

# General- Anzeiger

Die Regionalzeitung für  
den Bezirk Brugg und  
angrenzende Gemeinden

**BRUNNER'S**  
bodywear AG

**TOTAL**  
**Ausverkauf**

Nur noch  
wenige Tage.  
Alles muss raus.  
bis **70%!**

Letzer Tag: **31. JULI**

CALIDA Store  
5200 Brugg – Bahnhofstrasse 11



## Sommerliche Leichtigkeit des Seins

Die Sommermonate Juni und Juli sind die beste Zeit für die Schmetterlingsbeobachtung, dann sind die meisten Arten aktiv. Wo sonnenreiche Südhänge und eine strukturreiche Landschaft mit blütenreichen Trockenwiesen zusammentreffen, herrschen gute Bedingungen für den Artenreichtum der

«Sommervögel», die so schöne Namen tragen wie Roter Schreckenfaller, Hauhechel-Bläuling, Tagpfauenauge, Kaisermantel, Landkärtchen oder Kleiner Eisvogel. Unser Bild zeigt einen Schachbrettfalter auf Wiesenwitwenblumen. Er ist benannt nach seinem einzigartigen Flügelmuster. **Seite 15**

BILD: BHE

### DIESE WOCHE

**TON** Der Bruggler Stargeiger Sebastian Bohren verwandelte die Zürcher Kirche Oberstrass in ein Aufnahmestudio. **Seite 3**

**RAT** Remco Strijk ist der «Drahteseldoktor» mit eigener «Praxis» im Effingerhof. Er heilte schon viele Zweiradpatienten. **Seite 7**

**BRUT** Ein Turmfalkenpaar brütete an einer Scheunenwand in Villigen gleich vier Junge aus, die nun die Welt erkunden. **Seite 11**

### ZITAT DER WOCHE

«Pferde haben mehr Ausdrucksmöglichkeiten als Hunde oder Schimpansen.»



Monica Giedemann bietet pferdebegleitetes Coaching an. **Seite 9**

### GENERAL-ANZEIGER

Effingermedien AG | Verlag  
Bahnhofplatz 11 · 5201 Brugg  
Telefon 056 460 77 88 (Inserate)  
Redaktion 056 460 77 98  
redaktion@effingermedien.ch  
inserate@effingermedien.ch · effingermedien.ch

**Siegenthaler**  
Tankrevisionen AG

Heizöl • Diesel • Kohlen • Holz

Tel. 062 771 48 08

5737 Menziken  
Fax 062 771 49 81  
info@toptankrevisionen.ch

www.toptankrevisionen.ch

**Voegtlin-Meyer**  
...mit Energie unterwegs

**Hausräumung**  
**Entrümpelung**

voegtlin-meyer.ch

**BIRRHARD | HAUSEN:** Das beliebte Posthalter-Ehepaar Ott sagt Adieu

## «Unsere gelbe Zeit geht zu Ende»

Das wohl letzte klassische Posthalter-Paar unserer Region geht in Pension. Käthi und Hans Ott verabschieden sich von ihrer Kundschaft

Käthi und Hans Ott stempeln bald den letzten Einzahlungsschein und das letzte Päckli. Mit ihrer kompetenten, dienstbereiten und sympathischen Art sind die Otts weit über Birrhard und Hausen - in diesen Ortschaften führten sie zusammen mehr als 31 Jahre die Poststelle als Posthalter-Paar - bekannt und bei der Bevölkerung sehr geschätzt. Obwohl ab 2018 «postalisch getrennt» unterwegs, blieben Käthi und Hans Ott Pöstler mit Herzblut und Leidenschaft. Jetzt wollen der gebürtige Toggenburger und die aus einer Posthalter-Dynastie stammende Birrharderin etwas ruhiger treten. **Seite 13**



Käthi und Hans Ott vor der ehemaligen Post Birrhard – ihrem Wohnhaus BILD: ESW

### WASSERSCHLOSS

## Visionäre unter freiem Himmel

Ein Schauspiel am Wasser: Das gibts ab Mitte Juli in Vogelsang zu sehen. Gezeigt wird das Stück «Mehr Meer», garniert mit einem Nachtessen. Im Stück von Regisseur Adrian Meyer dreht sich alles ums Wasser. Welcher Ort wäre da für eine Aufführung also besser geeignet als das Wasserschloss. Heute Donnerstag, 15. Juli, feiert das Stück «Mehr Meer» im Garten der Kantine des Lernwerks in Vogelsang Premiere. Als Schauspieler stehen die Profis Charlotte Wittmer, Philippe Nauer und Michael Wolf auf der Freilichtbühne. Deren Kulisse bildet ein eigens für das Theater aufgebauter Hafenkran auf der Limmattseite. Damit das Publikum die Szenen rund um die tollkühne Vision eines «transhelvetischen Kanals» - dieser hätte die Schweiz mit der Nordsee und dem Mittelmeer verbinden sollen - genussvoll verdauen kann, wird das Theater von einem dreigängigen Diner gekrönt. **Seite 5**

