

## Region

## «Krisen sind das Normalste im Leben»

**Bülach** Moderator und Autor Ruedi Josuran erzählte am Montagabend über seine Erfahrungen mit psychischen Krankheiten. Zum Anlass hatten die ökumenische Arbeitsgruppe und die Stiftung Wisli eingeladen.

**Barbara Stotz Würgler**

Als ihn sein Hausarzt fragte, was ihm denn fehle, konnte Ruedi Josuran keine genaue Auskunft geben. Es war vor rund zehn Jahren, als er an Schlaflosigkeit litt, sich erschöpft fühlte und sich immer mehr vom Leben zurückzog. «Man weiss gar nicht, was mit einem passiert», erinnert sich der 62-Jährige an diese schwierige Zeit. Die Diagnose «Depression» sei einerseits ein Schock gewesen, habe aber auch etwas Befreiendes gehabt. Nun hatte er die Gewissheit, dass er wirklich etwas hat, und sich nicht alles nur einbildete. Dennoch: Ruedi Josuran fühlte sich schuldig, schämte sich für seine Situation und zweifelte an sich selber. Heute weiss er: Eine psychische Krise kann jeden treffen. Die Suche nach der Schuld erübrigt sich. «Krisen sind das Normalste im Leben», sagt Josuran, «ohne Krisen gibt es keine Entwicklung im Leben».

Ruedi Josuran war jahrelang als Moderator auf verschiedenen Radiosendern zu hören. Nach seinem Burn-out orientierte er sich beruflich neu. Seit 2011 präsentiert er alle zwei Wochen auf SRF 2 die Talksendung «Fenster zum Sonntag». Ausserdem hat er eine Ausbildung zum Krisencoach durchlaufen. Sein Wissen und seine Erfahrung gibt er an Lesungen oder Vortragsabenden weiter.

Nach Bülach in die Räumlichkeiten von We-Care Arbeitsintegration eingeladen hatten ihn die reformierte, die katholische und die evangelisch-methodistische Kirche sowie die Stiftung Wisli, die sich in den Bereichen Wohnen und Arbeiten für Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen einsetzt.

**Keine «Gottesstrafe»**

Als gläubiger Mensch habe er zuerst grosse Mühe gehabt zu akzeptieren, dass er an einer psychischen Krankheit leidet, führte Ruedi Josuran weiter aus. Und zwar an einer, die auch medikamentös behandelt werden musste. Vor diesem Zeitpunkt habe er angenommen, dass psychische Krankheiten eine Strafe Gottes seien. Ein christlicher Arzt habe ihm jedoch versichert, dass es sich um ein biologisches Problem handle und dass Gott bei ihm sei – das Problem jedoch



Zunächst empfand Radiomoderator Ruedi Josuran seine Depression als Strafe Gottes. Foto: Barbara Stotz Würgler

nicht verursacht habe. Der Mediziner riet ihm auch dringend, das verordnete Antidepressivum einzunehmen. Schon wenige Tage nach Beginn der Einnahme habe er das Gefühl gehabt, «als hätte jemand den Lichtschalter angeknipst». Auf diese Weise habe er Gott auch wieder spüren können.

Nachdem er sich mit seiner Erkrankung abgefunden und

Hilfe angenommen hatte, erlebte er jedoch, wie negativ behaftet psychische Erkrankungen in der Gesellschaft sind. Die Menschen in seinem Umfeld zogen sich zurück, auch vermeintliche Freunde wandten sich ab. «Es entstand eine gegenseitige Sprachlosigkeit.» Als er zu einem späteren Zeitpunkt wegen eines Herzinfarkts notfallmässig operiert werden muss-

te, machte er eine ganz andere Erfahrung: «Ich hatte noch nie zuvor so viel Zuwendung erhalten.» Dies deshalb, weil es sich im Gegensatz zu einem psychischen Leiden bei einem Herzinfarkt um eine gesellschaftlich anerkannte Krankheit handle.

**Ein positives Selbstbild hilft**

Um einer allfälligen Depression vorzubeugen, riet Ruedi Josu-

ran dem Publikum, am eigenen Selbstbild zu arbeiten: «Gehen Sie gut mit sich um. Definieren Sie sich nicht darüber, was andere über Sie sagen.» Dazu gehöre auch, dass man seine Schattenseiten akzeptiere und für sich selber einstehe. Ein positives Selbstbild helfe dabei, eine nächste Krise anders anzugehen – mit mehr Boden unter den Füssen.

## Nachrichten

**Bach gefährdet Kirche und Kindergarten**

**Lufingen** Die eingedolten Abschnitte des Hinterdorfbaches weisen gemäss Gefahrenkarte eine niedrige hydraulische Kapazität auf. Trotz Ausbaumassnahmen in den Jahren 2005 und 2006 genügt die Eindolung den aktuellen Anforderungen an den Hochwasserschutz laut dem Gemeinderat nicht mehr. Gemäss Massnahmenplanung der Gefahrenkarte ist das Schadenpotenzial im Überflutungsbereich des Hinterdorfbaches hoch. Zudem sind die Sonderobjekte Kindergarten und Kirche von einem Hochwasser betroffen. Der Gemeinderat gibt für die Ausarbeitung eines Notfallkonzepts und einer Lösungsstrategie für die Verbesserung der Hochwassersicherheit am Hinterdorfbach deshalb einen Kredit von 22 000 Franken frei und vergibt die technischen Arbeiten an die SWR Infra AG. (red)

