

Positiver Energiefluss sorgt für Vitalität

Die Praxis TCM Aaretal hat mit Li Wang eine erfahrene und mit viel Herzblut tätige Ärztin im Team.

In der chinesischen Medizin wird erst nach der Ursache gesucht, dann das Symptom bekämpft. Man versucht, die Körperfunktionen wieder in Einklang zu bringen. Und dies ohne Medikamente. TCM Aaretal zeigt Ihnen, wie das geht.

Carolin Frei

Wegen sitzender Tätigkeit, mangelnder Bewegung und zu wenig Schlaf sowie Stress klagen viele Menschen über Beschwerden im Bewegungsapparat, Kopfschmerzen, Verdauungsprobleme. Dies sind nur drei von vielen möglichen Beschwerden, bei denen mit der Traditionellen Chinesischen Medizin gute Erfolge erzielt werden. Der Lebensstil oder die Essgewohnheiten spielen eine zentrale Rolle. «In der TCM orientiert man sich an drei wichtigen Faktoren: am Schlaf, am Appetit und am Stuhlgang», sagt Dingqin Frank-Hu, Geschäftsführerin und Dolmetscherin bei TCM Aaretal. Diese seien entscheidend für eine gute Gesundheit. Man sollte auf die kleinen Signale eines gesundheitlichen Problems achten. Denn Krankheiten entwickeln sich schleichend. «Wenn der Bluttest eine Krankheit belegt, ist es eigentlich schon zu spät. TCM setzt stark auf Prävention», betont die Geschäftsführerin. Ein Beispiel aus der Praxis: «Wir haben zwei



TCM Aaretal: V. l. Geschäftsführerin Dingqin Frank-Hu, Patientin Eva Sandmeier und Ärztin Dr. Li Wang. Fotos: Carolin Frei

Patientinnen, die beide 78 Jahre alt sind», sagt Frank-Hu. Eine der Frauen sei nur noch mit ihrem Rollator mobil, die andere brauche nicht einmal einen Gehstock. Sie bewältigt ihren Haushalt ganz allein. Wie kann es zu solchen Unterschieden kommen? Dingqin Frank-Hu: «Die Patientin mit dem Rollator hat einige Operation hinter sich und kann die Schmerzen nur noch mit Medikamenten ertragen. Die andere Dame hatte keine Operationen.» Das Problem sei, dass bei einer Operation der positive Energiefluss unterbrochen werde. Und dies seine Zeit brauche, bis der Körper wieder im Gleichgewicht sei.

Energieblockaden lösen

Eine wichtige Rolle spielt dabei das Leber- und Nieren-Qi. Mit zunehmendem Alter nimmt der Qi-Fluss ab. Alle Knochen und Sehnen gehören zum Nieren-Qi. Deshalb dauert die Heilung nach einem operativen Eingriff so lange, da der positive Energiefluss fehlt. Um dies zu verhindern, sollte man ganzheitlich behandeln. Das Ziel einer TCM-Therapie besteht darin, die Blockaden zu lösen, die Energie wieder frei fließen zu lassen. Um dies zu erreichen, kommen Akupunktur, Schröpfen, Tuina-Massage, Wärmetherapie und chinesische Heilkräuter zum Zug. Um vertieft abzuklä-

ren, wo die Ursache liegt, wird immer als erstes eine Puls-Zungen-Diagnose beim Patienten durchgeführt. Danach zeigt die Ärztin das weitere Vorgehen auf. «Eine Sitzung dauert bei uns etwa 60 Minuten», sagt Frank-Hu. Die TCM-Ärztin Li Wang ist unter anderem spezialisiert auf Schilddrüsenprobleme, die Behandlung von grünem und grauem Star, Gesichtslähmung, Wechseljahrbeschwerden und Nachbehandlung nach Operationen. Sehr gross geschrieben wird nicht nur die Behandlung von Beschwerden, sondern auch die Prävention. Was immer man sucht, bei der TCM Aaretal wird man kompetent beraten.



Dr. Li Wang beim Schröpfen.

TAG DER OFFENEN TÜR

Samstag, 7. April 2018
von 9 bis 16 Uhr

Kommen Sie auf einen Tee vorbei und lassen Sie sich nach einer kostenlosen Puls-Zungen-Diagnose von uns beraten. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

TCM Aaretal
Bahnhofstrasse 3
5000 Aarau
www.tcm-aaretal.ch

Remember Badenfahrt! Nordportal Baden, Halle, Freitag, 6. April, 21 Uhr

FÜR WIEDERHOLUNGSTÄTER.