jeden  
Donnerstag  
ab 18:00 Uhr

## ASADO À DISCRÉTION.

Jeden Donnerstag ab 18:00 Uhr im **PLÜ Restaurant & Lounge**  
Geniessen Sie für CHF 95.- à discrétion verschiedene Edelstücke des argentinischen Rindes vom Holzkohlegrill mit Beilage und Gemüse.  
Jetzt reservieren unter: **T +41 (0)56 204 08 08**

**PLÜ**  
RESTAURANT & LOUNGE  
BY GRAND CASINO BADEN

In Remigen bietet Monica Giedemann das erste pferdebegleitete Coaching in der Region Brugg an

# «Pferde sind wie Seismographen»

Als Coach unterstützt Monica Giedemann Menschen in Entwicklungs- und Veränderungsprozessen. Dafür setzt sie Pferde als Co-Coaches ein.

**URSULA BURGHERR**

Schimmel Nevada und Rappe Tito stehen auf der Koppel in Remigen und beschupfern vorsichtig den Klienten, der zum von Monica Giedemann angeleiteten pferdegestützten Coaching gekommen ist. Während Tito diesmal die passive Rolle übernimmt, zeigt Nevada mehr Interesse für sein menschliches Gegenüber und ist im rund einstündigen Coaching der aktive Part. «Pferde sind hochsensibel. Sie bringen den Menschen rasch auf die Gefühlsebene und seine aktuellen Themen in einem persönlichen Entwicklungs- oder Veränderungsprozess», meint Giedemann. Der anwesende Klient hat im Vorgespräch mit ihr über seine Aggressionsprobleme gesprochen, die er lange zurückgehalten hat. Er möchte sie in den Griff bekommen. Nevada wird unruhig und fängt an zu scharren. Ganz offensichtlich besteht da ein Problem. Die Pferde-Coaching-Spezialistin kommentiert die Reaktionen anhand der Körpersprache des Vierbeiners. Auf dem Boden stehen Pylonen, um die Nevada nun im Slalom herumgeführt werden muss. Bei solchen Übungen zeigt sich, ob das Pferd dem Menschen an der Führleine vertraut und ihn als Leader akzeptiert. Während Nevada sich manchmal sträubt, macht er in diesem Fall gut mit. Giedemann taucht mit sensiblen Fragen immer tiefer in die aktuelle Thematik ein. Langsam wird der Mann auf dem Platz ruhig und fühlt eine gewisse Befreiung, sodass er über seine Schwierigkeiten sprechen kann. Nevada reagiert unmittelbar. Er schnaubt ab, und sein Gesichtsausdruck wird entspannt. «Pferde sind wie Seismographen», meint Monica Giedemann, «sie spüren gute und schlechte Energien genau und reagieren auf kleinste Veränderungen.» Im abschliessenden Kurzfeedback geht es darum, welche Erkenntnisse der Klient aus dem Coaching ziehen kann, und welche neuen und besseren Verhaltensmuster er konkret an den Tag legen könnte. «Mit



**Pferde-Coach Monica Giedemann mit Schimmel Nevada und Rappe Tito**

BILD: UB

dem Coaching gebe ich dem Klienten ein Instrument, das ihn befähigt, selbständig seine Möglichkeiten und Perspektiven zu entdecken und eigene Lösungen zu erarbeiten.»

