Walliser Bote

Unabhängige Tageszeitung,
gegründet 1840

Herausgeber und Verleger:
Nicolas Mengis
nicolas.mengis@mengismedien.ch

mengis

Mengis Medien AG

Seewjinenstrasse 4, 3930 Visp
Tel. 027 948 30 40, Fax 027 948 30 41
info@mengismedien.ch

CEO: Harald Burgener
harald.burgener@mengismedien.ch

Verlagsleiter: Fabian Marbot
fabian.marbot@mengismedien.ch

Chefredaktor: Thomas Rieder (tr)
Stv. Chefredaktor: Herold Bieler (hbi)

Redaktion: Furkastrasse 21,
Postfach 720, 3900 Brig,
Tel. 027 922 99 88, Fax 027 922 99 89
Redaktion: lokal@walliserbote.ch
Sekretariat: info@walliserbote.ch

Lokal: lokal@walliserbote.ch
Franz Mayr (fm), Karl Salzmann (sak), Werner Koder (wek), Martin Kalbermatten (mk), Melanie Biaggi (meb), Franco Arnold (fa), David Biner (dab), Fabio Pacozzi (pac), Andreas Zurbriggen (azn), Michel Venetz (vem), Stagiaire: Daniel Theler (dt)

Sport: sport@walliserbote.ch
Hans-Peter Berchtold (bhp), Roman Lareida (rlr), Alban Albrecht (alb), Alan Daniele (ada)

Ausland/Schweiz: Stefan Eggel (seg)
ausland@walliserbote.ch

Kultur: Lothar Berchtold (blo)
kultur@walliserbote.ch

Ständige Mitarbeiter:
Georges Tscherrig (gtg), Hildegard Stucky (hs), Dr. Alois Grichting (ag)

Online-Redaktion, 1815.ch:
lokal@1815.ch, info@1815.ch
Ressortleiter: Norbert Zengaffinen (zen)
Leilah Ruppen (rul), Perrine Andereggen (pan), Manuela Pfaffen (map), Philipp Mooser (pmo)

Themenbeilagen:
Beilage zum Walliser Boten.
Redaktion: Perrine Andereggen (pan)
Philipp Mooser (pmo)

Auflage: 22 213 Expl.
(beglaubigt WEMF 2014)

Abonnentendienst:
Seewjinenstrasse 4, 3930 Visp,
Tel. 027 948 30 50, Fax 027 948 30 41
abodienst@walliserbote.ch

Jahresabonnement:
Fr. 359.– (inkl. 2,5% MWSt.)

Einzelverkaufspreis:
Fr. 2.50 (inkl. 2,5% MWSt.)

Jahresabonnement WB-online:
Fr. 229.– (inkl. 8% MWSt.)

Annahme Todesanzeigen:
3900 Brig, Furkastrasse 21,
Mo–Fr 08.00–12.00/13.30–21.00 Uhr,
So 14.00–21.00 Uhr,
Telefon 027 922 99 88
korrektorat@walliserbote.ch

Inserateannahme, -verwaltung und Disposition:
Seewjinenstrasse 4, 3930 Visp
Tel. 027 948 30 40, Fax 027 948 30 41
inserate@walliserbote.ch

Anzeigenpreise:
Grundtarif Annoncen-mm:
Fr. 1.13
Kleinanzeigen bis 150 mm:
Fr. 1.24
Rubrikanzeigen (Auto-, Immobilien- und Stellenmarkt):
Fr. 1.26
Reklame-mm:
Fr. 4.53
Textanschluss:
Fr. 1.47
Alle Preise exkl. 8% MWSt.

Technische Angaben:
Satzspiegel 284 x 440 mm
Inserate 10-spaltig 24.8 mm
Reklame 6-spaltig 44 mm

Zentrale Frühverteilung:
Adrian Escher, verteiler@walliserbote.ch

Zuschriften: Die Redaktion behält sich die Veröffentlichung oder Kürzung von Einsendungen und Leserbriefen ausdrücklich vor. Es wird keine Korrespondenz geführt.

Urheberrechte: Abgedruckte Inserate dürfen von nicht autorisierten Dritten weder ganz noch teilweise kopiert, bearbeitet oder anderweitig verwendet werden. Insbesondere ist es untersagt, Inserate – auch in bearbeiteter Form – in Online-Dienste einzuspeisen. Jeder Verstoss gegen dieses Verbot wird gerichtlich verfolgt.

