

## Lokalberichte

### Veranstalter und Helfer



Anlässe und Veranstaltungen beleben den Alltag in einer Ortschaft. Denn keine Gemeinde gewinnt an Attraktivität, wenn sie nur zum Wohnen und Schlafen gebraucht wird. Daran mag auch ein interessanter Steuersatz nichts ändern. Dass Bottmingen schweizweit für sein Oldtimer-Treffen bekannt ist, hat viel mit dem Organisator – in der Person von Willi Duerring und seiner Familie – zu tun. Und dass befreundete Ortsvereine, in diesem Falle die Arbeiterschützen Bottmingen, Leute abstellen, die ehrenamtlich helfen. Wie dieses nicht gänzlich unbekanntes Trio (Vater Marcel und Sohn Stefan Pflüger sowie der Grillmeister Lino sind es), das stoisch die Oldtimer auf

ihre Parkplätze wies respektive garantierte, dass kein Blechschaden entstand. Kurzum: Jedes Fest ist nur so gut, wie es Helferinnen und Helfer hat. Und natürlich freut man sich über eine Resonanz – am letzten Sonntag jedenfalls sahen wir Hunderte, wenn nicht Tausende von Besuchern, die fasziniert die Oldtimer-Ausstellung rund um das Weiherschloss besuchten. Auf ein nächstes Jahr, wenn ein grosses Stück (automobile) Zeitgeschichte nach Bottmingen kommt.

Text und Fotos: Georges Küng



## Dies und Das

### Stimmungsvolle Landlesen-Preisverleihung

Am 10. September wurden im Kilchbühl-Schulhaus Biel-Benken zum ersten Mal die Sieger des Schreibwettbewerbes (Landlesen) für das untere Baselbiet, das Laufen- und Schwarzbubenland bekanntgegeben. Nicht weniger als 126 Texte waren in den Kategorien Lyrik und Prosa eingereicht worden und nun sassen viele der Autorinnen und Autoren erwartungsfroh im Publikum. Wer alles würde nun einen Geldpreis samt Holz-

buchtrophäe zugesprochen erhalten? Zu Beginn des ausserordentlich gut besuchten Festes liess es sich Jurypräsident Alain Claude Sulzer nicht nehmen, in einer sowohl launigen wie tiefschürfenden Ansprache über das Wesen der Schriftstellerei nachzudenken. Es wurden zudem zwei im Unterricht des Biel-Benker Lehrers Markus Heiniger geschriebene Aufsätze vorgelesen, die Zeugnis vom unverfälschten Fanta-

siereichtum unserer Jugend ablegten. Ebenfalls ausser Konkurrenz lasen Barbara Horvath, Schauspielerinnen am Theater Basel, Helmut Berger, Schauspieler und Regisseur, sowie Schriftsteller Alain Claude Sulzer von drei ebenfalls anwesenden Artisten verfasste Texte, die das Publikum enorm berührten.

Dann begann der Reigen der Preisverleihungen. Abwechselnd rezitierten die erwähnten Vorleser die ausgekürten Ein-

sendungen und anschliessend die Laudationes, ehe es zu den Preisübergaben kam. Bekanntlich wurden zu zwei Lyrikpreisen von der Stiftung «Pro Musica Leimental» Kompositionsaufträge vergeben, deren Uraufführungen durch Komponist Beat Schönegg mit Barbara Horvath sowie Michael Wächter, Musiker und Schauspieler am Theater Basel, musikalische Farbtupfer in die Zeremonie brachten.

Urs Berger



### Gastgeber des 1. Regio-Talk



Vielleicht gibt es noch Leserinnen (kaum) und Leser (eher), die das «Papuni» nicht kennen. Eine Lokalität im Ortskern von Oberwil, an der Stephan Gschwind-Strasse, in unmittelbarer Nähe des Werkhofes.

Das «Papuni», das von Elli Mengiardi geführt wird (Ehemann Jon hilft tatkräftig mit), ist ein Bijou, das man weniger beschreiben und erklären, sondern erleben muss. Und wie wir bereits vor zwei Wochen (im Forum) angekündigt haben, findet am nächsten Donnerstag eine Premiere statt. BiBo lädt zum 1. Regio-Talk ein; Abendgast wird Georg Heitz sein. Auch ihn muss man nicht näher vorstellen – wir werden es aber im nächsten Frontartikel dezent tun ...

Wir sind sicher, dass nicht nur «Schnägg», sondern Interessierte aus dem ganzen Birsig- und Leimental dem Gespräch zwischen dem Unterzeichneten und Georg «Gege» Heitz beiwohnen werden. Im Papuni, das man schlicht erleben muss!