## Es braucht jahrelange Erfahrung

Die 58-jährige Monica Giedemann wuchs in Brugg auf. Ihre Eltern führten in der Altstadt über viele Jahre eine Metzgerei. «Wir besaßen selber Pferde, und ich fühlte mich von Kindesbeinen an stark mit ihnen verbunden», erzählt sie. Nach dem KV arbeitete sie als Bürofachkraft in der Amag Schinznach und wechselte dann zu Felix Bühler, dem schweizweit grössten Betrieb im Reitsport-Detailhandel. Daneben war sie eine passionierte Reiterin und war im Spring-sport aktiv. Nach verschiedenen beruflichen Stationen machte sie vor fünf Jahren eine Coaching-Ausbildung in Konstanz. Sie erinnert sich: «Ich wusste schon bald, dass ich mich auf die Begleitung von Pferden und Menschen spezialisieren möchte.» Es folgte eine Zusatzausbildung zum pferdeunterstützten Life- und Business-Coach. Monica Giedemann betont, dass für eine seriöse Karriere im Bereich des pferdeunterstützten Coachings Freude an Pferden und ein

Schnellkurs keineswegs ausreichend sind. Es brauche jahrelange Erfahrung mit den Vierbeinern. Um anderen Pferde-Coaches eine seriöse Plattform zu bieten, arbeitet sie als Gründungsmitglied im Schweizer Verband Pferdeunterstütztes Coaching mit.

Inzwischen ist die Aargauerin an zwei Standorten tätig. In Weisweil arbeitet sie mit ehemaligen Rennpferden, die dank dem Verein «Zweites Leben für Sportpferde» ein neues Leben ohne Zwänge geniessen dürfen. Letztes Jahr zog sie von Brugg nach Remigen und lernte die Besitzerin von Nevada und Tito kennen. Diese absolvierte selber ein Coaching mit den vierbeinigen Co-Coaches und war davon begeistert.

## «Viel positive Energie»

Das Pferde-Coaching macht Monica Giedemann nebenberuflich. Sie arbeitet Teilzeit bei den Psychiatrischen Diensten Aargau (PDAG) und bedient in der Klinik Königsfelden die Zentrale. Dadurch erwirbt sie sich laufend Erfahrung mit Menschen in Krisensituationen. «Mein Job garantiert mir ein fixes Einkommen, um mein Leben zu bestreiten. Gleichzeitig ermöglicht er mir, ohne Existenzängste meiner grossen Leidenschaft nachzugehen.

Dadurch entsteht viel positive Energie», ist sie überzeugt.

## Oft reicht ein Coaching

«Pferde haben mehr Ausdrucksmöglichkeiten als beispielsweise Schimpansen oder Hunde. Sie leben im Herdenverbund, wo die sozialen Strukturen denen der Menschen sehr ähnlich sind.» Das mache sie zu idealen Führungstieren, erklärt die Coaching-Fachfrau. Eine Konsultation beinhaltet eine telefonische Erstabklärung (horse-feedback.ch) sowie ein Gespräch vor Ort über den Ablauf und die aktuelle Thematik. Dann bringt der Klient rund eine Stunde mit dem Pferd. Giedemann gibt Feedbacks und arbeitet zu Visualisierungszwecken mit verschiedenen Hilfsmitteln. Welche Probleme auch immer zur Sprache kommen, sie wertet niemals. Zum Schluss wird besprochen, wie die nächsten Schritte für eine positive Veränderung konkret aussehen könnten. Oft ist eine Coaching-Stunde ausreichend. Das wird in einem Telefongespräch ein paar Wochen danach abgeklärt. «Mein Ziel ist immer, dass mein Gegenüber mit einem positiven Gefühl nach Hause geht. Egal wie schwierig seine Thematik ist», sagt Monica Giedemann.

## QUERBEET

### Welcher Blinkertyp sind Sie?



**Ernst Bannwart**

*Hand aufs Herz - leiden Sie auch unter einem Phänomen, das es seit der Erfindung des Kreisels gibt und das man als traumatisches Blinkersyndrom bezeichnen könnte? Mit den Kreiseln hat sich fast unmerklich ein gefährliches Spiel entwickelt, das man füglich als Kreisleroulette bezeichnen könnte.*

*Sicher ist auch Ihnen nicht entgangen, dass es mehrere Blinkertypen gibt, die für Spannung im Verkehr sorgen. Zwar gibt es tatsächlich einzelne Exemplare, die den Blinker so einsetzen, wie es gedacht wäre. Aber längst nicht alle! Grob gesehen, lassen sich diese in fünf Kategorien einteilen. Konkret manifestieren sich diese wie folgt: Der Zufrühbinker nähert sich zügig dem Kreisel, und nun gibt es zwei Möglichkeiten: Entweder hat er vergessen, den Blinker zurückzustellen, oder er will tatsächlich - eher die Ausnahme - bei der ersten Ausfahrt wieder raus. Vermutlich aber eher bei der zweiten, weil er gar nicht wusste, dass es vor seiner angepeilten Ausfahrt noch eine andere gab.*