**Werkhof bekommt neues Fahrzeug**

**Regensdorf** Das gemeindeeigene Werkhoffahrzeug wurde vor einigen Jahren angeschafft. Das Fahrzeug wird hauptsächlich für die Leerung der Abfallkübel sowie für die Reinigung der Grill-Feuerstellen, Sandauffangbecken und Unterführungen eingesetzt. Zusätzlich werden die Glassammelstellen täglich angefahren, um den dort illegal deponierten Abfall einzusammeln. Bis zum heutigen Zeitpunkt hat das Fahrzeug über 80 000 Kilometer zurückgelegt. Anhand der Offerten der anstehenden Vorführung des Fahrzeuges wurde festgestellt, dass die Kosten für die Aufbereitung des Fahrzeuges verhältnismässig hoch sind. Zudem ist die heutige Ladenfläche nicht mehr ausreichend. Der Gemeinderat bewilligte deshalb einen Kredit für die Neuanschaffung eines Fahrzeuges in der Höhe von 51 400 Franken. (red)

**Abfallverordnung wird überarbeitet**

**Otelfingen** Die bestehende Abfallverordnung ist zurzeit in Überarbeitung. So wird unter anderem die Möglichkeit geschaffen, die gemeinsam mit den anderen Furttaler Gemeinden erarbeiteten Spezifikationen für Kehrachtsammelstellen für verbindlich zu erklären. Der Umgang mit Littering wird klar definiert und die Möglichkeit geschaffen, bei konkretem Sachverhalt auch Ordnungsbussen zu erteilen. Die definitive Version wird der Bevölkerung noch präsentiert. (red)

## Von gesunden Finanzen und krank machendem Licht

**Wallisellen** Neben den Jahresrechnungen wird an der kommenden Gemeindeversammlung auch die Initiative «Mehr Nacht» behandelt.

Sehr zügig informierten die Verantwortlichen am Montagabend an der Orientierungskonferenz über die drei Traktanden, welche an den beiden Gemeindeversammlungen vom 11. Juni behandelt werden: zwei Jahresrechnungen und den Antrag eines Bürgers. Über dreissig Behördenmitglieder sowie Bürgerinnen und Bürger hörten dabei im Foyer der Mehrzweckhalle, dass sowohl die Jahresrechnung der Schulgemeinde als auch der Politischen Gemeinde positiv ausfielen. Aus diesem Grund wurden die präsentierten Zahlen von

den Zuhörern auch nicht kommentiert.

**Schulgemeinde mit 4 Millionen im Plus**

Daniela Rinderknecht, Finanzvorsteherin der Schulgemeinde, stellte die Jahresrechnung vor und durfte bei einem Aufwand von 46,8 Millionen Franken einen Einnahmenüberschuss von knapp über 4 Millionen Franken verkünden. Rund 90 Prozent ergaben sich aus den ordentlichen Steuern. 1527 Kinder aus 53 Nationen besuchen die Schulen in Wallisellen, was

Rinderknecht als Bereicherung und Herausforderung zugleich beschrieb.

**Der Steuerfuss soll unverändert bleiben**

Ebenfalls rosig präsentierte sich die Jahresrechnung der Politischen Gemeinde. Tobias Meier Kern, Ressortvorsteher Finanzen und Liegenschaften, erläuterte die Zahlen, die im Detail auf mehreren Dutzend Seiten aufgelistet sind. Der Aufwand betrug über 76 Millionen Franken und ergab einen Einnahmenüberschuss von mehr als

4 Millionen Franken. Das gute Ergebnis führte Meier Kern vor allem auf die Grundstücksgewinnsteuer von über 6 Millionen zurück. Die Einnahmen aus dieser Steuer seien im Voraus allerdings schwierig zu berechnen, betonte der Finanzvorsteher. Der Steuerfuss soll unverändert bleiben.

**Initiative fordert dunklere Nächte**

«Der Gemeinderat wird beauftragt, neue Erlasse oder die notwendigen Änderungen bestehender kommunaler Erlas-

se vorzuschlagen, um der Lichtverschmutzung in der Gemeinde Wallisellen wirksam zu begegnen», lautet der Kernsatz der allgemein anregenden Initiative «Mehr Nacht für Wallisellen», die Gemeinderat Philipp Maurer vorstellte.

Das Bevölkerungswachstum habe zu einer veränderten Sachlage geführt und damit zu mehr Lichtverschmutzung, erklärte Maurer. Den Initianten gehe es darum, die Menschen für das Problem zu sensibilisieren und mithilfe eines Beleuchtungskonzepts, des Masterplans Licht,

den öffentlichen Raum optimal auszuleuchten. Dies könne zum Beispiel mit intelligenter Beleuchtung geschehen, erklärte er. Ebenso sei dem Sicherheitsbedürfnis der Bevölkerung angemessen Rechnung zu tragen.

**Marlies Reutimann**

Am 11. Juni findet um 19 Uhr die Schulgemeindeversammlung statt. Die Versammlung der Politischen Gemeinde ist auf 20 Uhr angesetzt. Beide werden im Saal des Restaurants zum Doktorhaus abgehalten.