu

5.40

TENA Lady Discreet Ultra Mini, Normal und TENA Lady Extra
Slipeinlagen, Einlagen, Einlagen+, versch. Stückzahl

Neu

17.10

TENA Pants Plus Medium
Einweghosen für mittlere Blasenschwäche, 9 Stück

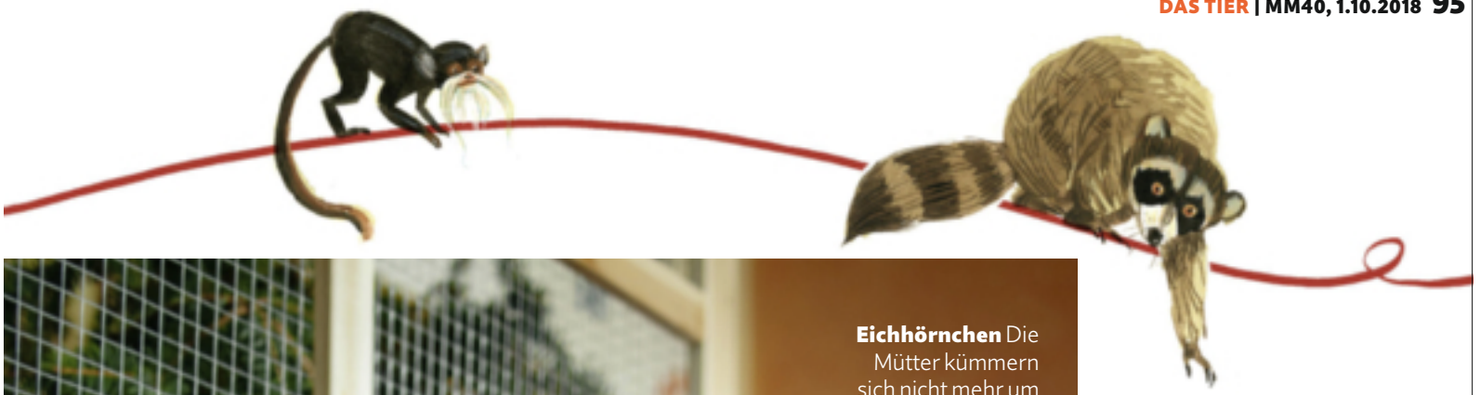
Neu

7.50

TENA MEN Level 2
Protektoren speziell für Männer, 10 Stück

MIGROS
Ein M besser.

ANGEBOTE GELTEN NUR VOM 1.10. BIS 8.10.2018, SOLANGE VORRAT



Eichhörnchen Die Mütter kümmern sich nicht mehr um ihre Jungen, sobald diese sich am Boden befinden oder verletzt sind.

«Ich möchte der Natur etwas zurückgeben.»

Andrea Turnell (52) führt eine Eichhörnchenstation bei sich zu Hause in Buttwil AG.

Als Andrea Turnells Mann vor elf Jahren ein Eichhörnchen auf dem Waldboden findet, weiss die Familie nicht, was sie mit dem hilflosen Jungtier anstellen soll. Klar ist nur: Es braucht Hilfe. Andrea Turnell hat bereits Erfahrung mit Wildtieren und beschliesst, den Findling aufzupäppeln. Sie informiert sich bei einem Tierarzt und eignet sich in der Folge immer mehr Wissen über die Nagetiere an. «Und da offensichtlich ein Mangel an Pflegeplätzen bestand, beschloss ich, eine Eichhörnchenstation zu gründen.»

Wird ein verletztes oder verwaistes Eichhörnchen bei Andrea Turnell abgegeben, untersucht sie es und geht allenfalls mit ihm zum Tierarzt. Dehydrierte Jungtiere erhalten alle zwei bis drei Stunden einen Schoppen, auch nachts. Die 52-Jährige arbeitet abends im Service und kann ihre Schützlinge bei Bedarf mitnehmen. «Das war bei der Einstellung Bedingung», erzählt sie. Babys kommen erst in eine mit Tüchern ausgelegte Kiste. Mit etwa sechs Wochen ziehen sie dann in eine Zimmervoliere um, die mit Ästen und Blättern eingerichtet ist. Hier erhalten sie alle vier Stunden die Flasche. Sobald die Tiere genügend selbständig sind, kommen sie in eine Voliere im Garten. «Dort lernen sie die Natur kennen und werden auch nicht mehr von uns ‹bibäbelet›.» Schliesslich zügeln die Pfleglinge in die Auswilderungsvoliere, für die Andrea Turnell extra ein Waldstück gepachtet hat.

Rund 50 Eichhörnchen pro Jahr zieht Andrea Turnell mithilfe ihrer Tochter und zweier weiteren Freiwilligen auf. Für Turnell ist es selbstverständlich, dass sie viel Freizeit, Geld und Herzblut in die Eichhörnchen investiert. «Klar könnte ich ein gemütliches Leben führen. Ich möchte der Natur aber etwas zurückgeben.» Sie hält fest: «Wo immer man in der Schweiz ein Eichhörnchen in Not findet, man kann sich bei mir melden.» Manchmal fahre sie auch selber kilometerweit, um einen der kleinen «Waldkobolde» zu retten. *(ls)*

www.eichhoernchenstation.ch

Bild: Daniel Auf der Mauer

Ein eingespieltes Team: Tierphilosoph Markus Wild mit Hund Titus, der ihn sogar zu seinen Vorlesungen an der Universität begleitet.

Markus Wild

«Tiere vermitteln Werte, die unser Leben bereichern»

*Liebevolle Fürsorge und brutale Ausnutzung: Unser **Verhältnis zu Tieren** sei schon immer zwiespältig gewesen, sagt der Tierphilosoph Markus Wild. Ein Gespräch über Fleischkonsum, bedrohte Arten und Grundrechte für Wirbeltiere.*

***Text:** Ralf Kaminski, Dinah Leuenberger* ***Bilder:** Désirée Good*

20% günstiger

SCHIESSER

Erhältlich in folgenden Migros-Filialen.
Genossenschaft Basel: Dreispitz, Oberwil, Claramarkt, Paradies
Genossenschaft Aare: Lyssbachpark, Shoppyland, Marktgasse, Oberland, Center Brügg, Langendorf, Buchs, Brugg
Genossenshaft Luzern: Hofmatt Kriens, Mhyten-Center, Luzern Schweizerhof, Surseepark, Zugerland Steinhausen
Genossenschaft Zürich: Meilen, Zürich City, Glatt, Altstetten, Uster
Genossenschaft Ostschweiz: Buchs, Seepark, Pizolpark, Rheinpark, Wetzikon
Genossenschaft Neuchâtel/Fribourg: Bulle, Avry, Métropole Center
Genossenschaft Genf: Balexert
Genossenschaft Wallis: Monthey, Sion
Genossenschaft Ticino: Locarno, Lugano, San Antonino, Agno Due

AUF ALLE SCHIESSER DAMEN PRODUKTE, ANGEBOTE GELTEN NUR VOM 2.10. BIS 8.10.2018, SOLANGE VORRAT

20%

31.90 statt 39.90

z.B. 95/5 Soft BH
Verspricht höchsten Komfort und ein ultimatives Tragegefühl.

20%

11.90 statt 14.90

z.B. Damen 95/5 Hipster
Verspricht höchsten Komfort und ein ultimatives Tragegefühl.

MIGROS
Ein M besser.

20% GÜNSTIGER

ANGEBOTE GELTEN NUR VOM 02.10. BIS 08.10.2018, SOLANGE VORRAT

20%

4.00 statt 5.00

THOMY Mayonnaise à la française
2 x 265 g

20%

4.00 statt 5.00

THOMY Thomynaise
2 x 280 g

20%

2.70 statt 3.40

THOMY Senf mild
2 x 200 g

MIGROS
Ein M besser.

Markus Wild, Fleisch essen in Ihrem Haushalt nur Titus und Ihre Katzen. Hat man als Tierethikprofessor überhaupt eine andere Wahl, als Vegetarier zu sein?
Im Grunde nicht. Die meisten Philosophinnen und Philosophen, die sich ernsthaft Gedanken machen um unseren Umgang mit Tieren, stellen ihre Ernährung um.

Wann haben Sie umgestellt?
2011, seit einem Jahr lebe ich sogar vegan – aber nicht um jeden Preis. Manchmal gibt es Situationen, bei denen ich eine Ausnahme mache, etwa Einladungen.

Fällt es Ihnen manchmal schwer, so ganz ohne tierische Produkte?
In die Wiege gelegt wurde es mir jedenfalls nicht, ich stamme aus einer Bauern- und Metzgerfamilie. Manchmal hätte ich schon Lust auf eine Saucisson, aber das ist ein bisschen, wie mit Rauchen aufzuhören: Man muss einfach widerstehen, dann geht es auch wieder vorbei.

Unser Umgang mit Tieren ist reichlich schizophren: Die einen lieben wir wie Familienmitglieder, andere züchten wir zur industriellen Verarbeitung. Wie können wir so liebend und zugleich so herzlos sein?
Es war wohl schon immer so. 90 Prozent der 30 000 Jahre alten Höhlenmalereien zeigen Tiere. Und die enorme Detailtreue lässt darauf schliessen, dass die Menschen damals sich sehr intensiv mit ihnen beschäftigten. Da steckt viel Liebe und Beobachtungsgabe drin – und viel Jagderfahrung. In manchen Kulturen wurden Tiere geopfert, nachdem man sie zuerst fast als heilig gehegt und gepflegt hatte. Wir waren schon immer gespalten zwischen Liebe und Fürsorge einerseits und Brutalität und Ausnutzung andererseits. Letztlich sind Tiere für uns aber immer Zweckobjekte. Genau das ist das Problem.

Inwiefern?
Sie sind entweder Hausgenossen, Wild- oder Nutztiere – sie stehen nie bloss für sich, sondern existieren aus unserer Sicht nur in Bezug zu uns: Der Hausgenosse spendet mir Trost, eine Kuh soll mir gefälligst Milch und Fleisch liefern. Entsprechend haben sich gewisse Gepflogenheiten eingespielt.

Und wir essen immer noch viel Fleisch, obwohl man weiss, wie problematisch und umweltschädlich Massentierhaltung ist.
Wir Menschen sind sehr gut darin, unser Bewusstsein zu spalten. Wir finden beim Spaziergang die Herde Kälbchen total herzig und essen am Mittag ein Kalbsschnitzel – ohne dabei einen Zusammenhang herzustellen. Dank dieses psychischen Mechanismus können wir Tiere je nach Situation mal höher und mal tiefer bewerten. Wir glauben auch gern den Werbebildern, die uns vorgaukeln, in der Schweiz lebten alle Kühe glücklich auf der Alp. Das entlastet das Gewissen.

Hat es auch mit Gewohnheit zu tun?
Ja, das ist ganz wichtig. Dabei ist es historisch gesehen neu, dass jeden Tag Fleisch auf den Tisch kommt. Das ist erst durch die Massentierhaltung zu Beginn des 19. Jahrhunderts und durch den wachsenden Wohlstand möglich geworden. Fleisch ist heute unanständig billig – auf Kosten der Tiere.

Wie optimistisch sind Sie, dass künstliches Fleisch tierisches ersetzen wird?
Ich könnte mir das gut vorstellen. Die Herstellungskosten sind allerdings noch zu hoch. Und das Prinzip dahinter ist etwas problematisch, denn es geht dabei um Ersatz. Noch immer gilt ein gutes Stück Fleisch auf dem Teller als Krönung der Kulinarik. Von dieser Idee müssen wir wegkommen. Dann verschwindet auch das Gefühl, es sei ein enormer Verzicht, kein Fleisch zu essen.

Sie haben sich auch schon kritisch gegenüber Zoos geäussert. Aber viele der modernen Gehege sind doch ein gewaltiger Fortschritt gegenüber früher.
Die Zoos in Basel und Zürich werden ohne Zweifel gut und verantwortungsbewusst geführt. Aber auch heute noch gibt es in Europa Anlagen, in denen Tiere in kleinen Gehegen dahinvegetieren. Würde man all das Geld, das man in Zoos steckt, vor Ort in die Lebensräume der Wildtiere investieren, könnte man damit sehr viel mehr erreichen.

«Letztlich sind Tiere für uns immer Zweckobjekte, das ist das Problem. Sie existieren für uns nur in Bezug zu uns.»

Markus Wild, Tierphilosoph

Zur Person

Professor für Tierphilosophie

Markus Wild (47) ist Professor für Theoretische Philosophie an der Universität Basel. Zu seinem Arbeitsgebiet zählt die Tierphilosophie, etwa die Frage, ob Tiere denken können oder in welcher Weise sie Schmerz empfinden. Markus Wild ist Mitglied der Eidgenössischen Kommission für die Gentechnik im Ausserhumanbereich. Er lebt mit seiner Frau, drei Katzen und Australian Shepherd Titus (6) in Zeglingen BL.

Aber weckt man mit Zoos nicht auch positive Emotionen gegenüber Tieren?
Das ist aus meiner Sicht ein Feigenblatt. Zoos sind in erster Linie ein Geschäftsmodell, das der Unterhaltung dient. Es gibt durchaus Kinder, die auf diese Weise für das Thema sensibilisiert werden; viel wertvollere Erziehungseffekte ergeben sich jedoch aus Begegnungen in der Wildnis oder über Filme und Bücher. Problematisch finde ich auch, wenn man in Zoos noch Produkte aus Palmöl kaufen kann, während nebenan für den Erhalt des Lebensraums von Orang-Utans geworben wird.

Millionen von Tierarten sind bereits ausgestorben. Was verlieren wir, wenn es dereinst auch keine Nashörner oder Eisbären mehr geben wird?
Solche Tiere gehören zum Grossartigsten, was die Natur hervorgebracht hat. Ihnen zu begegnen, ist ein Erlebnis wie das Gespräch mit einem brillanten Menschen oder das Entdecken eines überwältigenden Romans. Sie vermitteln ästhetische Werte, die unser

Welcher Genusstyp bist du?
Finde es jetzt heraus und gewinne ein ganzes Jahr gratis Butterzopf
für genussvolle Momente – natürlich mit der originalen Schweizer Butter.
Jetzt teilnehmen: swissmilk.ch/genusstyp
Gewinne ein Jahr gratis Butterzopf!
Und weitere 333 Preise.
Schweiz. Natürlich.
SUISSE GARANTIE
swissmilk

Leben bereichern. Nur schon zu wissen, dass im nächsten Tal Biber leben und ich ihnen vielleicht begegnen könnte, bereichert mein Leben. Es verändert das Lebensgefühl – es geht um Grösse und Würde, um etwas, das sich mit Geld nicht messen lässt. Dies aus Profitgier oder Ahnungslosigkeit zu verlieren, wäre eine Tragödie.