TV 24 SERIE

Ein Wirt, der in vielen Beziehungen ein Vorbild ist

Hirschthal Kadir Karakurd hat es geschafft, den Erfolg der «Traube» zu halten

VON FLURINA DÜNKI (TEXT)
UND CHRIS ISELI (FOTO)

Ziemlich unscheinbar steht sie neben den WSB-Gleisen, die Pizzeria Traube in Hirschthal. Wer zügig auf der Hirschthaler Hauptstrasse vorbeifährt, könnte gar übersehen, dass das Gebäude mit Wohnungen im oberen Stock ein Gasthof ist.

Wer jedoch bereits in der «Traube» eingekehrt ist und die volle Gaststube sah, kann die aktuellen Sorgen von Wirt Kadir Karakurd nachvollziehen. «Immer, wenn in den Nachbarländern ein neuer Wirt anfängt, hoffe ich, dass er Erfolg hat», sagt der 48-Jährige. Mittags wie abends ist seine Wirtschaft voll und jedes Mal, wenn einem Restaurant der Region nach einem Pächterwechsel die Gäste ausgehen, weichen noch mehr Leute auf seine Pizzeria aus. Er könne schlicht nicht mehr Gäste bewirten.

Und noch etwas macht ihm diesbezüglich Sorgen: «Jede Schliessung eines Restaurants schadet der Gastkultur der Gegend. Wenn man hier fast nur noch in Imbissen essen kann, verlernen die Leute, wie gut es tut, sich Zeit zum Essen zu nehmen.»

Einfach der Kurt

Karakurd selber nimmt sich Zeit: Jeden Tag ein paar Minuten lang mit dem einen oder anderen Gast zu plaudern. «Für sie bin ich einfach der Kurt», sagt er. Eine gute Beziehung zu den Gästen sei etwas vom Wichtigsten und beim Schwatz erfahre er auch, was der Gast von heute wolle. Die meiste Zeit aber packt er zu - und dies in rasantem Tempo. Auch jetzt, wenn das Restaurant zwischen Mittag- und Abendessen geschlossen ist, kann er nicht untätig bleiben. Muss auf den Tisch, wo er eben mit dem Personal gegessen hat, ein neues Gedeck legen. Will prüfen, ob die Fussmatte draussen für den Abend sauber gemacht wurde. Schaut, ob die Toiletten wirklich blitzblank sind.

Aus seinen Anfängen in der Gastronomie vor 20 Jahren ist er sich gewohnt, alles zu machen. Seit der Kurde als Jugendlicher die Türkei verliess («Die Politik! Aber reden wir nicht darüber», sagt er einzig dazu), arbeitete er sich im Gastgewerbe von ganz unten nach ganz oben. Doch auch hier oben dürfe sich der Wirt nie zu schade sein, um in der Küche auszuhelfen oder Teller zu waschen. Dort wo es ihn eben gerade brauche. Die Gäste anzuhören und überall anzupacken: diese Pfeiler gehören zum Erfolgsrezept, das der Wirt mit den Worten zusammenfasst:



Seit knapp zehn Jahren ist Kadir Karakurd Wirt der «Traube». Seit 2016 ist er Eigentümer.

«Du musst deine Arbeit ernst nehmen.» Die 19-jährige Tochter, das älteste seiner vier Kinder, helfe bei Hochzeiten auch bereits im Service aus. Und bekomme sein Credo immer wieder zu hören, weil davon alles abhängt. Das gelte für jeden Beruf. Für die Gastronomie hiesse das auch, dass die Qualität immer stimmen müsse. «Die Gäste fahren bis zu 20 Kilometer, um bei uns ihr Mittag- oder Abendessen zu bekommen. Da muss ich ihnen einen guten Grund dafür geben», sagt der Wirt. Deshalb müssten qualitativ gute Zutaten eingekauft und die Pizzen ordentlich belegt werden - «lieber ein paar Stückli Schinken mehr drauf als ein Loch im Belag». Denn Knausrigkeit, das führe zu nichts: «Was habe ich von gesparten 500 Franken Ende Monat, wenn ein Kunde dafür nach dem dritten Mal nicht mehr kommt?»

