

«Ich bin sehr glücklich über meinen Schweizer Pass»

Wahlschweizerin Ruth Maria Kubitschek an der «Lebenskraft 2014» in Zürich

Seit «Monaco Franze», «Kir Royal» und «Traumschiff» ist Ruth Maria Kubitschek eine der bekanntesten Schauspielerinnen im deutschsprachigen Raum. Was an der 82-jährigen Aktrice beeindruckt, ist ihr natürliches Selbstbewusstsein und die heitere Gelassenheit, die sie ausstrahlt.

An der Messe «Lebenskraft 2014» in Zürich gab sie einen Workshop für Frauen.

Züri Rundschau: Ruth Maria Kubitschek, Sie haben an der Messe «Lebenskraft 2014» im Kongresshaus Zürich einen Workshop für Frauen gegeben. Der Event rund um Spiritualität, Esoterik und neue Heilmethoden hat Fans und Kritiker. Welchen Eindruck hatten Sie vom Anlass, der auch viel Kommerz beinhaltet?

Ruth Maria Kubitschek: Ich wurde von der Bachblüten-Lehrerin und mehrfachen Buchautorin Dr. Katarina Michel angefragt, meinen Vortrag über «Die Achtsamkeit der neuen Frau» zu halten und hatte gute und intensive Gespräche mit meinen Zuhörerinnen. Ich kannte die Messe vorher nicht und hab von dem verkaufsorientierten Teil an den Ständen gar nichts mitbekommen.

Sie ermutigten Menschen immer wieder, der eigenen inneren Stimme zu folgen. Geht in der heutigen medialen, ständig vernetzten Stress-Gesellschaft nicht gerade das eigene Bauchgefühl verloren?

Ein Bauchgefühl – also die Intuition – stellt sich nicht einfach so ein. Man muss dafür in die Stille gehen und selber still werden, um in sich reinhören zu können. Das kann während einem täglichen kleinen Meditationsritual am Morgen sein. Oder mit einigen Minuten be-

wusstem Atmen. Grad weil die Welt so schnelllebig und laut ist, brauchen die Menschen unbedingt Ruhephasen, um sich zu erholen. Und die kann sich jeder erschaffen, dafür gibt es keine Ausrede. Radio und Fernseher ausmachen, eine Kerze anzünden, sich in einen Sessel setzen und ruhig atmen. Das geht überall – auch in einem Café.

Sie ziehen sich als passionierte Gärtnerin und Malerin vom Schauspielberuf und den Auftritten im Rampenlicht auch immer wieder in die Einsamkeit zurück.

Ja, diese Auszeiten sind mir sehr wichtig. Ich wohne in einem kleinen Dorf, da ist es natürlich einfacher als in der Stadt. Aber jeder kann die Tür hinter sich zumachen und in seiner Wohnung zur Ruhe kommen. Mir persönlich hilft mein Hobby enorm. Beim Malen gibt es nur mich, die weisse Leinwand und die Farben. Da werde ich ganz still.

Sie plädieren für eine neue Weiblichkeit und raten Frauen, «selbstbewusst nach Aussen zu leben». Das ist beim heutigen Jugend- und Schönheitswahn nicht immer ganz einfach, wenn man ein bestimmtes Alter erreicht. Über 50-Jährige haben auf dem Arbeitsmarkt ja kaum mehr Chancen.

Leider. Dabei ist gerade eine Frau um die 50 reif, hat viel Erfahrung in der Berufswelt und keine Kinder mehr zu versorgen. Es ist vollkommen falsch von der Wirtschaft, solche Frauen nicht mehr zu beschäftigen. Grundsätzlich ist es wichtig, ohne Angst älter zu werden und dabei immer sich selber treu zu bleiben. Aber es bedeutet auch harte Arbeit, als achtsame Frau durch die Welt zu gehen. Wir müssen viele negative Eigenschaften in uns erlösen. Doch wir können nur uns selber und nicht die



Eine Frau, die in sich selbst ruht - die Schauspiellegende Ruth Maria Kubitschek (Bild zVg)

Welt um uns herum verändern. Wir sind verantwortlich für unser Leben und kreieren unser Schicksal selber. Wer kapiert, dass er der Schöpfer seines eigenen Lebens ist, braucht nicht mehr zu jammern oder anderen die Schuld zuzuweisen. Das ist der Anfang für eine zufriedene und glückliche Existenz.

Im Jahr 2013 veröffentlichten Sie Ihr Buch «Anmutig älter werden». Welches sind die wichtigsten Voraussetzungen, um «in Würde zu altern»?

Eine Frau soll zu ihrem Alter stehen und es nicht mit OPs verstecken. Und jede Chance nutzen, um schön zu bleiben. Das heisst nicht, keine Falten zu haben. Sondern sein Lächeln zu kultivieren, sich Mühe zu geben bei Pflege und Kleidung. Aber auch loslassen können, was einem belastet. Und keine Angst zu haben vor der Zukunft. Sich nicht einsuggerieren, das man einmal dement und krank wird im Alter und ins Heim muss. Sondern bis zur letzten Minute zu denken: ich bin gesund, intelligent und ich schaffe mein Leben. Wir wissen gar nicht, wie wichtig unser Denken ist und müssen es bewusst steuern, damit wir nicht in die Negativität abrutschen.

Im Herbst 2013 spielten Sie die Hauptrolle im Kinofilm «Frau Ella». Viele Ihrer Kolleginnen be-

klagen sich, dass man als Schauspieler in einem gewissen Alter keine guten Rollen mehr bekommt. Wie schaffen Sie es, mit 82 immer noch so erfolgreich zu sein?