Haben Sie noch Hoffnung im Hinblick auf stark bedrohte Arten?
Teilweise. Bei den Berggorillas hat sich viel getan – in ihren Heimatstaaten sorgen sie für Touristen und Geld, deshalb werden sie inzwischen von kleinen Armeen geschützt. Auch Eisbären könnten überleben, indem sie sich einfach aufs Festland bewegten. Wenig optimistisch bin ich bei den Nashörnern: Da fehlt mittlerweile die genetische Diversität, die nötig ist, um sie längerfristig zu erhalten. Auch für Orang-Utans habe ich keine grosse Hoffnung: Wenn die massive Urwaldrodung zugunsten von Plantagen so weitergeht, dürfte es in 20 Jahren kaum noch ein Exemplar in der Wildnis geben.

«In der Zukunft könnten die aktuellen Exzesse der Massentierhaltung ähnlich absurd wirken wie für uns heute Hexenverbrennungen.»

Markus Wild, Tierphilosoph

Aber wenn man es richtig angehen würde: Könnte man all diese Tierarten retten?
Absolut. Ein schönes Beispiel ist der Europäische Luchs, der sehr bedroht war und heute wieder zur Fauna der Schweiz gehört.

Fast unbemerkt von der Öffentlichkeit sterben pausenlos viele kleine Tierarten aus. Ärgert es Sie, dass nur das bedrohte Grosswild die Herzen und Portemonnaies der Menschen zu öffnen vermag?
Mich ärgert das Aussterben, weil es sehr einfach wäre, es zu verhindern. Jeder Mensch mit Garten könnte etwas dazu beitragen, indem er für eine möglichst hohe Biodiversität sorgt und so einen Lebensraum für Amphibien und Insekten schafft. Das grösste Problem ist aber die Landwirtschaft.

Was müsste sich dort verändern?
Sie müsste regionaler und biologischer produzieren, weniger Antibiotika und Pestizide einsetzen. Und wir müssen bereit sein, für Lebensmittel einen fairen Preis zu zahlen, statt viel zu kaufen und wegzuwerfen. Immerhin zeigen die zahlreichen politischen Vorstösse zu diesen Themen, dass das Bewusstsein dafür wächst: Fair Food, nachhaltige Landwirtschaft, sauberes Trinkwasser, Verbot der Massentierhaltung. Die Chancen steigen, dass die eine oder andere Initiative sogar mal durchkommt.

Ist es noch umstritten, ob und wie viel Schmerz ein Tier fühlt?
Alle Wirbeltiere spüren Schmerz, von der Forelle bis zum Menschen. Umstritten ist, wie schlimm sie diesen Schmerz erleben. Einige scheinen sich bei Verletzungen überraschend schnell zu erholen, vor allem Fische.

Empfinden Tiere Angst? Ahnen sie im Lastwagen auf dem Weg zur Schlachtbank, dass etwas Schlimmes passieren wird?
Stellen Sie sich vor, Sie werden mit ganz vielen Leuten in einem stinkenden, überhitzten Wagen stundenlang irgendwohin gekarrt – da ahnen Sie wohl schon, dass am Ziel dieser Reise nichts Gutes wartet. Ob das Kühe oder Schweine genauso ahnen, wissen wir nicht. Bestimmt verspüren sie Angst, aber sie ist zeitlich limitierter als unsere; sie richtet sich nicht so weit in die Zukunft.

Saskia Stucki, eine Schweizer Juristin, die in Harvard forscht, fordert Grundrechte für alle Tiere – ähnlich wie bei den Menschenrechten.
Für Wirbeltiere, nicht für alle Tiere. Ich finde das völlig richtig. Sie hätten dann das Recht auf körperliche Unversehrtheit und dürften nicht getötet werden. Das würde bedeuten, dass wir uns nicht mehr von den Produkten dieser Tiere ernähren könnten. Es blieben künstliches Fleisch, Insekten sowie Fleisch von Tieren, die eines natürlichen Todes starben. Aber eigentlich brauchen wir tierisches Protein gar nicht, es gibt ausgezeichnetes pflanzliches Protein.

Einige Ethiker prophezeien, dass die Menschen einmal mit der gleichen Abscheu auf unseren Umgang mit Tieren schauen werden wie wir auf die Sklavenhaltung unserer Vorfahren.
Das kann ich mir schon vorstellen. Gerade was die groteske Effizienztrimmung betrifft: Hühner, die dauernd auf die Brust fallen, weil sie dort zu schwer sind; Kühe, die entzündete Rieseneuter herumschleppen; Schweine, denen noch mehr Zitzen angezüchtet werden. Aus historischer Distanz betrachtet, könnten solche Exzesse der Massentierhaltung sehr wohl ähnlich absurd wirken wie für uns Hexenverbrennungen.

Was würden Sie gegen diese Missstände tun, wenn Sie allmächtig wären?
(lacht) Allmacht ängstigt mich ein wenig. Ich würde anfangen mit Grundrechten für empfindungsfähige Tiere. Dann Schritt für Schritt weniger Nutztiere, weniger Fleischkonsum und die Bedingungen dafür verbessern. Als allmächtiger Demokrat hätte ich veranlasst, dass die Fair-Food-, die Massentierhaltungs- und Ernährungssicherheitsinitiative angenommen worden wären.

Leben Hund und Katzen bei Ihnen, dem Tierethiker, anders als beim Nachbarn?
Ich glaube nicht. Allerdings habe ich mal versucht, meinen Hund Titus auf vegetarische Nahrung umzustellen. Er verweigerte das Essen. Aber bei Hunden wäre es grundsätzlich möglich, bei Katzen nicht.

Titus ist sogar auf Facebook …
(lacht) Ja, und manchmal wird er von fremden Menschen auf der Strasse erkannt. Die fragen dann, ob er der Titus von Facebook sei. Und anschliessend wird er gestreichelt, was er natürlich super findet.

Er nimmt auch an Ihren Vorlesungen teil …
Weil er gern unter Menschen ist. Aber ich nehme ihn auch aus einem tierethischen Aspekt mit: Wenn ein Tier dabei ist, betrachten wir die Dinge anders; wir entscheiden anders über sie, als wenn sie nicht präsent wären.

Wie kommt Titus bei den Studierenden an?
Sehr gut. Sie lieben es, wenn er anspruchsvolle Vorlesungen auflockert. Anhand der Gesichter vor mir weiss ich immer ziemlich genau, was Titus hinter meinem Rücken gerade macht. Er unterstützt die Lehre massiv – einfach durch seine blosse Anwesenheit. Irgendwann erhält er noch seinen eigenen Lehrauftrag. MM

Skurriles aus aller Welt

Da kann das Einhorn einpacken!

Texte: *Dinah Leuenberger*

Tauben haben zur Orientierung winzige magnetische Eisenpartikel im Schnabel, mit denen sie das Erdmagnetfeld nutzen.

Der Wanderfalke kann im Sturzflug über 340 Kilometer pro Stunde und damit unter allen Tieren die höchste Geschwindigkeit erreichen.

Pumas können nicht brüllen und gelten daher nicht als Grosskatzen.

Vögel singen in Dialekt. Innerhalb einer Art können sich zahlreiche Singdialekte entwickeln. Sie sind ausschlaggebend bei der Partnerwahl.

Ziegen haben bei hellem Licht rechteckige Pupillen.

Bei Seepferdchen tragen die Männer die Babys aus.

Orang-Utan-Weibchen sind oft mit einem platonischen Freund unterwegs, um sich vor unliebsamen Annäherungsversuchen anderer Männchen zu schützen.

Grillen hören mit den Beinen.

Bienen können Fremdsprachen lernen.

Fische können seekrank werden.

Die Milch des Blauwalweibchens ist so fettreich, dass Blauwalbabys bis zu 90 Kilogramm täglich zunehmen.

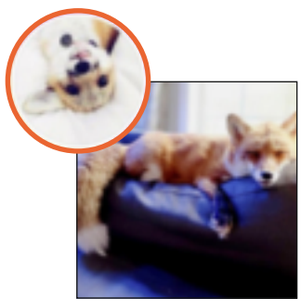
Illustration: Martin Burgdorff

Prominente Tiere

Keiner zu klein, ein Instagram-Star zu sein

Choupette Lagerfeld
hat am meisten Kohle und angeblich eigene Bedienstete.
@choupettesdiary

Shiba Charmy
hat die besten Outfits und trägt sie immer mit Stolz.
@shiba_charmy



Juniperfoxx
ist ein Hausfuchs, der seine Familie auf Trab hält.
@juniperfoxx

Jiffpom
hat 8,8 Millionen Follower und ist ein richtiger Influencer: Er trinkt Kaffee, besucht die schillerndsten Orte und trägt die neuesten Kleider.
@jiffpom

Bilder: instagram

Jetzt profitieren.

CUMULUS 20x PUNKTE

ALNATURA
alnatura.ch

CUMULUS 20x PUNKTE

3.20

Alnatura Tofu Basilikum, Bio
200 g, gültig bis 15.10.2018

CUMULUS 20x PUNKTE

3.15

Alnatura Mandel Drink, Bio
ungesüsst, 1 Liter, gültig bis 15.10.2018

CUMULUS 20x PUNKTE

5.90

Alnatura Hirse Getreidebrei, Bio
2 x 200 g, gültig bis 15.10.2018

online

CUMULUS 20x PUNKTE

3.75

Alnatura Hafer Crunchy Waldbeere, Bio
375 g, gültig bis 15.10.2018

online

CUMULUS 20x PUNKTE

2.80

Alnatura Innere Kraft Zitrone-Ingwer, Bio
20 Beutel, gültig bis 15.10.2018

online

CUMULUS 20x PUNKTE

1.90

Alnatura Honig Reis Waffeln, Bio
3 x 32 g, gültig bis 15.10.2018

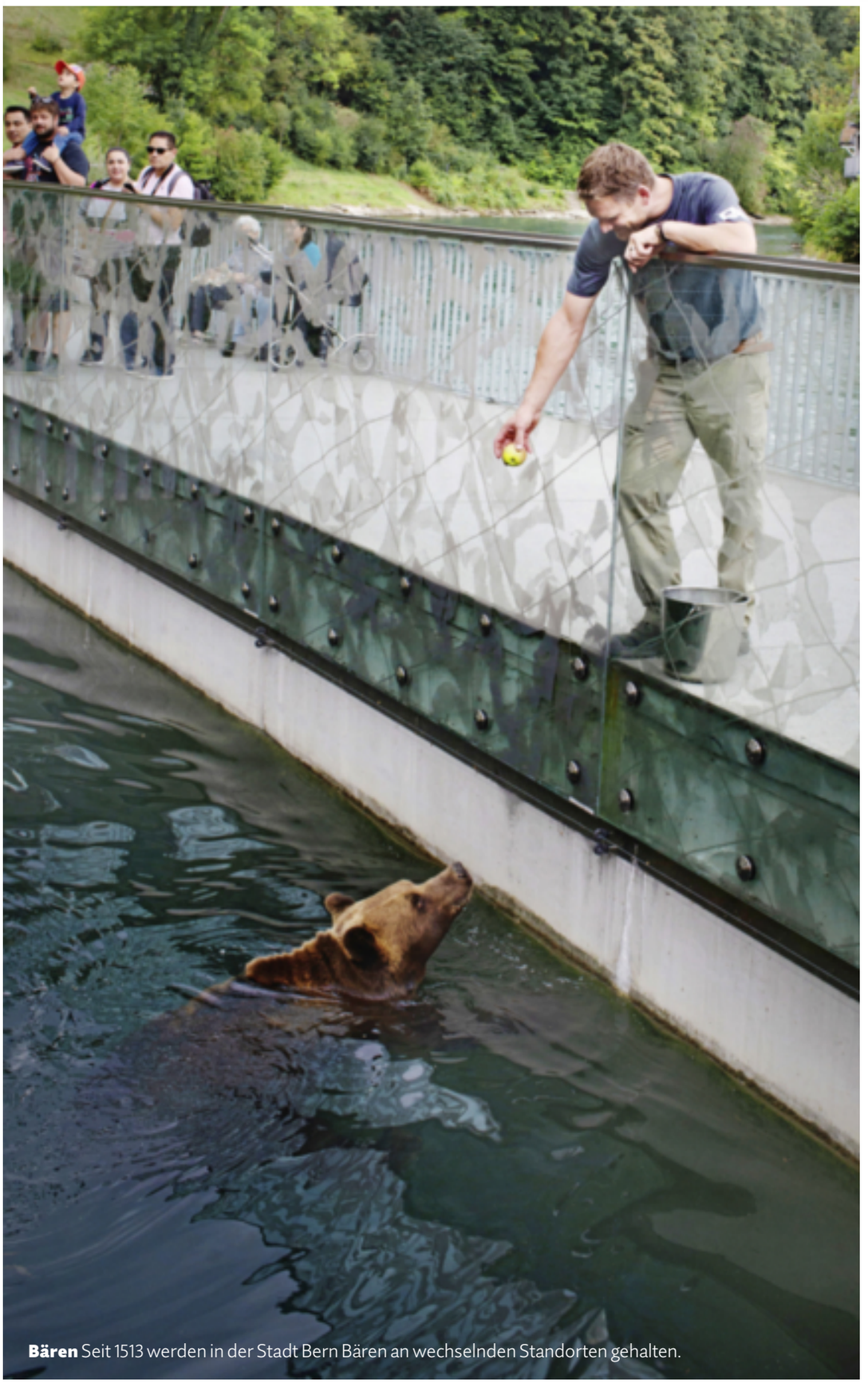
online

CUMULUS 20x PUNKTE

Alnatura Kokosöl nativ, Bio
220 ml, **4.60,** gültig bis 15.10.2018

MIGROS
Ein M besser.

