

# Eine Oase hat sich rundum erneuert

**Fidaz, die Flimser «Sonnenterasse», ist nach wie vor ein Ort des Rückzugs, der Ruhe und Beschaulichkeit. Perfekt somit auch für eine Wellness- und Gesundheitsoase wie das neue Ayurveda-Reich «Prana».**

Von Gisela Fempfel

*Fidaz.* – «Was immer wir selbst tun können, um unsere eigene Gesundheit zu stärken, wirkt besser als das, was andere für uns tun.» Der amerikanische Ayurveda-Experte David Frawley dürfte mit seiner Feststellung grundsätzlich Recht haben. Angesichts des neuen «Prana» im Hotel «Fidazerhof» darf man sich aber darauf freuen, wenn ab und zu mal «andere» etwas für einen tun. Und man sich erst noch der bewährten indischen Heilkunst und ihrer Therapeuten bedienen darf. In rund einem halben Jahr ist nämlich am Fuss des Flimsersteins eine 470 Quadratmeter grosse Ayurveda-Gesundheits- und Wellnessoase entstanden, die sich mit den ganz Grossen messen darf.

«Fidazerhof»-Besitzer Antonia Schärli und Roland Häfliger haben sich auf ein grosses finanzielles Wagnis eingelassen, als sie sich für einen Umbau und eine Erweiterung ihres «alten» «Prana» entschieden haben. Im Zürcher Architekten Markus Peter fanden sie einen Partner, der mitgeholfen hat, ihren Traum von einem



**Viel Glas und freie Sicht:** Im «Prana»-Neubau befinden sich die Behandlungsräume von Chefin Antonia Schärli.

ganz besonderen Wohlfühlort zu erfüllen.

### Alles fürs Wohlfühlen ...

Die erste Etappe des Projekts wurde im vergangenen Mai in Angriff genommen. Der gesamte bestehende Wellnessbereich im Erdgeschoss des Hotels sowie Teile des Backoffice fielen der Spitzhacke zum Opfer. Die Gäste wurden derweil in provisorisch eingerichteten Räumen therapiert. Bereits am 1. November war derjenige Teil des «Prana» fertig gestellt, der als Ayurveda-Spa-Bereich bezeichnet wird und somit vor allem der Wellness, dem Wohlfühlen, dient. Auf rund 330 Quadratmetern befinden sich der Empfangsbereich und die Réception-Bar, Garderobe, Ruheraum, Sauna, ein Raum für die Dauerbrause, Dampfbad, Glücksbad, Kleeblatt-dusche, Warteraum, ein Raum für die Shiatsu-Therapie sowie der Svedana-raum – ein ayurvedisches Dampfbad.

### ... und für die Gesundheit

Früher als geplant konnte im November auch die zweite Etappe des Projekts in Angriff genommen werden. Innert vier Wochen entstand der auf 54 Fundamentpfählen «schwebende» Anbau. Boden, Wände, Decke – alles wurde aus Holz hergestellt, als Fertigelement geliefert und montiert. Mit seiner Fassade aus «gesmokter» Altholzverschalung setzt sich der schlichte Anbau deutlich vom verspielteren Chaletstil des Hauptgebäudes ab. Im «Prana»-Anbau befindet sich das Ayurveda-Gesundheitszentrum mit seinen drei Behandlungsräumen. Es ist das Reich von Antonia Schärli, die nicht nur ausgebildete Ayurveda-Ärztin, sondern zudem Naturärztin mit Ausrichtung auf Phytotherapie ist.

Der «alte» und der neue «Prana»-Teil sind durch einen lichtdurchfluteten Gang verbunden und bilden auch innenarchitektonisch eine Einheit. Anthrazitfarbene Steinzeugplatten, Fichtenholz, Glasbausteine, weiss gestrichelte Wände und Decken prägen das gesamte Ambiente. Entstanden ist eine Art moderne Gemütlichkeit, eine Kulisse, die perfekt der Entspannung dient. Zugleich erlaubt das architektonische Konzept der Natur, den ihr gebührenden Platz einzunehmen: Fast alle Räume bieten einen Blick nach draussen. Selbst vor ganzen Glasfronten darf sich die grandiose Bergwelt ausbreiten.