Seltenes Erfolgsbeispiel

Dank der «Traube» ist Hirschthal eines der eher seltenen Dörfer der Gegend, in der es ein Restaurant geschafft hat, sich über Jahrzehnte zu halten. Der Erfolg wurde mit dem Pizzeria-Konzept erreicht. Seit der alte «Traube»-Wirt Peter Kovac die Speise in den

1960er-Jahren das erste Mal seinen Gästen aufschichtete, wurde nie mehr von der eingeschlagenen Erfolgsschiene abgewichen. «Damals erzählte ein italienischer Bekannter dem Wirt, dass in seiner Heimat alle auf diese Teigfladen mit Tomatensauce und Käse abfahren würden», sagt Karakurd.

Sechs Monate nachdem Kovac in seinem Gasofen die erste Pizza gebacken hatte, konnte er sich vor Gästen kaum mehr retten. 2008 ging Kovac in Rente, unter den Bewerbern als Nachfolger war Karakurd, der damals noch im Raum Zürich wohnte. Genommen wurde ein Mitsstreiter. Nachdem dieser sechs Wochen gewirkt hatte, bekam der Abgelehnte einen Anruf. «Sie fragten, ob ich noch interessiert sei. Der Wirt habe den Bettel hingeschmissen.»

Pizzeria in Moderne geführt

Heute bäckt der sizilianische Koch der «Traube» für Pizza-versierte Gäste. Dazu hatte Karakurd vor sechs Jahren, als er noch Pächter der «Traube» war, aus eigener Tasche in einen Holzofen investiert. «Ich wusste damals, dass wir als Pizzeria einen Schritt vorwärts machen mussten und dazu gehört heute dieser Holzofen.» Seit 2016 ist Karakurd, der

mit seiner Familie in der Wohnung über der «Traube» wohnt, Eigentümer des Restaurants. Dann erst habe er die grossen Umbauten tätigen können, wofür schon lange Pläne in ihm geschlummert hatten. Die «Traube»-Bar Bacchus im Untergeschoss baute er zur Gaststube aus. Ausserdem vergrösserte er die Terrasse zum Tramgleis hin. Momentan ist wieder ein Projekt auf der Terrasse angesteckt. Damit die Gäste auf der Terrasse vor der Sonne geschützt sind, möchte der Wirt nach Westen hin eine Mauer hochziehen lassen.

Was machen andere Restaurants falsch, das die «Traube» richtig macht? «Ich suche nie Fehler bei anderen», sagt Karakurd, «nur bei mir selber.» Wahrscheinlich deshalb, weil man nicht weiterkomme, wenn man sich über die Gründe der Erfolge oder Misserfolge der Konkurrenz den Kopf zerbreche. «Ich selber muss mir als Wirt Mühe geben. Und die Gäste schätzen. Dies befolge ich seit meinem ersten Arbeitstag hier und an meinem letzten soll es noch genauso sein.»



Ein Video sehen Sie auf www.aargauerzeitung.ch

Kölliken

Wo steht die Gemeinde in 20 Jahren?

Mit dieser Frage hat sich der neu gewählte Gemeinderat Kölliken an seiner Klausur befasst. Dabei wurde ein Gemeindeleitbild erarbeitet und die Legislatur 2018/21 geplant. Der Finanzplan ist noch in Arbeit und soll bis Mitte Jahr vorliegen. Leitbild, Finanzplan und Legislaturziele sind rechtlich unverbindlich und dienen dem Gemeinderat als Grundlage, die Zielsetzungen transparent darzustellen. Zu den wichtigsten Zielen der Legislaturplanung gehört die Erhaltung der Postdienstleistungen im Dorf. Dafür stehen demnächst Gespräche mit Vertretern der Post an. Zudem breche mit dem Ende der Sanierung der Sondermülldeponie ein neues Zeitalter in der Wahrnehmung der Gemeinde Kölliken an: Diese Chance will der Gemeinderat strategisch und kommunikativ nutzen. Ein grosser Brocken seien weiter der Unterhalt und die Entwicklung der Infrastrukturen in der Gemeinde: Dazu zählen unter anderem Schulhäuser und Strassen. Gemeindefürsorge stehen altershalber einige Personalabgänge an, die vorzeitig geplant werden sollen, damit der Wissenstransfer funktioniert. Die Legislaturplanung sieht zudem vor, dass «der Steuerfuss gleichbleibend angesetzt werden soll und eine mittelfristig ausgeglichene Rechnung ermöglicht wird.» (ME)