Bei allen Angeboten sind bereits reduzierte Artikel ausgenommen.
ANGEBOTE GELTEN NUR VOM 2.10. BIS 15.10.2018, SOLANGE VORRAT



Bären Seit 1513 werden in der Stadt Bern Bären an wechselnden Standorten gehalten.

Bild: Daniel Auf der Mauer

«Ein Bärenleben müsste man haben!»

Andreas Maurer (40) betreut die Bären im Bärenpark Bern.

«Finn (12), Björk (17), Ursina (8) sind wohl die bekanntesten Tiere der Schweiz. Sie nehmen die vielen Besucher, die jeden Tag am Bärenpark stehen, gar nicht wahr – obwohl die sogar ihre Namen rufen. Ich bin seit sechs Jahren Tierpfleger im Tierpark Bern, zusammen mit vier Kollegen bin ich für die Bären zuständig. Wir misten das Gehege aus, füttern die Tiere und melden dem Tierarzt Auffälligkeiten. Ganz nah komme ich den Bären aber nie. Es ist immer mindestens ein Gitter zwischen uns, das nennt man eine ‹Hands-off-Beziehung›. Niemals darf ich vergessen, dass Bären Raubtiere sind. Sie sind nicht böswillig, haben aber viel Kraft.

Das Futter verstecke ich auf ihrem Gelände, während sie im alten Bärengraben sind. Das gibt ihnen etwas zu tun. Bei uns steht ein riesiger Honigtopf, 20 Liter haben darin Platz. Den Honig streichen wir an die Bäume oder auf Hölzer, die im Wasser schwimmen. So haben die Bären knifflige Aufgaben zu lösen. Es gibt auch Sellerie, Fenchel, Äpfel, Zwetschgen – wir achten auf saisonale Mahlzeiten. Fleisch mögen unsere Schützlinge ebenfalls. Sie bekommen Fisch, Poulet und manchmal sogar ganze Rehe. Die sind im Strassenverkehr umgekommen und werden uns von der Kantonspolizei gebracht. Finn, Björk und Ursina sind die meiste Zeit mit Fressen und der Suche nach Futter beschäftigt, ab und zu machen sie ein Nickerchen oder gehen baden. Ein Bärenleben müsste man haben.
Die Leute sollen wissen, dass die drei nicht unsere Kuscheltiere sind. Als ihr Pfleger wahre ich Distanz und Respekt. Trotzdem habe ich sie ins Herz geschlossen. Ich gebe zu: Björk, die alte Dame, habe ich besonders gern.» *(ls)*

100% Schweizer Mehl und Butter für feinsten Geschmack.

CUMULUS 20x PUNKTE

Anna's BEST

NEU

Ohne Palmöl.

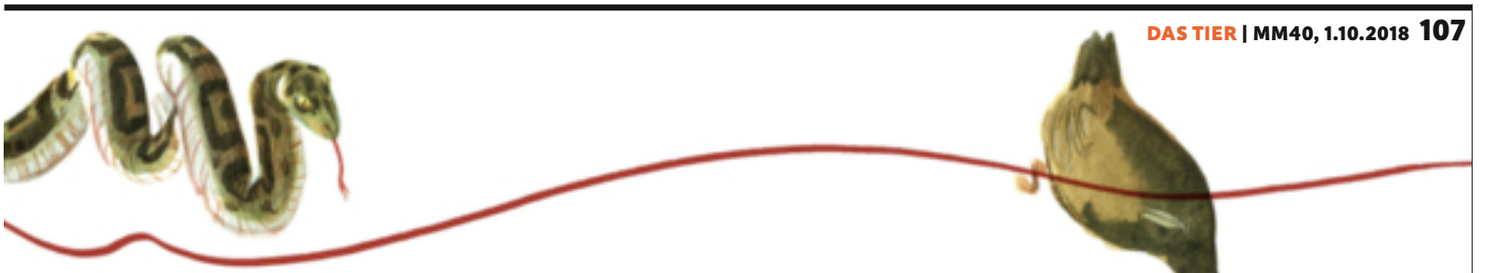
Anna's Best Butter-Kuchenteig und -Blätterteig, TerraSuisse
z.B. Butter-Kuchenteig, 300 g,
2.90, gültig bis 15.10.2018

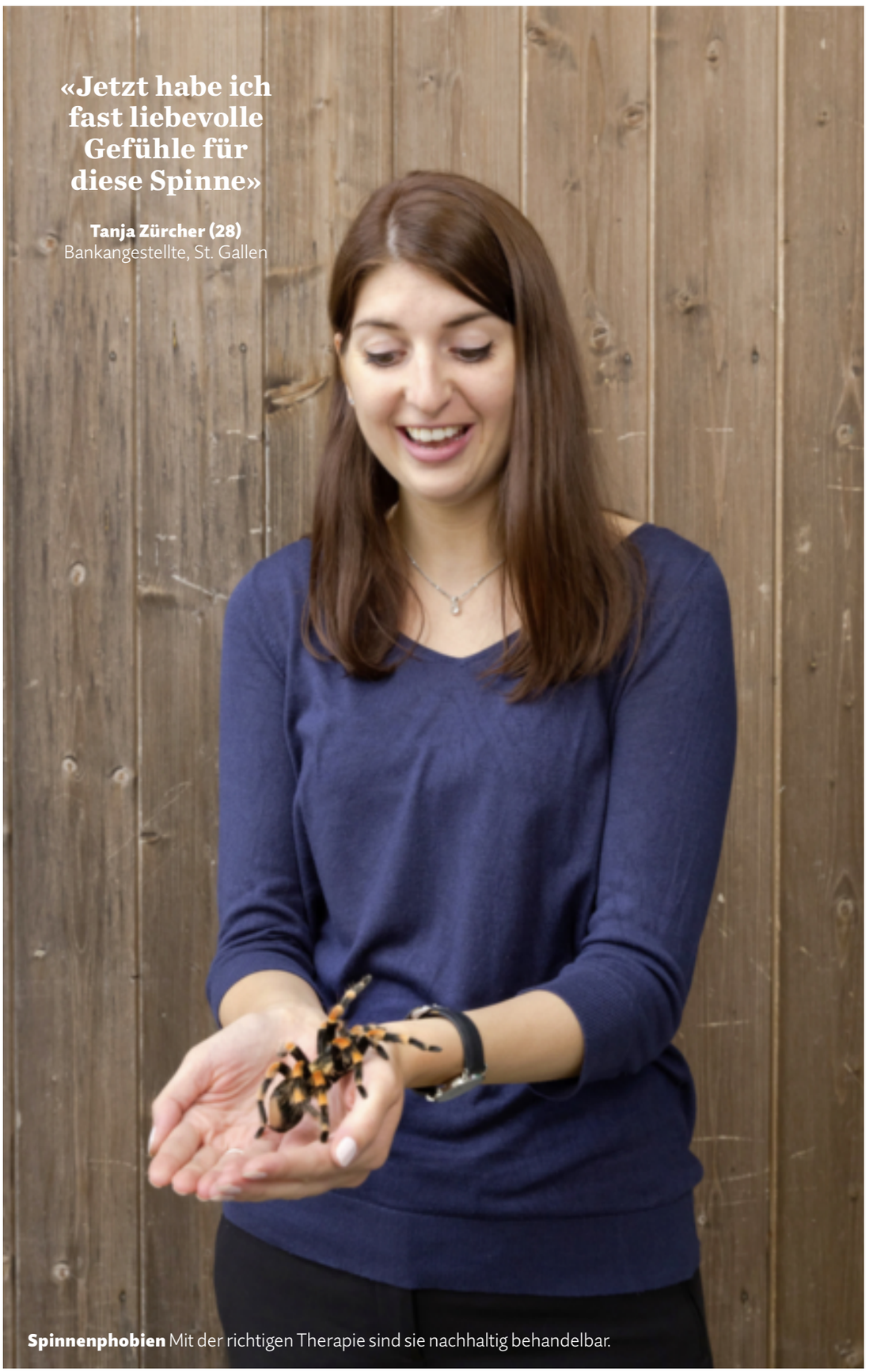
TERRASUISSE
Für Natur und Tier
Pour la nature et les animaux
Per la natura e gli animali

MIT DEN FEINEN BUTTERKUCHEN- UND BUTTERBLÄTTERTEIGEN VON ANNA'S BEST ZAUBERN SIE GANZ EINFACH FEINSTE WÄHEN HERVOR. Besonders bekömmlich sind auch die Zutaten: Die Teige enthalten 100% Schweizer Mehl und Butter nach TerraSuisse-Vorgaben und verzichten ausserdem komplett auf den Zusatz von Palmöl.

Bei diesem Angebot sind bereits reduzierte Artikel ausgenommen.
ANGEBOT GILT NUR VOM 2.10. BIS 15.10.2018, SOLANGE VORRAT

MIGROS
Ein M besser.





«Jetzt habe ich fast liebevolle Gefühle für diese Spinne»

Tanja Zürcher (28)
Bankangestellte, St. Gallen

Spinnenphobien Mit der richtigen Therapie sind sie nachhaltig behandelbar.

Bild: Salvatore Vinci

Als Tanja Zürcher wegen einer Spinne bei einer Hochzeit im Sommer in die hinterste Ecke der Kirche flüchten und die Zeremonie von dort aus verfolgen musste – stehend und zitternd vor Angst –, hatte sie genug: von ihrer Spinnenphobie und den damit verbundenen Einschränkungen. Darum sitzt die 28-jährige Bankangestellte aus St. Gallen an einem Morgen im September im «Angstseminar Spinnen», das der Zoo Zürich anbietet. Der Spinnenexperte Samuel Furrer und der Psychologe André Angstmann (er heisst wirklich so) führen durch vier Stunden, die das Leben der Teilnehmer verändern sollen.

Tanja Zürcher und zwölf weitere Phobiker schauen zunächst skeptisch. Einige von ihnen getrauen sich nicht in den Keller, weil dort Spinnen lauern, andere erschrecken schon ob des Fotos von einem Spinnentier. Mehrere Betroffene berichten, dass sie manchmal vor Panik weinen. Sie erhalten nun viele Infos: darüber etwa, wie Spinnen sich ernähren, paaren oder häuten. Dass die meisten davon ungefährlich sind. Dass Phobiker ihre Angst annehmen sollen und ihr Hirn ein wenig umprogrammieren können, indem sie dem Krabbeltier ein herziges Erscheinungsbild und einen lustigen Namen geben. Es resultieren Dinge wie «eine Spinne im Tütü namens Spidy».

Es funktioniert. Kurz nach zwölf Uhr nimmt Tanja Zürcher die Rotknievogelspinne Cassiopaia auf die Hände. Sie ist dem haarigen Tier unendlich dankbar für seine langsamen, eleganten Bewegungen. Sie sei «glücklich und stolz». «Fast liebevoll» seien ihre Gefühle für Cassiopaia. *(yh)*

«Läuse sind grosse Überlebens-künstler.»

Dora Meyer (52),
Lausexpertin und Pflegefachfrau, Thierachern BE

Wie sind Sie auf die Laus gekommen?
Ich trank einen Kaffee bei einer Freundin, als sie eine Laus auf meinem Kopf bemerkte. Es war das Jahr 2000, meine frisch eingeschulte Tochter hatte mich angesteckt. Als ich mich in der Apotheke beraten liess, hoffte ich, niemand würde es mitkriegen. Doch dann lernte ich, dass Läuse nichts mit mangelnder Hygiene zu tun haben – und in den Griff zu kriegen sind. Da sie immer wieder in der Schule auftauchten, untersuchten wir die Klassen zuerst mit dem Elternrat. Später erarbeiteten wir in Zusammenarbeit mit der Schulleitung und dem Schularzt mithilfe einer Fachperson ein Konzept, um den Läusen den Garaus zu machen. Dann wollten andere Gemeinden das Konzept übernehmen und instruiert werden, und so ist mein Einsatzgebiet ständig gewachsen.

Was fasziniert Sie an den Tierchen?
Läuse sind grosse Überlebenskünstler. Seit Jahrhunderten entwickeln Forscher Mittel gegen sie,

Kopfläuse Sie können mehrere Stunden unter Wasser überleben.

Bild: Ruben Wyttenbach

und dennoch sind sie einfach nicht auszurotten. An meiner Aufgabe schätze ich besonders den Kontakt mit den Kindern, ihren Eltern und den Lehrpersonen. Krabbeln die ersten Läuse auf den Köpfen, gehen die Emotionen hoch. Manche Eltern reagieren gestresst und beschuldigen sogar andere, manche sind richtig verzweifelt. Ich höre erst mal zu und unterstütze sie dabei, die Parasiten wieder loszuwerden.

Juckt es Sie nach Ihren Einsätzen bisweilen?
Ich hatte nach diesem einen Mal nie mehr Läuse. Die Tierchen können ja nicht springen, nur krabbeln. Damit sie von einem Haarschopf zum anderen wandern können, müssen zwei Menschen die Köpfe ja wirklich zusammenstecken. Führe ich Kontrollen durch, komme ich den Kindern nicht so nahe. An Weiterbildungskursen beginnt es die Teilnehmenden aber tatsächlich oft zu jucken: Das ist ein spannendes Phänomen. Mir selbst passiert das schon lange nicht mehr, und als Pflegefachfrau ekle ich mich auch nicht so schnell.

Wie viele Läuse haben Sie mittlerweile auf dem Gewissen?
Rechnet man die Lausbeauftragten mit ein, die ich über die Jahre ausgebildet habe, sind es bestimmt Abertausende.

Mit schulpflichtigen Kindern scheinen Läuse ständig Thema zu sein.
Die Leute sind heute sehr mobil und viel unterwegs. Kinder spielen vielleicht im Nachbardorf Fussball, verbringen Ferien in Lagern und feiern ihre Geburtstage gern mit Übernachtungspartys. So können sich Läuse gut verbreiten.