**Durch- und Ausblick:** Selbst beim Schwitzen in der Sauna kann die Bergwelt bestaunt werden.



**Durch- und Ausblick:** Selbst beim Schwitzen in der Sauna kann die Bergwelt bestaunt werden. Bilder Markus Peter /Nadja Simmen

## Vorbeugen ist besser als heilen

Ayurveda, die traditionelle indische Heilkunst, wird vor allem in ihrem Ursprungsland Indien sowie in Nepal und Sri Lanka praktiziert. Das Ziel der ayurvedischen Heilkunst ist die Vermeidung von ernsthaften Erkrankungen, indem man versucht, den Auslöser der Erkrankung zu verstehen und ungesunde Angewohnheiten abstellt. Dazu gibt es eine Reihe von Behandlungen, die vor allem dem Körper dabei helfen sollen, sich selbst zu helfen. Bekannt sind etwa die diversen Ölmassagen und das Panchakarma, ein Entschlackungs- und Reinigungsprogramm. Im «Prana» werden sowohl Ayurveda-Beratungen und -Therapien wie

auch Panchakarma-Kuren angeboten.

Ein weiterer Schwerpunkt im «Prana» sind Shiatsu-Therapien. Shiatsu dient der Gesundheitserhaltung und der Vorbeugung, es lassen sich aber ebenso Erkrankungen beheben. Shiatsu wird vom Therapeuten auf dem Boden auf einem Futon ausgeführt. Die Therapie erfolgt am bekleideten Körper.

Nicht zuletzt lässt es sich im «Prana» auch wohlig entspannen. Beispielsweise im Glücksbad sowie im Dampfbad, die unter dem Stichwort «1001 Nacht» zur Alleinbenutzung gebucht werden können. Champagner inklusive. (so)

## Blumenthal wird Expo-Botschafter

*Chur.* – Renzo Blumenthal, Lugnezer Biobauer und Ex-Mister-Schweiz, vertritt die Schweiz an der Weltausstellung in China. Neben ihm werden Bundesrätin Micheline Calmy-Rey, Unternehmer Nicolas Hayek und Ballonfahrer Bertrand Piccard den Besuchern in Lebensgrösse auf Bildschirmen über ihr Heimatland erzählen, wie das Eidgenössische Departement für auswärtige Angelegenheiten schreibt. Für Blumenthal habe man sich entschieden, weil er «den Spagat zwischen Show- und Heubühne» täglich neu meistert. Er sei gespannt, sagt Blumenthal, wie das Publikum auf seine Erklärungen in Romanisch reagieren werde. Die Expo findet vom 1. Mai bis 31. Oktober in Shanghai statt. (so)

### KORRIGENDA

**Falscher Name.** In der Kurzmeldung «BDP Unterengadin kürt Kandidaten» in der Ausgabe von gestern ist der Name des amtierenden Kreispräsidenten des Unterengadins falsch geschrieben worden. Aus Jörg Kindisch machte die Redaktion irrtümlicherweise Jörg Kindisch. Wir entschuldigen uns für den Fehler und bitten um Kenntnisnahme. (so)

## Kraftwerke Hinterrhein liefern überdurchschnittlich viel Strom

**Die Kraftwerke Hinterrhein (KHR) haben im Geschäftsjahr 2008/09 zwar etwas weniger Strom als noch im Vorjahr hergestellt, aber elf Prozent mehr als im langjährigen Mittel.**

Von Jano Felice Pajarola

*Thusis/Sils.* – 1546 Gigawattstunden Energie hat die Produktion der KHR im vergangenen hydrologischen Jahr erreicht, das sind 47 Gigawattstunden weniger als 2007/08. Dank mehrerer Monate mit überdurchschnittlichen Niederschlägen und natürlichen Zuflüssen liegt dieser Wert aber auch um 144 Gigawattstunden über dem langjährigen Mittelwert, wie es im kürzlich publizierten Jahresbericht der AG mit Sitz in Thusis heisst. Der natürliche Zufluss im Stausee Sufers lag bei 108 Prozent des Mittels, dabei wurde mit rund 107 Prozent auch mehr als im Durchschnitt gepumpt. Insgesamt ergab sich unter Berücksichtigung der verbrauchten Pumpenergie ein Umsatz von 1654 Gigawattstunden.