BRIEFE AN DIE AZ

Kölliken behält EW auch

az vom 4. 4. Richtigstellung zum Leserbrief «Teufenthal nahezu Triathlonsieger»

Im Vergleich eines Triathlons hat Roland Jaus in seinem Leserbrief kundgetan, was in Teufenthal alles schiefgelaufen ist oder läuft. Als erste Disziplin beanstandet er das damalige Argument gegen den Elektrizitätswerkverkauf anlässlich der Gemeindefusionsfindung wie folgt: Oberkulm und Unterkulm haben ihr Elektrizitätswerk versilbert. Sicher geben wir unser «EW» nicht als Mitgift, kommt gar nicht infrage. Als Gegenargument habe er der Presse entnommen, dass die Gemeinde Kölliken ihr Elektrizitätswerk verkauft hat. Herr Jaus, Sie haben falsch recherchiert, nicht richtig gelesen und deshalb falsch kommuniziert: Kölliken hat in der Referendumsabstimmung im März den Verkauf des EW abgelehnt! In eigener Sache als vierte Disziplin: Immerhin hat sich die Fusion 2009 der drei Feuerwehren in eine schlagkräftige «Feuerwehr mittlere Wynental» als richtig erwiesen.

ULRICH MÜLLER, UNTERKULM

Eine Schule schleppt Umzugskisten

Unterkulm Das Schulhaus Färberacker wird für die Sanierungsarbeiten geräumt. In einer Woche beginnen die Arbeiten.

VON MELANIE EICHENBERGER

«Zügeln ist viel cooler als Schulunterricht». Darin sind sich die Schüler der sechsten Klasse von Thomas Steinmann einig. Bei Sonnenschein und frühlingshaften Temperaturen schleppen die Sechstklässler gemeinsam Zügel-Kisten vom Färberacker-Schulhaus ins Provisorium. Ordner, Hefte, Schulmaterial, Pinsel und Lineale. Gleichzeitig ist ein Zügelunternehmen daran, Wandtafeln im «Färberacker» abzuschrauben und das Schulmobiliar in Lastwagen zu verfrachten. Selbst Schulleiterin Heidi Bolliger packt mit an: «Eine ganze Schule zu zügel, ist eine grosse Sache», sagt sie.

Vor rund zwei Wochen lieferten drei Lastwagen während zweier Tage 44 Con-



«Eine ganze Schule zu zügel, ist eine grosse Sache.»

Heidi Bolliger Schulleiterin



Die ganze Schule packt beim Zügeln mit an.

tainer auf dem Unterkulmer Sportplatz Färberacker an. Diese wurden zu einem zweistöckigen Schulhausprovisorium aufgestapelt. So entstanden bis Ostern acht

Schulzimmer mit einer WC-Anlage auf jedem Stock. Die Baukosten belaufen sich auf 224 000 Franken, dazu kommen die Kosten für die Werkleitungen.

200 Kinder werden im Container-Schulhaus bis im Herbst unterrichtet. Die Unterkulmer Kochschule musste nach Teufenthal ausweichen, das Textile Werken findet in einem anderen Unterkulmer Schulhaus statt. Die Sechstklässler freuen sich nicht auf das neue Schulhaus. «Es wird sicher mega heiss hier drin», sind sie sich beim Einräumen der Schränke sicher. Die 12-Jährigen werden nur bis im Sommer im Provisorium zur Schule gehen. Danach steht der Übertritt in die Oberstufe und somit ein Schulhauswechsel an. Die grösste Herausforderung für alle Lehrpersonen vor der aktuellen Zügler war das Räumen des Schulhauses, sagt Heidi Bolliger: «Über all die Jahre hat man viele Sachen behalten, die man für später aufbewahrt hat.» Zu entscheiden, was wirklich noch gebraucht werde, sei anspruchsvoll gewesen.

In den Frühlingsferien beginnen die geplanten Sanierungsarbeiten des 46-jährigen Schulhauses Färberacker. Das Projekt, das die Unterkulmer seit Jahren beschäftigt, kostet rund 5,9 Millionen Franken.