Was raten Sie Leuten, die befürchten, Läuse zu haben?
Cool bleiben, offen damit umgehen, die «Gspänli» und die Schule informieren und sich beraten lassen. Sich nicht schämen, genau so wenig wie für einen Mückenstich. Läuse sind lästig, aber ungefährlich – und man kriegt sie mit den geeigneten Massnahmen gut wieder weg. *(mom)*

Dora Meyer engagiert sich seit 2009 ehrenamtlich im Vorstand der Schweizerischen Gesellschaft der Kopflaus-Fachleute (SGFK). www.sgkf.ch

Anzeige

Hustenreiz, Halsschmerzen,
Heiserkeit
lindern mit
brumexx®

Brumexx® Pastillen schmecken angenehm nach Waldfrucht.
Mit ihrem natürlichen Zellschutzmolekül schützen sie die Schleimhaut mit einem Film und reduzieren Entzündungen. So lindern sie **Halsschmerzen, Schluckbeschwerden** und **Heiserkeit.**

In Apotheken und Drogerien. Info: www.brumexx.ch

Gesundheit

IMPLANTATE, ZAHNBEHANDLUNGEN ZAHNERSATZ in Ihrer Nähe, besser und günstiger als bei dentesana? **UNMÖGLICH!**
Gratis-Unterlagen: **www.dentesana.ch**
0844 802 310 - hd@dentesana.ch - WIR

HEVIZ / UNGARN
Thermalkuren & Zahnarzt-Besuch
9 Tage – wöchentl. Fahrten – immer Sa. bis So.
Im 3*/4* Hotel Verlangen Sie Unterlagen
info@bus-trip-reisen.ch 078 796 52 25

LUT RETTET LE EN

Erst wenns fehlt, fällts auf.

Herzlichen Dank allen Spendern. Neue Spender helfen mit, dass die Blutgruppen 0, A, B und AB auch in Zukunft nicht fehlen. Werden auch Sie Spender: **blutspende.ch**

BLUTSPENDE SRK SCHWEIZ
TRANSFUSION CRS SUISSE
TRASFUSIONE CRS SVIZZERA

20 % günstiger
#my closet

Erhältlich in folgenden Migros-Filialen:
Genossenschaft Basel: Dreispitz, Oberwil, Claramarkt, Paradies, Porrentruy L'Esp.
Genossenschaft Genève: Balexert, Vibert
Genossenschaft Luzern: Mall of Switzerland Ebikon
Genossenschaft Ticino: Locarno, Lugano, San Antonino
Genossenschaft Vaud: Yverdon, Romanel, Chablais Centre
Genossenschaft Valais: Monthey, Sion, Glis Simplon Center SM
Genossenschaft Zürich: Zürich City, Uster, Glatt

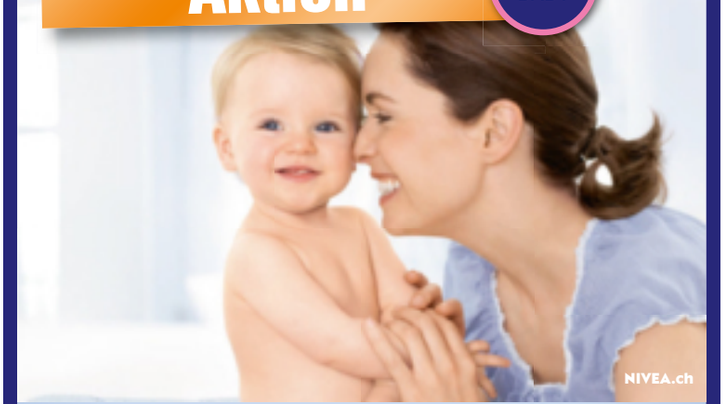
20 % **23.90** statt 29.90
Bustier
Polyamid mit Elasthan.

20 % **15.90** statt 19.90
Slip
Polyamid mit Elasthan.

AUF ALLE #MYCLOSET DAMENWÄSCHE PRODUKTE, ANGEBOT GILT NUR VOM 2.10. BIS 8.10.2018, SOLANGE VORRAT.

MIGROS
Ein M besser.

Aktion
NIVEA BABY



40%
NIVEA Baby Feuchttücher Refill 9er Vorteilspack
z.B. Soft & Cream, 9 × 63 Stk., **21.05** statt 35.10

3er-Pack
33%
NIVEA Baby Feuchttücher Toddies Refill, Trio-Pack, 3 × 60 Stk., **6.30** statt 9.45

AUF ALLE NIVEA BABY PFLEGE PRODUKTE IN MEHRFACHPACKUNG, NIVEA BABY PFLEGE PRODUKTE IN EINZELPACKUNG 20 % AB 2 STÜCK, ANGEBOTE GELTEN NUR VOM 2.10. BIS 15.10.2018, SOLANGE VORRAT

MIGROS
Ein M besser.

MONTE GENEROSO

KULINARISCHES FESTIVAL
Mendrisiotto und Basso Ceresio
Vom 1. Oktober bis zum 4. November 2018
jeden Tag Mittagessen im Restaurant "Fiore di pietra"

Ferrovia Monte Generoso SA | Via Lüera 1 | CH-6825 Capolago | +41(0)91 630 51 11 | info@montegeneroso.ch | montegeneroso.ch

MIGROS kulturprozent

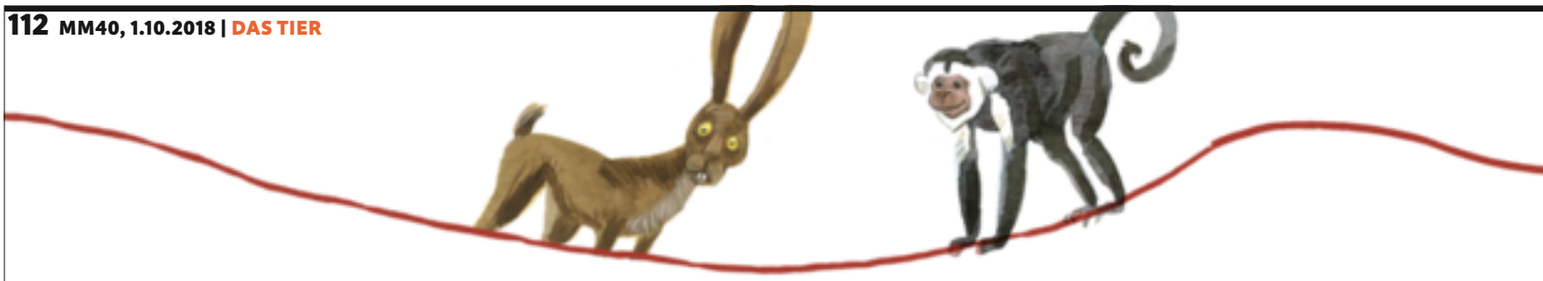
Landschildkröte 2014 lief Schildkröte Bertie Speed-Weltrekord mit 1,008 km/h.

Bild: Daniel Auf der Mauer

Mimi ist über 80 Jahre alt. Aber ihr genaues Alter kennt niemand. Die Schildkröte gehört seit Jahrzehnten zum Leben von Shalimar Gebert und ihrer Familie. Die Grossmutter kaufte das Reptil 1954 bei der Migros in Schwamendingen, als die Detailhändlerin in einer einmaligen Osteraktion 5000 Landschildkröten für fünf Franken anbot. «Ich besuchte Mimi als Kind regelmässig auf dem Bauernhof meiner Grosseltern. Schildkröten waren damals keine typischen Haustiere, das machte Mimi umso spezieller für uns alle.» Seit 14 Jahren lebt das Kriechtier nun bei Shalimar Gebert und ihrer Tante. Mittlerweile sind Geberts Töchter Cinja und Lana Mimis grösste Fans. Bald wird die Familie aber eine Weile auf ihre Migros-Schildkröte verzichten müssen. Der Winterschlaf naht. «Diese Zeit ist auch von der Angst begleitet, dass unsere alte Dame nicht mehr aufwachen könnte. Wir freuen uns deshalb jeden Frühling sehr, wenn Mimi wieder aus ihrem Schlafplatz kriecht.» *(tt)*

«Wir freuen uns jeden Frühling, wenn Mimi aus ihrem Schlafplatz kriecht.»

Shalimar Gebert (45)
Hairstylistin
Ebmatingen ZH



Lieblingstier

Aufs Tier gekommen

Mal ist es die positive Kraft der Schildkröte, mal der Charme eines sabbernden Hundes – fünf **Prominente** *sprechen über tierische Eigenschaften, die ihr Leben bereichern.*

Text: *Sabine Lüthi* **Bilder:** *Dan Cermak*

Dominic Deville (43), Komiker und Moderator

«So eigensinnig»

«Wie kann die **Katze** *nicht* Lieblingstier sein? Katzen sind elegant, klug, unabhängig, eigensinnig, immer gepflegt und top gestylt – und sie landen immer auf den Beinen. Ausserdem hat ihnen Helge Schneider mit ‹Katzenklo› ein grossartiges musikalisches Denkmal gesetzt. Und ich glaube, Katzen sind die einzigen Tiere, die *mich* mögen.»

Max Heinzer (31), Fechter

«Dynamisch»

«Ich bin ein passionierter Fischer, deshalb ist die **Seeforelle** mein Lieblingstier. Sie ist elegant und dynamisch und zudem ein ganz guter Speisefisch mit rosafarbenem Fleisch. Die Seeforelle lässt sich nur schwer fangen – oft braucht man dafür mehrere Tage. Eine Seeforelle in der Natur beobachten zu können, erfordert viel Glück. Sie ist ein aussergewöhnlicher Fisch, der im Winter die Schweizer Flüsse und Bäche hinaufwandert, um sich fortzupflanzen.»

Dominique Rinderknecht (29), Moderatorin

«Mein Krafttier»

«Ich war noch nicht lange in der Schule, als meine Mutter zu mir sagte: ‹Nenn ein Tier, bitte!› Ich antwortete: ‹Schildkröte!› Die **Schildkröte** ist für mich ein Krafttier geworden. Ich habe einen Glücksbringer mit einer Schildkröte drauf; er begleitete mich durch die Schul- und Studienzeit, und auch heute habe ich ihn manchmal bei mir. Ich habe auch schon mal eine hochgehoben. Mir käme es nie in den Sinn, Schildkrötensuppe zu essen – ich ernähre mich ja ohnehin vegan.»

Bilder: Getty Images (2), iStock (1)

Aktion

always

15%

Always Slipeinlagen
z.B. Fresh&Protect Normal,
Gigapack, 76 Stück,
4.00 statt 4.75

15%

Always Ultra Binden
z.B. Night mit Flügeln,
Vorteilspack, 18 Stück
3.70 statt 4.40

15%

Always Ultra Binden
z.B. Normal mit Flügeln,
Vorteilspack, 26 Stück
3.40 statt 4.05

3er-Pack
20%

Always Discreet Hygieneeinlagen*
z.B. Liners im Trio-Pack,
3x28 Stück, **12.45** statt 15.60

3er-Pack
20%

Always Discreet Hygieneeinlagen
z.B. Normal im Trio-Pack,
3x12 Stück, **12.45** statt 15.60

Duo-Pack
15%

Tampax Compak Tampons
z.B. Regular im Duo-Pack,
2x22 Stück **8.40** statt 9.90

MIGROS
Ein M besser.

*Erhältlich in grösseren Migros-Filialen.
ANGEBOTE GELTEN NUR VOM 2.10. BIS 15.10.2018, SOLANGE VORRAT

Vera Weber (43), Umweltaktivistin*

«So treuherzig»

«Eigentlich ist der Elefant mein Lieblingstier. Aber bei **Bernhardinerhund** Falco war es Liebe auf den ersten Blick. Schon meine Eltern hatten einen Bernhardiner; Cyril war mein bester Freund. Falco (6, Bild) ist der Hund eines Arbeitskollegen, ich sehe ihn praktisch täglich. Wie alle Bernhardiner sabbert Falco leidenschaftlich gern, vor allem wenn man vor ihm ein Stück Käse isst. Er sabbert alles voll: Wände, Bilder – uns. Wir können es ihm nicht übelnehmen, er ist so treuherzig. Wir nennen ihn Schnüfeli, weil er immer so ‹schnüfelet›. Wenn ich ihn streichle, ist er im Himmel. Wenn ich aufhöre, hebt er den Kopf und blickt mich vorwurfsvoll an.»

* Präsidentin der Tier- und Naturschutzstiftung Franz Weber

Marco Fritsche (42), Moderator

«Ein Bockgrind»

«Da ich im Tierkreiszeichen **Steinbock** geboren wurde, hatte ich schon früh eine gute Beziehung zu diesem edlen Tier. Denn Steinbockzeit hiess immer auch: ‹Es get Gschenkli›. Ich habe auch Gemeinsamkeiten mit dem Tier: Meine Mutter behauptet nämlich schon seit meiner frühesten Kindheit – zumindest wenn ich sie mal wieder zur Weissglut getrieben habe –, ich sei ein ‹Bockgrind›. Wer schon mal einen Steinbock gesehen hat und die Gelassenheit dieses ‹Königs der Berge› beobachten konnte, wird mir recht geben, wenn ich behaupte, dass er wohl am ehesten den erhabenen Löwen in Afrika gleichkommt.»

Bild: Shutterstock

excellence
Flussgenuss vom Reisebüro Mittelthurgau

Christa Rigozzi
Botschafterin für
Excellence Flussreisen

NEU 2019 – Donau und Donaudelta mit dem Luxus-Flussschiff Excellence Melodia

Liebe Flussfahrt-Freunde

Die Flusslandschaften der Donau kann man immer wieder neu entdecken. Keine Reise ist wie die andere. Die Donauländer auf dem Weg zum faszinierenden Delta am Schwarzen Meer erfinden sich immer neu. Auch das Wetter und die Jahreszeit zeigen den Fluss in stets neuem Licht. Ich freue mich, Ihnen heute zwei besondere Flussreisen anzubieten. Dies zu einem erstaunlichen Preis, denn mit der Excellence Melodia ist ein Flussschiff mit innovativer Twincruiser-Technik Ihre Gastgeberin. Willkommen auf der Donau.

Wir, die Schweizer Schiffsreisenmacher der ersten Stunde haben zwei fantastische Routen für Sie kreiert. Flussreisen wo alles stimmt: Qualität, Service und Preis.

Herzliche Grüsse, Ihr

Stephan Frei
Geschäftsleiter

Ihr Reiseprogramm Donaudelta (10 Tage)

Tag 1 Schweiz > Wien. Busanreise nach Wien. Die Excellence Melodia heisst Sie willkommen.

Tag 2 Wien. Servus in Wien! Stadtrundfahrt* durch die charmante Donaumetropole mit den bekannten Sehenswürdigkeiten.

Tag 3 Budapest. Die «Königin der Donau» entstand 1873 aus Buda und Pest. Begegnen Sie Budapests prachtvollen Bauten auf einer Stadtrundfahrt*.