Georges Küng



### Die Preisträger

#### Prosa – Jugendliche

1. «Vögel zählen oder Die wahre Bedeutung von Freiheit» **Julie Roth, Nuglar**
2. «Frei oder Eine moderne Fabel als Satire über die heutige westliche Gesellschaft und die Bedeutung und Rolle von Freiheit» **Anouk Petitpierre, Bottmingen**

#### Prosa – Erwachsene

1. «Notizen des Dorfchronisten Adalbert Frei» **Daniel Erni, Reinach**
2. «Rot sehen» **Rudolf Waldmann, Reinach**
3. «Totentanz» **Esther Bossard, Bubendorf**
3. «Zapp» **Barbara Groher, Arlesheim**

#### Lyrik – Erwachsene

1. «Unbefreit - Kinderlieder I + II» **Sophie Bischoff, Arlesheim**
2. «Klang I» **Vreni Fasolin-Wiggli, Münchenstein**
3. «flüstern. einflüstern. reden» **Josef-Anton Willa, Arlesheim**

## Neues Lebensgefühl durch immunstärkende Rezepte

Wir leben in einem Land mit einer sehr hohen Lebensqualität, auch dank gut funktionierender Gesundheitsversorgung. Dennoch leiden 2,2 Millionen Menschen in der Schweiz an chronischen Krankheiten wie Diabetes, Fett-sucht, Herz- und Kreislauf-Erkrankungen sowie psychischen Störungen. Dies hat mehrheitlich mit unserer ungünstigen Lebensweise zu tun. Hier setzt das Buch «Kochen für ein starkes Immun-system» an.

Im ersten Teil informiert es über den Darm, unser «zweites Gehirn», und zeigt auf, welcher enorme Einfluss die Ernährung auf unsere Psyche, Gelüste und sogar unser Verhalten hat. Ob man sich gut oder schlecht fühlt, hängt eng mit den im Darm lebenden Bakterien zusammen. Eine gestörte Darmflora kann Ursache von verschiedenen Krankheiten sein. Die Frage bleibt, was soll man, darf man noch essen? Food-Trends, die in jüngster Zeit wie Pilze aus dem Boden schiessen, und die Werbung, der wir tagtäglich auf verschiedenste Weise begegnen, beeinflussen unser Kaufverhalten und somit unsere

Gesundheit auf markante Weise. Ein Blick hinter die Kulissen lohnt sich also. Die im zweiten Teil des Buches präsentierten 70 Rezepte von Carola Schoch sind nicht nur köstlich, sondern haben einen positiven Einfluss auf die Darmflora, wodurch sie uns fit und energiegeladener machen.



**Dora Borostyan, Carola Schoch**  
Kochen für ein starkes Immunsystem  
320 Seiten, Hardcover,  
durchgehend farbig bebildert  
CHF 39.80  
ISBN 978-3-03884-000-8



**Dora Borostyan** ist Ernährungsberaterin, Make-up-Artist und Stylistin. Sie ist seit rund 20 Jahren in der Modebranche tätig. Als Creative Director und Produzentin realisierte sie weltweit Konzepte, darunter aufwendige Photoshootings für Printprodukte und Websites. 2013 erschien ihr erstes Buch «Gloss Make-up Guide». Jeder Mensch, der wie sie unregelmässige und lange Arbeitszeiten hat und viel unterwegs ist, weiss, wie schwierig es sein kann, ein konstant gesundes Essverhalten zu haben. Für sie kam das endgültige Umdenken nach einem Burnout, wonach sie ihr Leben grundlegend veränderte. Die faszinierenden und vielseitigen Zusammenhänge zwischen Ernährung und Wohlbefinden begeisterten sie so sehr, dass ihre persönlichen Recherchen unter dem Stichwort «Notizen für einen gesünderen Lebensstil» ihren Abschluss in diesem Buch fanden.



Die Wiener Sport- und Ernährungsexpertin **Carola Schoch** lebte als Marketingleiterin in Mailand, Madrid, Lausanne, Zürich, Lissabon und Rio de Janeiro. Sie fühlte sich überall zu Hause, denn «zu Hause» ist für sie kein Ort, sondern ein Lebensgefühl beziehungsweise Wohlbefinden mit viel Bewegung und lokale, gesunde Ernährung. 2012 kündigte sie ihren Job bei einer Unternehmensberatung und machte ihr Hobby als Pionierin in der Schweizer Bootcamp-Branche [www.swisscitybootcamp.ch](http://www.swisscitybootcamp.ch) zur Berufung, um sich und ihren Kunden Gutes zu tun. Nach Weiterbildungen als «Rawfood Chef» (u.a. bei Rohkost-Ikone Sayuri auf Bali) und ihrem Master an der EPFL-Schule für Sportmanagement und Technology Lausanne gründete sie ihren Onlineshop [Wellville.eu](http://Wellville.eu). Seither beschäftigt sie sich mit der Produktion und dem Vertrieb von Superfoods und Bio-Kosmetika.