

---

## BRÜCKENSCHLAG

---

### Zur Erholung auf die Alp?

**E**ndlich, wir gehen wieder mal z'Alp. Nicht einen ganzen Sommer, dass würden die Verpflichtungen zu Hause nicht zulassen, nur für ein paar Tage. Gute Freunde sind seit ein paar Jahren jeden Sommer im Bündnerland verantwortlich für 80 Milchkühe. Wir verbringen jeden Sommer ein paar Tage dort in den Bergen. Gerne packt dann unsere ganze Familie mit an, beim Kühe treiben, melken, käsen, im Käsekeller oder im Haushalt. Die Kinder sind schon ganz aufgeregt.

Es ist schon seltsam, dass Arbeit so erholsam sein kann. Aber bei uns funktioniert die Alp besser als Strandferien. Es gibt zwar von früh bis spät viel zu tun, aber die Hektik des Alltags ist weit weg. Terminkalender und Emails bleiben im

Tal, auch das Handy ist kaum im Einsatz. Die Kinder sind so herrlich beschäftigt und meistens zufrieden mit sich selbst und der Welt. Dieselbe Wirkung bestätigen uns unsere Freunde: Die Alpsaison schafft Zufrieden- und Gelassenheit.

Wahrscheinlich verkörpert die Alp eine Art zu leben und zu arbeiten, die es früher noch mehr gab. Die Arbeit ist einfach da, solange bis sie erledigt ist. Und am nächsten Tag fängt das Meiste wieder von vorne an. Wenn's dann halt mal eine Stunde später wird, gibt es da keine Sitzung und kein Vereinsanlass, der ins Wasser fällt. Machen wir uns den Druck nur selbst? Ich denke so einfach ist es nicht. Es handelt sich ja doch eher um ein gesellschaftliches Phänomen.

#### ZUR PERSON



Christian Galliker

Der Landwirt und Agronom FH führt mit seiner Familie einen Biobetrieb mit Pouletmast, Ackerbau und Mutterkuhhaltung. Er ist Mitbegründer der Junglandwirte Zentralschweiz.

Eigentlich würde es uns ja besser gehen denn je. Wir haben mehr Wohlstand, mehr Entscheidungsfreiheiten und mehr Sicherheit als je zuvor. Wieso lassen wir uns in unserem Alltag so hetzen? Ich weiss es nicht. Ich vermute, es ist die steigende Komplexität der verschiedenen Aufgaben, kombiniert mit der ständigen Erreichbarkeit und der Schnelllebigkeit. Und wir messen uns selbst an unserer Leistung. Die Alp lehrt mich jedes Jahr wieder, dass ich mich mehr fokussieren als verzetteln sollte. Es ist nicht die Fülle an Arbeit, die vor mir liegt, die stresst, sondern es ist der Zeitplan und die Leistungserwartung, mit der ich mich an diese Arbeit mache. Und wenn das nichts bringt, dann gehe ich halt wieder zur Erholung ein paar Tage auf die Alp.