Tag 4 Mohacs > (Pecs). Ausflug nach Pecs am Fuss des Mecsek-Gebirges. Nachmittags entspannen Sie an Bord.

Tag 5 Belgrad. Vormittags Rundfahrt* durch die dynamisch-junge Hauptstadt Serbiens. Nachmittags Ausflug in die idyllischen Landschaften um Topola und Oplenac (Fr. 38).

Tag 6 Passage Eisernes Tor. Tag an Bord. Die Excellence Melodia passiert das Eiserne Tor – ein Höhepunkt. In einmaliger Naturlandschaft ragen steile Gebirgszüge auf. Es folgt eine ruhige Fahrt durch die Ausläufer der Karpaten. Der Schriftsteller Catalin Florescu gibt einen Einblick in Geschichte und Kultur Rumäniens.

Tag 7 Vidin. Sie besuchen heute Belogradschik* mit der byzantinischen Festung aus dem 6. Jh.

Tag 8 Giurgiu > Oltenita. Ganztagesausflug* nach Bukarest. Stadtrundfahrt und Mittagessen in typischem Restaurant.

Tag 9 Tulcea > St. Georgs-Kanal/Donaudelta. Vormittags Bootsfahrt* im Delta. Am Nachmittag passiert die Excellence Melodia den Stromkilometer Null. Der St. Georgs-Kanal ist der längste, windungsreichste und einer der schönsten Mündungsarme im Donaudelta – Heimat einzigartiger Vogel- und Pflanzenarten.

Tag 10 Tulcea > Constanta > Schweiz. Auf einem Ausflug entdecken Sie noch einmal die Welt des Donaudeltas. Anschliessend Flughafen-Transfer nach Constanta und Flug nach Zürich.

Route 2 Tulcea–Wien

Reise in umgekehrter Richtung mit leicht geändertem Programm. Anstelle des fakultativen Ausflugs Topola & Oplenac kann Novi Sad besichtigt werden.
Detailprogramm auf Anfrage.

* Ausflugspaket

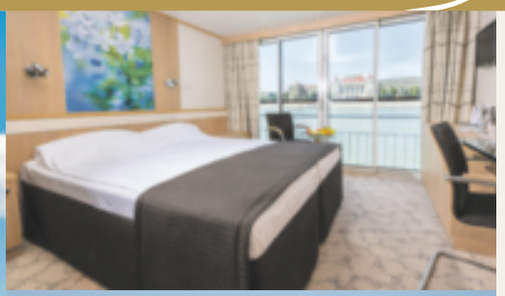
Jetzt bestellen:
Katalog «Reisen auf dem Fluss 2019»!

Reisebüro Mittelthurgau Fluss- und Kreuzfahrten AG · Oberfeldstr. 19 · 8570 Weinfelden · Tel. +41 71 626 85 85 · info@mittelthurgau.ch

Direktflug ins Donaudelta

Donaudelta 10 Tage ab Fr. 1995.–
inkl. An-/Rückreise und Vollpension an Bord

Donau 8 Tage ab Fr. 1495.–
inkl. An-/Rückreise und Vollpension an Bord



Bus zum Fluss
Mittelthurgau Reiseleitung
Exklusive Landausflüge
Das «Flüster»-Flussschiff

Reisedaten 2019

Donaudelta 10 Tage

Route 1 Wien–Tulcea
09.04.–18.04.° • 12.08.–21.08. • 20.09.–29.09.°

Route 2 Tulcea–Wien
18.04.–27.04.° • 24.06.–03.07. • 21.08.–30.08.° • 29.09.–08.10.

Donau 8 Tage
27.04.–04.05.* • 04.05.–11.05. • 11.05.–18.05. • 18.05.–25.05. • 25.05.–01.06. • 01.06.–08.06. • 08.06.–15.06.* • 30.08.–06.09.* • 06.09.–13.09. • 13.09.–20.09.*

° Ein- bzw. Ausschiffung in Weissenkirchen
* Ein- bzw. Ausschiffung in Grein

Preise pro Person

Kabinentyp	Katalogpreis Fr.	Sofortpreis Fr.
Donaudelta 10 Tage		
Deluxe 2-Bett, HD	2895.–	**1995.–**
Standard Doppel, frz. Balkon, MD	3395.–	**2495.–**
Deluxe 2-Bett, frz. Balkon, MD	3995.–	**2995.–**
Standard Doppel, frz. Balkon, OD	4125.–	**3095.–**
Deluxe 2-Bett, frz. Balkon, OD	4795.–	**3595.–**
Donau 8 Tage		
Deluxe 2-Bett, HD	1995.–	**1495.–**
Standard Doppel, frz. Balkon, MD	2260.–	**1695.–**
Deluxe 2-Bett, frz. Balkon, MD	2525.–	**1895.–**
Standard Doppel, frz. Balkon, OD	2660.–	**1995.–**
Deluxe 2-Bett, frz. Balkon, OD	2925.–	**2195.–**

Sofortpreis mit beschränkter Verfügbarkeit

Zuschläge Donaudelta

- Reisen Wien–Tulcea **155.–**
- Alleinbenützung Standard Mittel-/Oberdeck **555.–**
- Alleinbenützung Deluxe Kabinen **1155.–**
- Königsklasse-Luxusbus **335.–**
- Flug Constanta–Zürich oder v.v. in Business Class **195.–**
- Ausflugspaket mit 7 Ausflügen **248.–**

Zuschläge Donau

- Alleinbenützung Standard Mittel-/Oberdeck **555.–**
- Alleinbenützung Deluxe Kabinen **895.–**
- Königsklasse-Luxusbus **255.–**
- Ausflugspaket mit 6 Ausflügen **204.–**

Unsere Leistungen

- An-/Rückreise im Komfort-Reisebus
- Mittelthurgau Fluss-Plus: Busbegleitung während der ganzen Reise
- Flug Constanta–Zürich oder v.v. (Donaudelta)
- Ausflug Tulcea (Donaudelta)
- Excellence Flussreise mit Vollpension an Bord
- Free WiFi an Bord (exkl. Donaudelta-Reisen)
- Mittelthurgau-Reiseleitung

Nicht inbegriffen

- Auftragspauschale pro Person Fr. 20.–
- Persönliche Auslagen, Getränke, Trinkgelder, Ausflüge
- Sitzplatz-Reservation Car 1.–3. Reihe
- Kombinierte Annullationskosten- und Extrarückreiseversicherung auf Anfrage

Abfahrtsorte

Burgdorf P, Basel SBB, Pratteln P, Aarau SBB, Baden-Rütihof P, Zürich-Flughafen, Reisebusterminal P, Winterthur-Wiesendangen SBB; Wil P – Abfahrtszeiten auf Anfrage erhältlich.

Internet Buchungscode

www.mittelthurgau.ch **Donaudelta** **emvie1/emtul1**
Donau **empas1**

IM18_093

Ihr Reiseprogramm Donau (8 Tage)

Tag 1 Schweiz > Passau. Busanreise nach Passau. Um 17:30 Uhr legt die Excellence Melodia ab.

Tag 2 Melk > Wien. Sie besichtigen heute das Benediktinerstift* in Melk mit seiner schönsten Barockkirche nördlich der Alpen. Abends Ankunft in Wien. Fahrt zum Heurigen (Fr. 38) oder Klassisches Konzert (Fr. 80).

Tag 3 Wien. Servus in Wien! Stadtrundfahrt* inkl. Besuch in einem traditionellen Wiener Kaffeehaus. Nachmittags Ausflug ins Burgenland mit Weindegustation und Rundgang in Rust am Neusiedlersee (Fr. 48).

Tag 4 Budapest. Vormittags Ankunft in der Hauptstadt Ungarns. Ausflug* in die nahe gelegene Apajpuszta auf eine typisch ungarische Czarda. Am Abend Folkloreprogramm (Fr. 45).

Tag 5 Budapest > Esztergom. Vormittags Rundfahrt*. Am Nachmittag Ausflug zum Donauknie (Fr. 43). Der Bus bringt Sie nach Esztergom zu einem Aussichtspunkt – ein herrlicher Blick auf das Donauknie erwartet Sie.

Tag 6 Bratislava. Altstadtführung* in Bratislava inkl. Bierprobe. Nach dem Mittag Ausflug zum Nationalpark Donauauen (Fr. 38).

Tag 7 Dürnstein. Dürnstein liegt inmitten von Weinbergen der Wachau. Rundgang* im Städtchen. Am Nachmittag Ausflug zur Burgruine Aggstein (Fr. 40) oder fahren Sie mit dem Velo der Donau entlang (Fr. 60).

Tag 8 Passau > Schweiz. Am Morgen erreichen Sie Passau. Nach dem Frühstück Busrückreise zu Ihrem Abreiseort.

* Ausflugspaket.
Das Ausflugspaket kann nur im Voraus gebucht werden. Sie sparen mindestens 20%. Buchung einzelner Ausflüge an Bord möglich.

Auf der elegant-luxuriösen **Excellence Melodia** erwartet Sie ein erholsames und besonders ruhiges Reisevergnügen dank innovativer Schiffstechnologie. Geräumige Decks, gute Küche im behaglichen Panoramarestaurant, Lounge mit Bar, Cigar-Lounge und der Wellnessbereich mit Whirlpool und Sauna bieten Ihnen alles für Ihr Wohlbefinden. Die grosszügigen Kabinen Standard 12m² mit Sofabett und Deluxe 15m² mit trennbarem Doppelbett bieten viel Komfort. Mittel- und Oberdeck-Kabinen sind mit französischem Balkon ausgestattet, die Kabinen auf Hauptdeck mit nicht zu öffnendem Fenster. Alle Kabinen mit WC/Dusche, Klimaanlage, Föhn, Safe, Stromanschluss 220 V. **Willkommen an Bord!**

Gratis-Buchungstelefon **Online buchen**
0800 86 26 85 · www.mittelthurgau.ch

REISEBÜRO
MITTELTHURGAU
Die Schiffsreisenmacher

Damit AOP- und IGP-Produkte entstehen, braucht es Tradition und Herkunft, Menschen und ihr Handwerk. Nur wenige Schweizer Produkte werden so hergestellt und tragen die geschützten Qualitätszeichen AOP und IGP. **www.aop-igp.ch**

Schweiz. Natürlich.

Appellation d'origine protégée / Indication géographique protégée

20% günstiger

L'ORÉAL PARIS

ab 2 Einheiten **20%**

z.B. *Maske Tonerde
ab 2 Einheiten,
11.05 statt 13.80,
gültig bis 15.10.2018

ab 2 Einheiten **20%**

z.B. *Age Perfect Pro-Calcium
Festigende Rosé-Creme Tag, ab 2 Einheiten,
18.- statt 22.50,
gültig bis 15.10.2018

ab 2 Einheiten **20%**

z.B. *Age Perfect Renaissance Cellulaire Serum, ab 2 Einheiten,
21.20 statt 26.50,
gültig bis 15.10.2018

ab 2 Einheiten **20%**

z.B. Revitalift Filler
Anti Aging Tagespflege, ab 2 Einheiten,
20.65 statt 25.80,
gültig bis 15.10.2018

*Erhältlich in grösseren Migros-Filialen.
AUF DAS GESAMTE GESICHTSPFLEGESORTIMENT VON L'ORÉAL PARIS MIT AUSNAHME VON MEN EXPERT AB DEM KAUF VON 2 PRODUKTEN ANGEBOT GILT NUR VOM 2.10. BIS 15.10.2018, SOLANGE VORRAT

MIGROS
Ein M besser.

Yeti Migo trifft auf Mensch Percy – zu beider Überraschung.

Glücksgriff

Das Migros-Magazin und «Warner Bros. Pictures» verlosen **40 Pakete mit vielfältigem Inhalt** zum Film «Smallfoot – Ein eisigartiges Abenteuer».

Bilder: © 2018 Warner Bros. Ent. All Rights Reserved

Glücksgriff

Junger Yeti entdeckt die Menschheit

Ein Film stellt eine Legende auf den Kopf: Migo, ein aufgeweckter junger Yeti, entdeckt etwas, das es angeblich gar nicht gibt – einen Menschen. Die Neuigkeit von diesem sagenumwobenen «Smallfoot» löst unter den Yetis Unruhe aus und macht sie neugierig auf die Welt jenseits ihres verschneiten Dorfs. Der Beginn einer noch nie da gewesenen Geschichte über Freundschaft, Mut und Entdeckerfreude …

«Smallfoot – Ein eisigartiges Abenteuer» ist ein Film für die ganze Familie und trumpft mit Originalmusik und Starbesetzung auf. Wunderschön animierte Schneelandschaften, witzige Figuren und eine herzergreifende Geschichte über Freundschaft und Vorurteile gegenüber Anderem verzaubern Klein wie Gross. Denn das Herz von «Smallfoot» Percy ist definitiv am richtigen Fleck.

Regie bei «Smallfoot – Ein eisigartiges Abenteuer» führt Karey Kirkpatrick, der für «Ab durch die Hecke» einen Annie gewann und für die Drehbücher zu «Chicken Run – Hennen rennen» und «James und der Riesenpfirsich» Annie-Nominierungen erhielt. «Smallfoot – Ein eisigartiges Abenteuer» läuft ab 11. Oktober überall in den Kinos. MM

Weitere Infos: www.smallfootderfilm.ch

Verlosung

Mitmachen und gewinnen

Preisfrage:

Wer ist mit «Smallfoot» gemeint?

So machen Sie mit:

- **Per Telefon:** Wählen Sie 0901 591 912 (1 Fr./Anruf) und nennen Sie Ihre Lösung, Ihren Namen und Ihre Adresse.
- **Per SMS:** Senden Sie eine SMS mit dem Text GLÜCK, dem Lösungswort, Ihrem Namen und Ihrer Adresse an die Nummer 920 (1 Fr./SMS). *Beispiel: GLÜCK, Lösungswort, Beat Beispiel, Beispielstrasse 1, 9999 Exempelstadt*
- **Per Postkarte:** Senden Sie eine Postkarte (A-Post) mit Ihrem Lösungswort und Ihrer Adresse an Migros-Magazin, «Smallfoot», Postfach, 8099 Zürich
- **Online:** www.migrosmagazin.ch/wettbewerbe

Einsendeschluss: 7. Oktober 2018

Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Es erfolgt keine Barauszahlung, der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Über die Verlosung wird keine Korrespondenz geführt. Mitarbeitende des Migros-Genossenschafts-Bundes sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Mehrfachteilnahmen sind nicht erlaubt und werden vom Wettbewerb ausgeschlossen. Preise, die nicht bis spätestens drei Monate nach Ziehung durch den Gewinner bezogen werden, verfallen ersatzlos.