Ich war nie der Prototyp des schlanken und modellartigen Mädchens sondern immer ein Vollweib. Mein Alter verleugnete ich nie. Und scheute mich nicht davor, ältere Frauen zu spielen. Die «Frau Ella» ist im Film beispielsweise 89. Natürlich hatte ich auch Glück. Mir ist in jeder Lebensphase die richtige Rolle entgegengekommen. Allerdings hatte ich immer die Einstellung: Wenn es sein soll, krieg ich die Rolle und wenn es nicht sein soll, krieg ich sie eben nicht. Damit bin ich sehr gut gefahren.

Sie sind Deutsche und in der ehemaligen Tschechoslowakei geboren. Seit 22 Jahren leben Sie aber im Thurgau und sind 2013 sogar Schweizerin geworden. Was lieben Sie besonders an unserem Land?

Mich hat die wunderschöne Landschaft zu vielen meiner Bilder inspiriert. Zudem finde ich die Menschen in der Schweiz prima: sie sind rücksichtsvoll und zurückhaltend. Hier herrscht eine richtige Demokratie, und das gefällt mir. Ich bin sehr glücklich über meinen Schweizer Pass.

Interview: Ursula Burgherr

Dietikon: Neue Gemeindepräsidentin

Am 6. März 2014 fand die konstituierende Sitzung des Gemeinderates Dietikon statt. Für das Amtsjahr 2014/2015 wurde das Präsidium wie folgt gewählt: als Gemeinderatspräsidentin Christiane Ilg-Lutz (EVP), mit 28 Stimmen (5 leere Stimmen), als 1. Vizepräsidentin Cécile Mounoud (CVP) mit 23 Stimmen (8 leere, 2 vereinzelt Stimmen) als 2. Vizepräsident Jög Dätwyler (SVP) mit 23 Stimmen (5 leere, 2 vereinzelt, 3 ungültig Stimmen). Für die Amtsdauer 2014 - 2018 wurden je 11 Mitglieder der Rechnungsprüfungskommission (RPK) und der Geschäftsprüfungskommission (GPK), 60 Mitglieder des Wahlbüros und 6 Mitglieder der Sozialbehörde gewählt.

Oberengstringen: Bravo Florence!

Die Gemeinde Oberengstringen gratuliert der Schweizer Fraueneishockey-Nationalmannschaft zum Gewinn der Bronzenmedaille an der Winter-Olympiade in Sotschi. Stolz ist die Gemeinde vor allem auf die Oberengstringer Goalie-Frau, Florence Schelling, welche gleichzeitig zur wertvollsten Spielerin (MVP) und zur besten Torhüterin des olympischen Turniers gewählt wurde.

Unteringstringen: Mittefasten

Das jährliche Dorffest Mittefasten findet vom 28. - 30. März 2014 statt. Die Kommission für kulturelle Aufgaben präsentiert am kommenden Mittefasten-Freitag, 28. März 2014, 20 Uhr, im Gemeindesaal Büel, das neue Programm vom Komiker Claudio Zuccolini. Die Premiere dazu findet im März 2014 in Winterthur statt und kurz darauf ist das Programm bei uns zu sehen.

Neue Struktur des Departements Chirurgie am KSW

Ärztinnen und Ärzte mit Fachverantwortung

Das Departement Chirurgie bietet das gesamte Spektrum der Chirurgie (ausser Herz- und spez. Knochentumor Chirurgie). Eine moderne Infrastruktur und die interdisziplinäre Zusammenarbeit mit anderen Spezialisten runden das Angebot ab und stellen eine Behandlung auf hohem Niveau sicher. Um die Patientinnen und Patienten bei zunehmender Spezialisierung in den Fachbereichen noch besser betreuen zu können, haben wir die beiden Bereiche «Innere Organe» und «Muskuloskeletale Chirurgie» geschaffen.

Bereich Innere Organe

PD Dr. med. Stefan Breitenstein, Leiter Chirurgie der Inneren Organe, Direktor Departement Chirurgie

Klinik für Gefässchirurgie

Dr. med. Pius Wigger, Chefarzt
Dr. med. Philipp Stalder, Leitender Arzt
Dr. med. Ruedi Stieger, Leitender Arzt

Klinik für Urologie

Prof. Dr. med. Hubert John, Chefarzt
Dr. med. Christian Padevit, Leitender Arzt

Klinik für Viszeral- und Thoraxchirurgie

PD Dr. med. Stefan Breitenstein, Chefarzt
Dr. med. Hans Gelpke, Leitender Arzt
Dr. med. Felix Grieder, Leitender Arzt

Bereich Muskuloskeletale Chirurgie

PD Dr. med. Peter Koch, Leiter Muskuloskeletale Chirurgie
Stv. Direktor Departement Chirurgie

Klinik für Orthopädie und Traumatologie

PD Dr. med. Peter Koch, Chefarzt Klinik für Orthopädie und Traumatologie, Leiter Kniechirurgie
PD Dr. med. Christoph Meier, Chefarzt, Leiter Traumatologie
Dr. med. Mark Rudin, Leitender Arzt Traumatologie
Dr. Anna Leucht, Leitende Ärztin Traumatologie
Dr. med. Markus Pisan, Chefarzt, Leiter Schulter-/Ellbogenchirurgie
Dr. med. Fabian Kalberer, Chefarzt, Leiter Hüft-/Beckenchirurgie
Dr. med. Marc Maurer, Leitender Arzt, Leiter Fusschirurgie
Dr. med. Erika Lamprecht, Leitende Ärztin, Leiterin Kinderorthopädie

Klinik für Neurochirurgie

PD Dr. Joachim Oberle, Chefarzt
Dr. med. Matthias Bothmann, Leitender Arzt

Klinik für Hand- und Plastische Chirurgie

Dr. med. Abdul R. Jandali, Chefarzt
Dr. med. Florian Johannes Jung, Leitender Arzt