*Sein Antipode ist der Zuspätbinker (Posthumbinker), der nur noch rückwirkend bestätigt, dass er soeben abgezweigt ist. Nützt auch nicht gerade viel, ist aber ungefährlicher als der Zufrüh- oder der mit ihm verwandte Dauerbinker, dessen Blinkanlage immer irgendwie hängen bleibt.*

*Eine echte Herausforderung sind aber die Wechselbinker. Jene, die auch sonst gerne links und rechts verwechseln und im letzten Moment das Gegenteil von dem wählen, was sie eigentlich vorhatten. Hier ist absolute Flexibilität überlebensnotwendig. Die eigentlichen Wundertüten sind allerdings die Blinkabstinentler. Da darf man bis zuletzt raten, was sie wohl im Schilde führen, weil sie sich einfach nicht unnötig früh festlegen möchten.*

*Unsere Generation hat ja noch gelernt, situativ mit solchen Eventual- und Restrisiken zu rechnen. Was aber ist mit der neuen Generation, bei der nur noch das GPS bestimmt, wo's langgeht? Wäre es nicht höchste Zeit für eine Volksinitiative, damit sich die verschiedenen Blinklager zu einem halbwegs einheitlichen Verhalten verpflichten müssten?*

Inserat

## Bestes aus der Region

**Bio-Dinkelmehl**  
aus Zeihen/AG

- Urinkel-Mehl Vollkorn
- Aus kontr. Bioanbau
- Regional

1kg Fr. 6.60



## MER HEI E VEREIN: Flickstatt Baden

# Die Retter von Mixer und Co.

In der «Flickstatt» werden kaputte Dinge wieder auf Vordermann gebracht. Und das jederzeit - und fast kostenlos.

799: So vielen defekten Geräten wurde in den vergangenen Monaten ein zweites Leben geschenkt. Ein kaputter Mixer, ein demoliertes Spielzeugauto, ein defekter Staubsauger - in der «Flickstatt» am Hahnrainweg in Baden versuchen insgesamt dreizehn Männer und Frauen, die Geräte vor dem Mülleimer zu bewahren.

Die «Flickstatt» hat drei Eltern. Hans und Elvira Heim hatten die Idee, und Bernd Reichert stellte unentgeltlich den entsprechenden Raum zur Verfügung. Hans Heim erinnert sich im Gespräch an die Ursprungsgedanken: «In den Medien hörte ich immer wieder von «Repair-Cafés». Einerseits beeindruckten ihn diese Initiativen, andererseits fand er es schade, dass die Repair-Cafés keinen festen Standort hatten und nach ein paar Tagen wieder weggezogen. «Ich suchte



**Stjepan Kos, Hans Heim, Heinz Steffen und Markus Waldmann**

BILD: ZVG

nach einem Ort, wo die Leute ihre Geräte auch über Nacht lagern konnten.»

So entstand die «Flickstatt», die immer am Mittwoch, Freitag und Samstag geöffnet hat. Jeder der dreizehn ehrenamtlichen Mitarbeiter des Vereins hat sein Spezialthema. Heim kennt sich gut mit Spielzeugen aus. Der mittlerweile pensionierte Drucke-

rei-Angestellte muss immer wieder den Kopf schütteln, wenn er Spielzeuge aus Plastik sieht. «Häufig ist das Plastikgehäuse nicht mit einem Schraubenzieher zu öffnen.» Die Hersteller verklickten die Plastikteile so ineinander, dass man häufig die Zange oder den Hammer holen müsse, um ans Innenleben heranzukommen. Wenn die Männer und Frauen die ka-

putten Sachen reparieren, entstehen häufig Gespräche mit den «Kunden», die in der «Flickstatt» nur die Kosten für die Ersatzteile bezahlen müssen. Nicht selten landet aber noch ein Nötli in der Trinkgeld-Box.

Wer Interesse am Verein hat, erlebt spannende und lustige Stunden. Und hilft mit, die Flut an neuen Geräten etwas einzudämmen. Nur zehn Franken kostet die Mitgliedschaft im Jahr. Diese geringe Gebühr und die fast kostenlosen Reparaturen machen die «Flickstatt» zu einem nicht gewinnorientierten Verein. FRE

flickstatt13.ch

## MER HEI E VEREIN

Die Rubrik ist - in Anlehnung an den bekannten Song von Mani Matter - eine Hommage an all die vielen Vereine der Region. Sind auch Sie Mitglied eines tollen Vereins, den wir hier vorstellen dürfen? Schreiben Sie uns an [redaktion@effingermedien.ch](mailto:redaktion@effingermedien.ch).