20%

39.90 statt 49.90

z.B. Beauty Lift BH
für natürlich runde Brüste

MIGROS
Ein M besser.

20%

43.80 statt 54.80

z.B. Wonderbra Ultimate Strapless
passend für jedes Outfit

MIGROS
Ein M besser.

20%

2.55 statt 3.20

Labello Original
2 x 4.8 g

20%

4.75 statt 5.90

Labellino Raspberry & Red Apple*
1 x 7 g

*Erhältlich in grösseren Migros-Filialen.

AUF ALLE LABELLO PRODUKTE, ANGEBOTE GELTEN NUR VOM 2.10. BIS 15.10.2018, SOLANGE VORRAT

MIGROS
Ein M besser.

8 für 6

7.80 statt 10.40

Coca-Cola, Coca-Cola zero, Coca-Cola light
8 × 500 ml

AUF ALLE COCA-COLA 8 × 500 ML PRODUKTE, ANGEBOT GILT NUR VOM 2.10. BIS 8.10.2018, SOLANGE VORRAT

MIGROS
Ein M besser.

Glücksgriff

Das Biohotel «der daberer» in Kärnten, Österreich, liegt in der weltweit ersten Slow-Food-Travel-Region.

Das Migros-Magazin und «der daberer. das biohotel» verlosen **zwei Hotelaufenthalte** im Wert von je 1500 Franken.

Glücksgriff

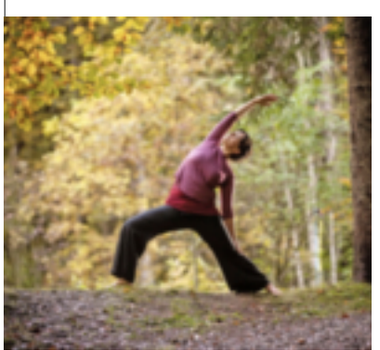
Leidenschaft im Grünen

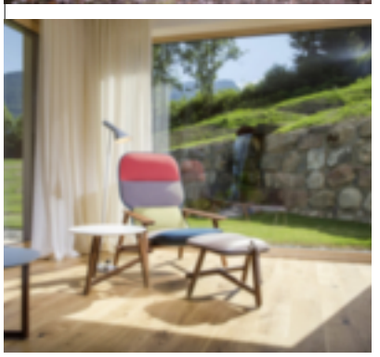
Sie sind eine Familie, die Daberers. Ihr Lebensstil und ihr Hotel stehen für Bio. Das Vier-Sterne-Superior-Haus liegt ein wenig versteckt im wohltuenden, verträumten Abseits: im Gailtal in Kärnten, Österreichs südlichstem Bundesland, mit grossartigem Blick über das Tal. Das Biohotel ist eine Einladung, sich zurückzuziehen, innezuhalten, aus der Ruhe heraus Ideen reifen zu lassen und den Blick weit zu machen.

Vom Bio-Pionier ist «der daberer» zum Leitbetrieb geworden, in dem sich die Region widerspiegelt. Das Wasser kommt aus der Quelle hinter dem Haus. Die Bioweine aus dem Alpen-Adria-Dreiländereck. Die Köstlichkeiten kommen von den Nachbarn – denen im Tal, im Friaul und in Slowenien. Überhaupt ist Nachbarschaft ein grosses Thema in der ersten Slow-Food-Travel-Region der Welt, die für genussvolles, bewusstes und regionales Essen steht.

Nach der letzten Hotelerweiterung gehen das Draussen und das Drinnen ineinander über. Die sonnige Terrassenlage des Hotels lädt zu einem «Blick-Spaziergang» ein. Alles beim «der daberer» findet in besonderer Atmosphäre statt: Vorne der Ausblick, dahinter der Wald – das schafft Lieblingsplätze. Drinnen gibt es Yoga im stimmungsvollen Yogaraum, das ganze Jahr hindurch vier- bis fünfmal pro Woche. Und «bio.yogaretreats» finden mit wechselnden Expertinnen mehrere Wochen im Jahr statt. Draussen in der Natur gibt es so vieles. MM

Weitere Infos: biohotel-daberer.at





Verlosung

Mitmachen und gewinnen

Preisfrage:

In welchem Land liegt Kärnten?

So machen Sie mit:

- **Per Telefon:** Wählen Sie 0901 560 039 (1 Fr./Anruf) und nennen Sie Ihre Lösung, Ihren Namen und Ihre Adresse.
- **Per SMS:** Senden Sie eine SMS mit dem Text GEWINNEN, dem Lösungswort, Ihrem Namen und Ihrer Adresse an die Nummer 920 (1 Fr./SMS). *Beispiel: GEWINNEN, Lösungswort, Beat Beispiel, Beispielstrasse 1, 9999 Exempelstadt*
- **Per Postkarte:** Senden Sie eine Postkarte (A-Post) mit Ihrem Lösungswort und Ihrer Adresse an Migros-Magazin, «der daberer», Postfach, 8099 Zürich
- **Online:** www.migrosmagazin.ch/wettbewerbe

Einsendeschluss: 7. Oktober 2018

Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Es erfolgt keine Barauszahlung, der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Über die Verlosung wird keine Korrespondenz geführt. Mitarbeitende des Migros-Genossenschafts-Bundes sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Mehrfachteilnahmen sind nicht erlaubt und werden vom Wettbewerb ausgeschlossen. Preise, die nicht bis spätestens drei Monate nach Ziehung durch den Gewinner bezogen werden, verfallen ersatzlos.

20% günstiger

sloggi

20%

18.30 statt 22.90

z.B. **sloggi Zero Microfibre Hipster**

Erhältlich in grösseren Migros-Filialen.

AUF ALLE SLOGGI PRODUKTE. ANGEBOTE GELTEN NUR VOM 2.10. BIS 8.10.2018, SOLANGE VORRAT

MIGROS
Ein M besser.

50% günstiger

Energizer

POWERSEAL TECHNOLOGY

Schützt* Ihre Geräte!

Energizer

Hörgerätebatterien

- Enthalten kein Quecksilber
- Erhältlich in den Grössen 10, 13, 312 und 675

Verbrauchte Batterien müssen der Verkaufsstelle zurückgebracht werden.
*für bis zu 2 Jahre gegen Auslaufen von vollständig aufgebrauchten Batterien.

50%

7.95 statt 15.90

Energizer Hörgerätebatterien
z. B. Energizer Typ 312, 8er Pack

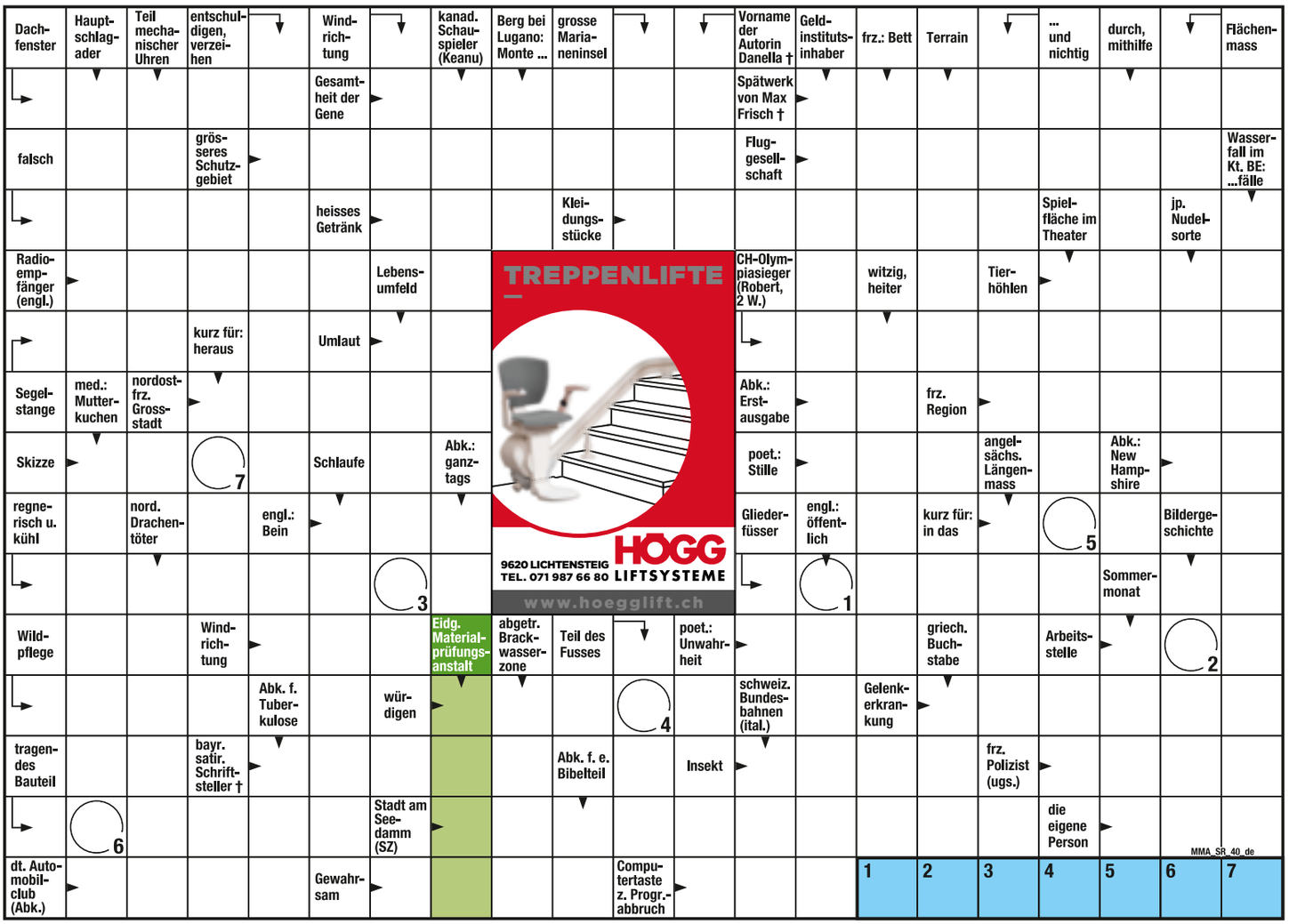
Erhältlich in grösseren Migros-Filialen.

ANGEBOT GILT NUR VOM 2.10. BIS 15.10.2018, SOLANGE VORRAT

MIGROS
Ein M besser.

Migros-Geschenkkarten zu gewinnen!

Lösen Sie das Kreuzworträtsel und gewinnen Sie eine von **5 Migros-Geschenkkarten im Wert von je 100 Franken.** Für die grüne Zusatzlösung winken **5 Migros-Geschenkkarten im Wert von je 50 Franken.**



TREPPENLIFTE
HÖGG
9620 LICHTENSTEIG
TEL. 071 987 66 80
LIFTSYSTEME
www.hoegglift.ch

So nehmen Sie teil:

Hauptpreis (blaues Lösungswort)
Tel: 0901 560 041 (Fr. 1.–/Anruf)
SMS: Senden Sie MMD1, gefolgt vom Lösungswort, Ihrem Namen und Ihrer Adresse an die 920 (Fr. 1.–/SMS), Bsp.: MMD1 SOMMER. Hans Muster, Musterweg 22, 8000 Musterdorf
Internet: www.migrosmagazin.ch/wettbewerbe
Postkarte: (A-Post): Migros-Magazin, Kreuzworträtsel, Postfach, 8074 Zürich

Zusatzpreis (grünes Wort)
Tel: 0901 560 065 (Fr. 1.–/Anruf)
SMS: Senden Sie MMD5, gefolgt vom Lösungswort, Ihrem Namen und Ihrer Adresse an die 920 (Fr. 1.–/SMS), Bsp.: MMD5 WINTER. Hans Muster, Musterweg 22, 8000 Musterdorf

Chancengleiche WAP-Teilnahme ohne Zusatzkosten http://m.vpch.ch/MMD12315 (gratis übers Handynetz)
Teilnahmeschluss: Sonntag, 7.10.2018, 24 Uhr

Gewinner Nr. 38:

Hauptpreis:
Rosmarie Koller-Wolfisberg, Grosswangen LU; Werner Bieri, Rütihof AG; Marianne Rüd, Weisslingen ZH; Andrea Gasser, Ibach SZ; Daniel Oertli, Winterthur ZH

Zusatzpreis:
Lieselotte Lanfranchi, Saland ZH; Francine Zimmermann, Wattenwil BE; Liliane Kilchör, Englisberg BE; Priska Frei, Brunegg AG; Hedy Schmidli, Walenstadt SG

Auflösung Nr. 39: HERZENSSACHE

Teilnahmebedingungen: Über die Verlosung wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Keine Barauszahlung. Computergesteuerte Massenteilnahmen sind nicht gewinnberechtigt. Die Mitarbeitenden der Migros-Medien sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Gewinner werden schriftlich benachrichtigt und mit Namen und Wohnort veröffentlicht.

AUF DAS GESAMTE MASCARA SORTIMENT VON COVERGIRL AB EINEM KAUF VON 2 STÜCK
ANGEBOT GILT NUR VOM 2.10. BIS 15.10.2018, SOLANGE VORRAT

Kabul, Afghanistan. IKRK Rehabilitationszentrum.

IHR TESTAMENT, UNSER EINSATZ, FÜR EIN LEBEN JENSEITS DES KRIEGES.

Helfen Sie uns, unschuldigen Kindern, die von Konflikten betroffen sind, wieder eine Zukunft zu schenken. Mit einer Spende in Ihrem Testament ermöglichen Sie uns, für zukünftige Generationen da zu sein. Für weitere Informationen, kontaktieren Sie: Marie-Jo Girod, Leiterin Spenden & Legate, Tel.: 022 730 33 76, E-Mail: mgirodblanc@icrc.org

Oder füllen Sie noch heute diesen vertraulichen Coupon aus. Herzlichen Dank!

☐ Bitte schicken Sie mir ausführlichere Informationen über eine Spende an das IKRK in meinem Testament.