Für die Energieabgabe an die zum Bezug berechtigten Partner – die italienische Edison, die Axpo und weitere Schweizer Energiefirmen, die Stadt Zürich, der Kanton Graubünden, die Konzessionsgemeinden und der Kanton Basel-Stadt – fielen Jahreskosten von 62,8 Millionen Franken an, das sind 6,9 Millionen weniger als im Vorjahr. Die Gestehungskosten lagen mit 4,20 Rappen pro Kilowattstunde um 0,3 Rappen tiefer als 2007/08.

Die hohe Produktion hat entsprechend überdurchschnittliche Abgaben für Wasserzins und Wasserwerksteuer an Kanton und Gemeinden zur Folge: Sie summieren sich auf 16,9 Millionen Franken und sind damit ähnlich hoch wie im Vorjahr.

### Staumauern in gutem Zustand

Im vergangenen Geschäftsjahr hat unter anderem die Fünfjahreskontrolle der Staumauern Valle di Lei und Sufers unter Bundesaufsicht stattgefunden. Die Anlagen befinden sich laut Jahresbericht in gutem Zustand, Mängel waren nicht feststellbar.

Im Herbst abschliessen konnte die

KHRAG die Sanierung des 6000 Quadratmeter grossen Daches der Zentrale Bärenburg. Auf dem Dach befindet sich eine Höchstspannungs-Schaltanlage, die während der Erneuerung in Betrieb blieb.

### Netzgesellschaft gegründet

In eine neu gegründete Kraftwerke Hinterrhein Netz AG (KHN) ausgliedert wurde im Berichtsjahr zudem das Übertragungsnetz der KHR. Inzwischen gehören auch die Schaltfelder bereits der KHN. Bis Ende 2012 muss das Netz gemäss Stromversorgungsgesetz auf die nationale Gesellschaft Swissgrid überführt werden.

KW HINTERRHEIN			
in Mio. Franken	2008/09	2007/08	Veränderung (%)
Gesamtleistung	72,22	76,55	-5,7
Betriebsergebnis (Ebit)	9,91	21,69	-54,3
Reingewinn	3,95	4,48	-11,8
Beschäftigte	91	88	+3

Grafik DIE SÜDOSTSCHWEIZ

## Qualitätssystem für Churer Sozialdienst

**Der Churer Sozialdienst für Suchtfragen erhält ein SQS-Zertifikat im Drogen- und Alkoholtherapie-Bereich.**

*Chur.* – Als erster Bündner Sozialdienst überhaupt erhält der spezialisierte Churer Sozialdienst für Suchtfragen (SDS) ein Qualitätsmanagement-Zertifikat, wie die Fachstelle in einer Mitteilung schreibt. Der SDS beschäftigt an der Churer Loèstrasse fünf Mitarbeitende und bietet eine umfassende Klientelbetreuung sowie Beratungsgespräche an.

Der dreijährige Zertifizierungsprozess durch die Zertifizierungsstelle SQS sei «umfassend» gewesen, sagt Andrée Schirtz, die Leiterin des SDS. Das Qualitätssystem, das die Abläufe und Zuständigkeiten klar und verbindlich regelt, habe sich positiv auf das Team ausgewirkt. Dank der Zertifizierung könne auch in «unstabilen Zeiten» eine «engagierte, wirkungsorientierte und qualitativ gute Arbeit» geleistet werden.

Die Nachfrage nach einer spezialisierten Sozialberatung für Suchtfragen sei zunehmend, so Schirtz. 2006 habe man 269 Personen beraten, 2008 bereits 354. (so)