ISSN: 1660-0657

Publikationsorgan CVPO

Gesundheit | Zum internationalen Tag der psychischen Gesundheit

Depressionen enttabuisieren

Eine der häufigsten Krankheiten. Depressionen bringen u. a. ein verringertes Selbstwertgefühl sowie Erschöpfung, Kraft- und Lustlosigkeit mit sich. FOTO WWW.TESTEDICH.DE

BRIG-GLIS | **Obwohl weit verbreitet, sind Depressionen immer noch ein Tabuthema – ganz anders als ein Burn-out. Der Grund dafür wirft kein allzu gutes Licht auf die Mentalität unserer Gesellschaft.**

Wer an einem Burn-out leide, werde von der Öffentlichkeit vielfach als hart arbeitende Person wahrgenommen, vermutet Marianne Heinen, Bereichsleiterin der Stiftung Emera. Oftmals ist die Erschöpfung, das «Ausgebranntsein», auf das gesellschaftlich akzeptierte (Über-)Engagement im Berufsleben zurückzuführen.

Im Gegensatz dazu werde oft immer noch als schwache Person angesehen, wer an einer Depression leide. «Wenn ich ein Burn-out habe, ist es, weil ich zu viel gearbeitet habe. Wenn ich körperlich behindert bin oder an Krebs leide, kann man das leicht ‹beweisen›. Wer aber zugibt, er habe Depressionen, läuft Gefahr, dass man ihn als schwach oder gar als Simulanten abstempelt», weiss Heinen.

Deshalb – und weil in der heutigen Arbeitswelt vor allem Attribute wie höchstmögliche Produktivität, Belastbarkeit und Flexibilität gefragt seien – hätten Betroffene oft Mühe damit, sich als depressiv zu «outen». Ein Burn-out zuzugeben falle da schon etwas leichter – obwohl dies ja eigentlich eine Erschöpfungsdepression und die Symptome anderer Depressionsformen ähnlich seien.

«Depressionen sind durchaus heilbar»

Um dazu beizutragen, dass Depression als Krankheit wahrgenommen wird, betrieb die Stiftung Emera und das Psychiatrie-Zentrum Oberwallis (PZO) am vorgestrigen internationalen Tag der psychischen Gesundheit einen Infostand auf dem Briger Sebastiansplatz. «Depressionen können verschiedene Ursachen haben. Beispielsweise können sie hormonell bedingt oder nach einem Verlust eines Menschen auftreten», erklärt die Fachfrau. «Wir wollten die Leute sensibilisieren. Zeigen, dass man Depressionen durchaus heilen kann und dass es Institutionen gibt, die Hilfe anbieten.»

Betroffener als Regisseur

Dazu zählt beispielsweise die Stiftung Emera. Neben Sozialberatungen für Menschen mit jedweder Behinderung bietet sie betreute Wohngruppen und – im Natischer Werkatelier Tilia – Arbeitsplätze speziell für psychisch behinderte Personen an. Dort könnten die Betroffenen ohne Druck einer Tätigkeit innerhalb einer festen Tagesstruktur nachgehen, führt Heinen aus.

Um auf die verschiedenen Formen der Depression und vor allem auf die Lebensumstände der Betroffenen aufmerksam zu machen, präsentierten Emera und das PZO im Kino Capitol am Samstagabend den Film «Ich sehe was, was du nicht siehst». Vor dem Beginn der Doku des Liechtensteiner Regisseurs Tino Wohlwend, der selbst von Depressionen betroffen war, führten Donat Jeiziner, Direktor der Stiftung Emera Oberwallis, und Stefan Rehmann, Fachpsychologe am PZO, das Publikum in die Thematik ein. **pac**

ANZEIGE

KOLUMNE

Himmlische Stimmen

Werner Bellwald
werner.bellwald@kulturexpo.ch

Es war einmal eine Zeit, da liess es sich audiovisuell unbelästigt einkaufen, Postauto fahren oder im Zugabteil durch die Lande reisen. Man beschäftigte sich mit den zu erwerbenden Waren oder mit der Frage, ob der Tand nicht gescheiter ins Regal zurückzustellen sei. Oder plauderte unbeschwert mit den Passagieren. Oder sah in Stille Landschaften und Siedlungen vorüberziehen und dachte sich etwas dazu. Oder dachte nichts und war dann einfach mal weg. Weg von den vier Wänden, vom Arbeitsplatz, vom Alltagskram. Man war irgendwie befreit, ja entörtlicht, doch, obschon räumlich gefangen, im Reiseabteil auch beheimatet wie in einer Stammkneipe. Kennen Sie dieses wohltuende Nichtdasein?