Anrede _____ Name _____

Vorname _____

Adresse _____

_____

PLZ _____ Ort _____

Bitte zurückschicken an:
Marie-Jo Girod
Leiterin Spenden & Legate
Internationales Komitee vom Roten Kreuz
Avenue de la Paix 19, 1202 Genf
MMA102018

COMITÉ INTERNATIONAL GENÈVE
IKRK

Gewinnen Sie eine von 6 Migros-Geschenkkarten im Wert von je 100 Franken!

Quiz

Ermitteln Sie für jede Quizfrage den richtigen Lösungsbuchstaben. Der Reihe nach in die acht Lösungsfelder eingetragen, ergibt sich das Lösungswort.

1. Wie bezeichnet man das Klima, das in der Schweiz vorherrscht?

N saumässig **B** gemässigt **D** übermässig

2. Wenn man spontan reagiert, kommt dies oft aus dem hohlen ...

E Zahn **I** Kopf **O** Bauch

3. Wie nennt man im Volksmund das Wundscheuern an den Oberschenkeln?

S Hund **D** Wolf **T** Luchs

4. Was bezeichnet einen Tanz, aber auch ein Musikstück im 4/4-Takt?

E Schottisch **Z** Finnisch **I** Russisch

5. Wo liegt der längste Strand der Welt?

G Indien **N** Brasilien **W** Frankreich

6. Aus welchem Grund ist die Kirche von Zillis berühmt?

U Altar **M** Kirchenschiff **S** Kirchendecke

7. Gegen wen verfügte Napoleon Bonaparte 1806 eine Kontinentalsperre?

E Grossbritannien **T** Deutschland **R** Russland

8. Als angeblich hässlichste Farbe der Welt gilt ...

N Ral Grey 13 **E** Pantone 448C **K** HKS 1122

Lösungswort:

1	2	3	4	5	6	7	8

3 × 100 Franken zu gewinnen

So nehmen Sie teil:

Tel: 0901 560 042 (Fr. 1.–/Anruf)
SMS: Senden Sie MMD2, gefolgt vom Lösungswort, Ihrem Namen und Ihrer Adresse an die 920 (Fr. 1.–/SMS), Bsp.: MMD2 TASTSINN. Hans Muster, Musterweg 22, 8000 Musterdorf
Postkarte: (A-Post): Migros-Magazin, Quiz, Postfach, 8074 Zürich
Internet: www.migrosmagazin.ch/wettbewerbe

Teilnahmeschluss:
Sonntag, 7.10.2018, 24 Uhr

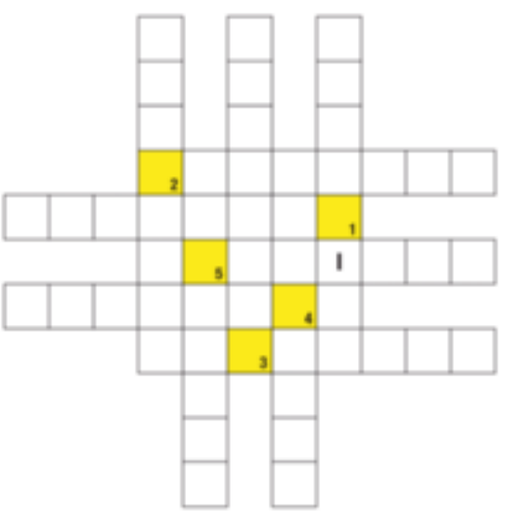
Teilnahmebedingungen:
auf der ersten Rätselseite

Auflösung Nr. 39:
ZYPRESSE

Gewinner Nr. 38:
Aurora Bazzocco, Sarnen OW; Hans Walther, Winterthur ZH; Gerbert Jost, Wynau BE

Paroli

Füllen Sie die zehn Wörter in das Rätselgitter ein. Das Lösungswort ergibt sich aus den Buchstaben in den Feldern 1 bis 5:



CHICANOS
EGERLAND
EINEBNEN
FRUECHTE
GAELISCH
HETHITER
MEHLSIEB
NEBENTON
ROHSEIFE
ZEITLOSE

Lösungswort:

1	2	3	4	5

3 × 100 Franken zu gewinnen

So nehmen Sie teil:

Tel: 0901 560 043 (Fr. 1.–/Anruf)
SMS: Senden Sie MMD3, gefolgt vom Lösungswort, Ihrem Namen und Ihrer Adresse an die 920 (Fr. 1.–/SMS), Bsp.: MMD3 OSTEN. Hans Muster, Musterweg 22, 8000 Musterdorf
Postkarte: (A-Post): Migros-Magazin, Paroli, Postfach, 8074 Zürich
Internet: www.migrosmagazin.ch/wettbewerbe

Teilnahmeschluss:
Sonntag, 7.10.2018, 24 Uhr

Teilnahmebedingungen:
auf der ersten Rätselseite

Auflösung Nr. 39:
BOHNE

Gewinner Nr. 38: Maya Fuhrer, Nennigkofen SO; Elsbeth Buchmann, Wilchingen SH; Alois Wey, Rickenbach LU

ORIENT KREUZFAHRT

Lassen Sie sich von den Eindrücken der Emirate verzaubern und geniessen Sie gleichzeitig den Komfort an Bord der AIDAprima. Spannende Ausflüge warten in Dubai, Abu Dhabi, Muscat/Oman und Manama/Bahrain auf Sie. Gehen Sie auf eine orientalische Kreuzfahrt und entdecken Sie den Orient und die Vereinten Arabischen Emirate aus einer neuen Perspektive. In unseren Aktionspreisen sind sogar die Trinkgelder und die Tischgetränke zu den Hauptmahlzeiten schon inbegriffen.

Exklusive Aktionspreise

Preise pro Person bei 2er Belegung

Kategorie bei 2 Personen	Aktionspreis Reisen 2 & 3
Innenkabine Vario	1449.–
Meerblickkabine Vario	1599.–
Verandakabine Vario	1749.–
Verandakabine Komfort Vario	1799.–

Zuschlag Reise 1: CHF 150.-
Zuschlag Reise 4: CHF 100.-
Zuschlag Reise 5: CHF 80.-

Kabinennummern werden kurzfristig zugeteilt

Einfaches Reisen

Schweizer Bürger benötigen einen gültigen Reisepass.

Ihr TOP Reiseprogramm

1. Tag	Am Abend Direktflug mit Emirates nach Dubai
2. Tag	Dubai, VAE, Transfer zum Hafen, Einschiffung
3. Tag	Dubai, VAE
4. Tag	Muscat, Oman
5. Tag	Erholung auf See – Abu Dhabi, VAE
6. Tag	Abu Dhabi, VAE
7. Tag	Manama, Bahrain
8. Tag	Dubai, VAE
9. Tag	Am Morgen Direktflug mit Emirates nach Zürich

Nur 5 Reisedaten

Reise 1:	07.03.19 - 15.03.19
Reise 2:	14.03.19 - 22.03.19
Reise 3:	21.03.19 - 29.03.19
Reise 4:	28.03.19 - 05.04.19
Reise 5:	04.04.19 - 12.04.19

Aktionspreis

9 Reisetage inkl. Vollpension an Bord, Trinkgelder und Tischgetränke, An-/Rückreise CHF

1449.-

AIDAprima****

Indienststellung 2016 – Länge 300 Meter – Breite 38 Meter – 17 Decks – 1647 Kabinen – Pools – Whirlpools – Wellness- & Spa Bereich – Casino – Theater – 10 Restaurants (davon 5 Buffetrestaurants) – 15 Bars – Bordsprache Deutsch.

So viel ist inbegriffen: • Direktflug mit Emirates Zürich-Dubai-Zürich • Transfers Flughafen-Hafen-Flughafen • Fantastische Kreuzfahrt gemäss Programm • 7 Übernachtungen in der gewählten Kabinenkategorie •umfangreiche Vollpension an Bord in den Buffet Restaurants •Tischgetränke zu den Hauptmahlzeiten und Trinkgelder •Persönliche Betreuung durch erfahrene Mitarbeiter der Reederei.

Nicht inbegriffen: • Getränke an Bord und persönliche Auslagen • fakultative Landausflüge • Annullationskostenversicherung • Reservationsgebühr Fr. 15.- pro Person.

Die AIDAprima – Ihr Erstklass-Schiff

onlinetours.ch
Glattalstrasse 232 • 8153 Rümlang

REISEGARANTIE

sofort online oder telefonisch buchen!
www.onlinetours.ch
Tel. 044 552 07 07
info@onlinetours.ch

---

mit HOT-COLD Methode

> bis 6 Kilo weniger in 30 Tagen
> umfangreduzierend & straffend
> 7 x – ganz Körper Behandlungen

CHF 468.- (Statt CHF 980.-) Dauert je 50 Min

KOSTENLOSE Beratung! Angebot gültig bis 12.Oktober 2018

Unsere weiteren Bodys & Face Angebote

- CSP Kryotherapie
- OSS (Oberschenkel schlank)
- SWISS Contour Wrap
- MTS 2 in 1 (Fettabbau)
- LDIR 2 in 1 Lymphdrainage + Infrarot
- MTA (Stoffwechselförderung)
- Kavitation und RF
- Gesichtsbehandlungen

gegen Cellulite **& Übergewicht**

Baumackerstrasse 46	Falknerstrasse 26	Alpenstrasse 11
8050 Zürich	4001 Basel	6300 Zug

Info & Termine: 044 558 80 88 **www.algo-beauty.ch**
ALGO Beauty, Center für Figur, Gesundheit & Schönheit

---

lemonbrain.ch

make a difference

Wo Bildung und Umweltschutz Hand in Hand gehen…

Wir von Make a Difference glauben daran, dass Bildung der Schlüssel zum nachhaltigen Umweltschutz ist. Deshalb arbeiten wir hauptsächlich mit Kindern und Jugendlichen von Raja Ampat in Indonesien zusammen. Es sind Projekte für eine bessere Zukunft für Mensch und Natur.

www.makeadifference.ch

Spendenkonto Make a Difference:
Glarner Kantonalbank, IBAN: CH13 0077 3000 5545 04168
Konto-Nr.: 554.504-168

100 % IHRER SPENDE FÜR DIE KINDER!

Sämtliche Arbeiten bei Make a Difference werden ehrenamtlich ausgeführt. Damit ist gewährleistet, dass jeder gespendete Franken auch tatsächlich vor Ort eingesetzt wird.

Gewinnen Sie eine von 5 Migros-Geschenkkarten im Wert von je 100 Franken!

Sudoku

Füllen Sie die leeren Felder mit den Zahlen 1 bis 9. Dabei darf jede Zahl in jeder Zeile, jeder Spalte und in jedem der neun 3 × 3-Blöcke nur ein Mal vorkommen. Die Lösungszahl ergibt sich aus den blauen Feldern von links nach rechts.

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

5 × 100 Franken zu gewinnen

So nehmen Sie teil:

Tel: 0901 560 044 (Fr. 1.–/Anruf)
SMS: Senden Sie MMD4, gefolgt von der Lösungszahl, Ihrem Namen und Ihrer Adresse an die 920 (Fr. 1.–/SMS), Bsp.: MMD4 123. Hans Muster, Musterweg 22, 8000 Musterdorf
Postkarte: (A-Post): Migros-Magazin, Sudoku, Postfach, 8074 Zürich
Internet: www.migrosmagazin.ch/wettbewerbe

Teilnahmeschluss: Sonntag, 7.10.2018, 24 Uhr

Teilnahmebedingungen: auf der ersten Rätselseite

Auflösung Nr. 39:

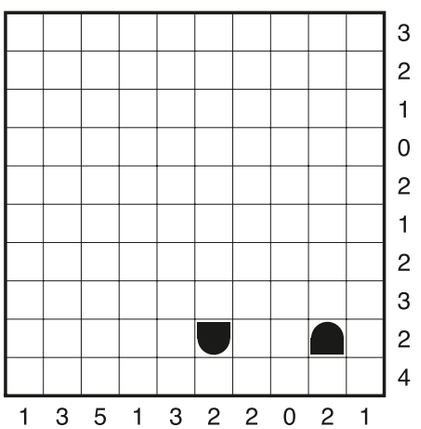
239

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

Gewinner Nr. 38:
Mägali Bron, Courroux JU; Evi Balogh, Bern; Marianne Emery, Grandvaux VD; Fredy Neff, Winterthur ZH; Marianne Humair, Saignelégier JU

Bimaru

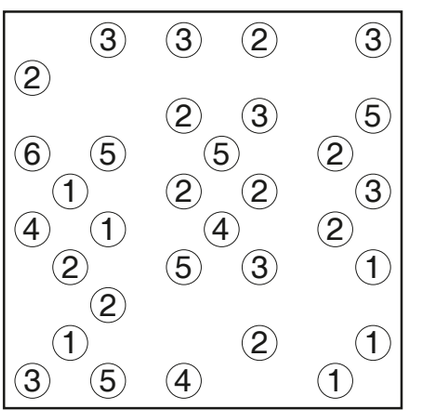
Die Zahl bei jeder Spalte oder Zeile bestimmt, wie viele Felder durch Schiffe besetzt sind. Diese dürfen sich nicht berühren und müssen vollständig von Wasser umgeben sein, sofern sie nicht an Land liegen.



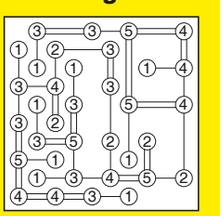
Auflösung Nr. 39:

Brücken

Jeder Kreis stellt eine Insel dar. Die Zahl darin gibt an, wie viele Brücken dort enden. Brücken sind nur zu horizontal oder vertikal benachbarten Inseln erlaubt. Diese dürfen mit einfachen oder doppelten Brücken verbunden werden. Am Schluss sollen alle Inseln miteinander verbunden sein. Verboten: Kreuzungen, diagonale Brücken und mehr als zwei Linien



Auflösung Nr. 39:



Impressum

MIGROS-MAGAZIN
vormals: Wir Brückenbauer, Wochenblatt des sozialen Kapitals, Organ des Migros-Genossenschafts-Bundes, Migrosmagazin.ch

Auflage/Leserschaft:
Beglaubigte Auflage: 1554 258 Ex. (WEMF 2017)
Leserschaft: 2 358 000 (WEMF, MACH Basic 2017-2)

Adresse Redaktion und Business
Limmatstrasse 152, Postfach 1766, 8031 Zürich
Telefon: 058 577 12 12
redaktion@migrosmagazin.ch

Herausgeber
Migros-Genossenschafts-Bund

Publizistische Gesamtleitung
Sarah Kreienbühl

Leitung Redaktionen
Franz Ermel

Leitung Ressort Gesellschaft & Familie
Yvonne Zurbrügg

Leitung Ressort Health & Beauty
Rüdi Steiner

Leitung Ressort Food
Roberto Zimmermann

Leitung Produktion
Remo Leupin

Leitung Business
Thomas Brügger

Abonnemente:
Sonja Frick
abo@migrosmagazin.ch
Tel.: 058 577 13 00

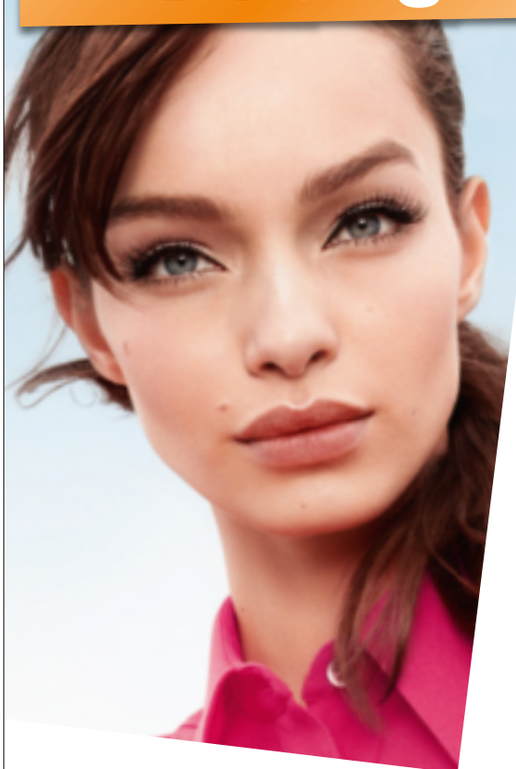
gedruckt in der schweiz

Druck: DZZ Druckzentrum Zürich AG

FSC www.fsc.org MIX Papier aus verantwortungsvollen Quellen FSC® C014046

25% günstiger

L'ORÉAL PARIS



ab 2 Einheiten **25%**

z.B. Superliner Perfect Slim
Flüssig-Eye Liner, ab 2 Einheiten,
14.95 statt 19.90,
gültig bis 15.10.2018

ab 2 Einheiten **25%**

z.B. Unlimited Mascara
Mascara, ab 2 Einheiten,
17.95 statt 23.90,
gültig bis 15.10.2018

ab 2 Einheiten **25%**

z.B. Le Smoky
Eye Liner Kajalstift, ab 2 Einheiten,
11.20 statt 14.90,
gültig bis 15.10.2018

MIGROS
Ein M besser.

AUF DAS GESAMTE AUGENSORTIMENT VON L'ORÉAL PARIS AB DEM KAUF VON 2 PRODUKTEN
ANGEBOT GILT NUR VOM 2.10. BIS 15.10.2018, SOLANGE VORRAT

Der 163-teilige Werkzeugkoffer hilft in fast jeder Situation.

Leserinnen und Leser des Migros-Magazins profitieren jetzt vom **Alu-Werkzeugkoffer zum Sonderpreis** von 159 statt 299 Franken.

Leserangebot

Heimwerken leicht gemacht!

Heimwerken bedeutet mehr, als einen Nagel in die Wand einzuschlagen, um ein Bild aufzuhängen. Passionierte Heimwerker geniessen es, Dinge selbst in die Hand zu nehmen und ab und zu auch ungestört im Werkstattraum zu hantieren. Dafür benötigen sie einen Werkzeugkoffer, mit dem man ohne fremde Hilfe verschiedenste Reparaturen umsetzen kann.

Der 163-teilige Werkzeugkoffer in der Grösse 46,5 × 34,5 Zentimeter ist für jede Situation das richtige Set. Die hochwertigen Werkzeuge sind im Koffer aus Aluminium perfekt verstaut. Das Werkzeugset umfasst eine Wasserwaage mit Laser, eine digitale Taschenschieblehre, Feinmechanikwerkzeug, einen 41-teiligen Bitsatz und vieles mehr.

Der Alu-Werkzeugkoffer (163x) ist für Migros-Magazin-Leserinnen und -Leser auf Galaxus zu einem Sonderpreis von 159 Franken erhältlich. MM

Leseraktion

So profitieren Sie vom Angebot

Leserinnen und Leser des Migros-Magazins profitieren auf Galaxus.ch/werkzeugset von 140 Franken Rabatt auf den Alu-Werkzeugkoffer und bezahlen 159 statt 299 Franken.

Dazu online einfach das Werkzeugset in den Warenkorb legen, zur Kasse gehen und im Bestellprozess unter «Zahlung» den Gutscheincode «WERKZEUGKOFFER» eingeben. Der Rabatt von 140 Franken wird direkt abgezogen.

Im Set inbegriffen:
- Wasserwaage mit Laser
- digitale Taschenschieblehre
- Werkstattlampe
- Metallsäge
- Hammer aus Fiberglas
- Gabel-Ringschlüssel
- Zangenset
- Schraubenzieherset
- Feinmechanikwerkzeug
- Massband
- ¼- und ½-Zoll-Steckerschlüsselsatz
- Knarren mit Super-Lock-Einsätzen
- 41-teiliger Bitsatz
- Kniematte

Spezifikationen des Werkzeugkoffers:
- Länge: 46,5 cm
- Breite: 34,5 cm
- Höhe: 14,7 cm

Angebot gültig: 1.10. bis 14.10.18
Nur solange der Vorrat reicht.

Weitere Infos und Bestellung: **www.galaxus.ch/werkzeugset**

CUMULUS TICKETSHOP

MINDESTENS 20% VORTEIL AUF ALLE VERANSTALTUNGEN

OROPAX 2018

Datum: 19.10. bis 15.12.2018
Ort: diverse
Preis: ab Fr. 32.–

CUMULUS 20% VORTEIL

CIRCUS NOCK 2018

Datum: bis 11.11.2018
Ort: diverse
Preis: ab Fr. 9.60

CUMULUS 20% VORTEIL

PETER MARVEY & FRIENDS

Datum: 4. bis 23.12.2018
Ort: Zürich
Preis: ab Fr. 54.40

CUMULUS 20% VORTEIL

TRAUMFRAU MUTTER

Datum: 12. bis 15.11.2018
Ort: Luzern
Preis: ab Fr. 38.40

CUMULUS 20% VORTEIL

THE HOWARD GOSPEL CHOIR

Datum: 22. und 23.12.2018
Ort: Genf und Thun
Preis: ab Fr. 54.45

CUMULUS 20% VORTEIL

FC ST.GALLEN 1879 HEIMSPIELE

famigros

Datum: diverse
Ort: St. Gallen
Preis: ab Fr. 12.–

CUMULUS 20% VORTEIL

in Zusammenarbeit mit:
ticketcorner.ch

Alle Angebote finden Sie unter www.cumulus-ticketshop.ch
Bei Fragen kontaktieren Sie bitte die Cumulus-Infoline: 0848 85 0848

SICHERN SIE SICH JETZT IHR TICKET

Profitieren: Bestellen Sie Ihre Tickets (solange der Vorrat reicht) einfach unter www.cumulus-ticketshop.ch und geben Sie Ihre Cumulus-Nummer an.
Hinweis: Laden Sie Ihre Tickets direkt auf Ihre Cumulus-Karte. So entfällt die Servicegebühr und Sie profitieren vom günstigsten Ticket überhaupt.

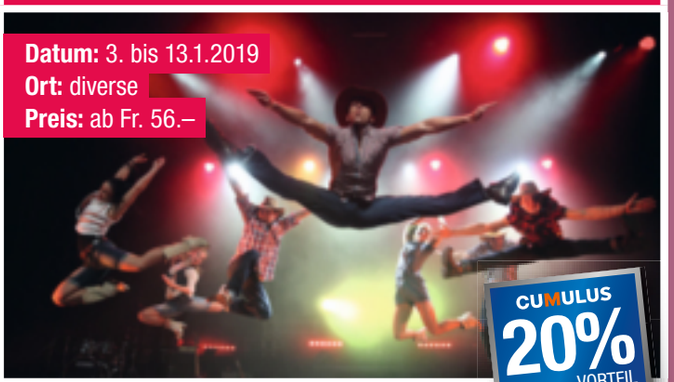
Pro Cumulus-Karte steht eine begrenzte Anzahl Tickets zur Verfügung. Mehrfachbestellungen werden ohne Rücksprache storniert.
Ticketshop-Newsletter: Jetzt unter www.cumulus-ticketshop.ch abonnieren und keine Anlässe mehr verpassen.

GENÈVE-SERVETTE HOCKEY CLUB

Datum: diverse
Ort: Genf
Preis: ab Fr. 17.20

CUMULUS 20% VORTEIL

FOOTLOOSE – DAS TANZMUSICAL



Datum: 3. bis 13.1.2019
Ort: diverse
Preis: ab Fr. 56.–

CUMULUS 20% VORTEIL

CAVALLUNA PASSION FOR HORSES

Datum: 27.10.2018 bis 10.2.2019
Ort: Zürich und Basel
Preis: ab Fr. 48.–

CUMULUS 20% VORTEIL

CELTIC LEGENDS – CONNEMARA TOUR

Datum: 20. bis 24.2.2019
Ort: diverse
Preis: ab Fr. 47.20

CUMULUS 20% VORTEIL

THE ELTON SHOW – A CELEBRATION OF ELTON JOHN

Datum: 29.11.2018
Ort: Genf
Preis: ab Fr. 45.80

CUMULUS 20% VORTEIL

SEAT MUSIC SESSION 2018

Datum: 23.10. bis 3.11.2018
Ort: diverse
Preis: Fr. 52.–

CUMULUS 20% VORTEIL

Ihr neuer Liebling

Das lange Warten auf ein neues Heim

*In **Schweizer Tierheimen** leben viele Tiere, die ein neues Zuhause suchen, das ihren Ansprüchen genügt.*

***Text:** Andreas Dürrenberger*

Zimbo

Alter: 10-jährig
Im Tierheim weil: mag keine Kinder
Im Tierheim seit: Mai 2017
Kontaktdaten:
Tierschutzbund Basel Regional
Katzenheim
Tel: 061 331 32 33
katzenheim@tierschutzbund.ch

Fido

Rasse: Appenzeller-Mischling
Alter: 12-jährig
Im Tierheim weil:
eigenwillig; kann schnappen, wenn man seine Grenzen nicht respektiert
Im Tierheim seit: April 2016
Kontaktdaten:
Tierschutzverein Nidwalden;
Tierheim Paradiesli
Tel: 041 610 60 21
info@tierheim-paradiesli.ch

Dolly

Rasse: Jagdhund
Alter: 5-jährig
Im Tierheim weil:
sehr temperamentvoll; verträgt sich nicht mit Katzen
Im Tierheim seit: Mai 2015
Kontaktdaten:
SPA Val-de-Travers
Tel: 079 860 02 44
spafleurier@bluewin.ch

Nome

Rasse: Alaskan Husky
Alter: 7-jährig
Im Tierheim weil:
ist etwas skeptisch gegenüber Menschen; wurde als Welpe nicht gut sozialisiert
Im Tierheim seit: Februar 2014
Kontaktdaten:
Tierschutzverein
Olten und Umgebung
Tierheim Tierdörfli
Tel: 062 207 90 00
info@tierdoerfli.ch

Tim

Alter: 9-jährig
Im Tierheim weil:
sehr schüchtern; braucht Zeit, um Vertrauen aufzubauen
Im Tierheim seit:
September 2010
Kontaktdaten:
Société protectrice des animaux
Neuchâtel et environ SPANE
Tel: 032 841 44 29
team@spane.ch

Bilder: zVg

World Animal Day

Spendenaktion für Tierstiftungen

Die Migros organisiert anlässlich des **Welttierschutztags** (World Animal Day) eine Spendenaktion zugunsten verschiedener Schweizer Tierschutzorganisationen.

Der World Animal Day ist ein **internationaler Aktionstag für den Tierschutz,** der jedes Jahr am 4. Oktober stattfindet. Ziel ist es, den Stellenwert der Tiere in unserer Gesellschaft zu erhöhen und deren Lebensbedingungen weltweit zu verbessern.

Die Migros spendet vom 24. September bis 7. Oktober **ein Prozent ihres Umsatzes** aus dem Verkauf von Tierbedarf an verschiedene Tierschutzorganisationen in der Schweiz. Von 2008 bis 2017 kamen so 665 000 Franken an Spendengeldern zusammen.

Dieses Jahr werden folgende vier Stiftungen von der Migros unterstützt:

Schweizer Tierschutz STS
Fonds für alte und schwer vermittelbare Tiere:
www.tierschutz.com
Tiervermittlung des STS:
www.adopt-a-pet.ch

Verein Therapiehunde Schweiz VTHS
www.therapiehunde.ch

Susy Utzinger Stiftung für Tierschutz
www.susyutzinger.ch

Stiftung TierRettungsDienst – Leben hat Vortritt
www.tierrettungsdienst.ch

Mit Kommissar Rex auf Streife in Zürich

Seite 26

Was Schnurrli und Nemo uns kosten

Seite 33

Bild: Peter Hebeisen, Yaran Bürgi (Assistenz); Illustrationen: illumueller

Migusto
DER KOCHCLUB DER MIGROS
JETZT CLUB-MITGLIED WERDEN UND
VON VIELEN WEITEREN VORTEILEN PROFITIEREN:
CUMULUS
10X
PUNKTE
Migusto
10-fach
Cumulus-Punkte als
Willkommensgeschenk
Migusto Magazin
10 × pro Jahr
direkt im Briefkasten
%
Exklusive Rabatte
auf ausgewählte
Migros-Produkte
Regelmässig
attraktive
Wettbewerbe

Jetzt mitmachen auf migusto.ch
und mit etwas Glück eine Food-Reise nach New York, Sardinien oder Bordeaux gewinnen.

Weitere Infos und Teilnahmebedingungen auf migusto.ch/kuerbis-wettbewerb

MIGROS
Ein M besser.