Inzwischen fahren Postautos immer noch durch Landschaften und werben mit solchen. Doch kaum nimmt man Platz, wird man selbst zum herumchauffierten Werbeziel. Zwischen Werbeplakätchen verspuckt ein Kleinbildschirm News à la: «Einem Teilnehmer der Schulreise aus Colombire-les-trois-Églises ist beim Rastplatz in L'Enfer d'en haut das Znünibrot auf die Butterseite gestürzt. Ein Care-Team traf am Unglücksort ein. Die Lehrerin erhielt einen Verweis: Aus den 1700 Kompetenzen des Lehrplans 21 hatte sie das Brothandling im Unterricht nicht schulausflugsadäquat terminiert und ihre Schützlinge dadurch einem gravierenden Trauma-Risiko ausgesetzt. Der Krisenstab des schulpsychologischen Dienstes ist aufs Äusserste gefordert.»

Der höheren Allgemeinbildung verpflichtet flackern auch Nachrichten wie die folgenden über die Bildschirme, sinnigerweise als «Wissen» betitelt: «Wussten Sie, dass ein Elefant durchschnittlich 4,18 Liter auf ein Mal pinkelt?» Wie, frage ich Sie, wie konnten wir die Herausforderungen des modernen Alltags bisher ohne dieses «Wissen» meistern?

Noch erbarmungsloser als diese zusammenhanglosen Pseudoinformationsfetzen schlägt neuerdings die Tonverschmutzung zu. Begonnen hatte der Audio-Terror auf den SBB-Strecken. Eines Tages prasselten bei der Einfahrt in einen mittelgrossen Bahnhof sämtliche Intercityanschlüsse, Regionalexpresse und Lokalverbindungen auf die ahnungslosen Passagiere nieder. Da im Verlauf der folgenden Viertelstunde gut und gern mal ein Dutzend Züge nach Irgendwo hinfahren, ist die Durchsage Litaneien lang. Sind all die Abfahrtszeiten und Zielorte, Zwischenhalte und Perronnummern von zehn oder mehr Abfahrten endlich heruntergeleiert, beginnt das Ganze aufs Neue in radebrechendem Français fédéral und holt in einem United-Kingdom-of-Cantons-Englisch zum glorreichen Finale aus. Dann: Bahnhof.

Nicht minder erschrickt der geneigte Reisende seit ein paar Wochen im Lötschberger, der nach Beseitigung etwelcher Kinderkrankheiten wie undichter Fenster (Zitat: «regnet herein!») und treibhausversierter Klimaanlagen an sich ganz passabel zu verkehren pflegt. Doch beschallt uns nun, wie bei Aktionen in Konsumtempeln, eine adrette Stimme mit Kulturbasics entlang der Reiseroute. So etwa, dass der Thunersee der grösste Schweizer See sei, der voll und ganz in einem einzigen Kanton liege – diese Botschaft! Diese Erkenntnis! Wie weltmännisch! Moments of Excellence! Ich bin beeindruckt. Das zumindest sollten wohl all die ausländischen Gäste sein, denn für uns Pendler aus Ausserberg oder Frutigen sind derart hochkarätige Forschungsresultate käumlichst gedacht. Apropos Ausland: Auch diese Ansage wird französisch nachgedoppelt und englisch nachgetrippelt. Und in Folge einer weitreichenden Marketingexpertise dürfte uns demnächst alles auf Japanisch und Indisch, Chinesisch und Spanisch um die Ohren sausen – nonstop von Bern bis Brig. In Stein gemeisselt.

Bis uns Hören und Sehen vergeht. Wenn beispielsweise diese Errungenschaft auch die Fahrt in Bus und Tram zum Event machen wird. Etwa in Bern, wo die Wagen der Verkehrsbetriebe nur noch im Viertelschritttempo verkehren können, da, namentlich in der Innerstadt, zu jedem Haus ein kunsthistorisches, gebäudearchäologisches, architektonisches und genealogisches Résumé erklingt, ergänzt durch die relevanten Key Points aus dem damaligen UNESCO-Bewerbungsdossier.

Dass wir mit der Einführung des SwissPass all dieser Segnungen dank implantierter Chips quasi intravenös teilhaftig werden, haben vorderhand Bildschirmlobbyisten und Lautsprecherfirmen zu vereiteln gewusst. Ihnen sei Preis und Dank.

Werner Bellwald ist Kulturwissenschafter