Frühling 2023

WERTPAPIER

Das Magazin der Luzerner Kantonalbank

— Freiheit — Sehnsucht, Privileg & Verantwortung

Freie Wahl: So treffen wir Entscheidungen
Losgelöst: Manuela Schär überwindet Grenzen
Sparen: Regelmässigkeit lohnt sich

«Lösen wir uns von den Grenzen, die uns der Verstand setzt, kommen wir in den kreativen Flow. Der hat etwas Kosmisches.»

Fabienne Morel aus Luzern ist Textildesignerin und freischaffende Künstlerin. In ihrer Boutique und im Atelier an der Reuss sind dem Gestaltungsfreiraum keine Grenzen gesetzt: Man entdeckt bunte Perlenarbeiten, Modeaccessoires und farbige Papierobjekte. Sie bietet Kreativ-Workshops für Erwachsene und Kinder an.

Text: Laura Scheiderer, Fotos: Desirée Good

Stellen Sie sich vor, es gäbe kein Sicherheitsseil.

Sie würden wohl nervös werden beim Zuschauen und hoffen, dass nichts passiert.

Oder versetzen Sie sich in die Lage des Artisten: Wie sorglos könnte er sich in luftiger Höhe bewegen ohne die Gewissheit, dass er abgesichert ist?

Sicherheit und Freiheit sind kein Widerspruch. Im Gegenteil: Wer zum richtigen Zeitpunkt sicheren Grund unter den Füssen hat – zum Beispiel beim Planen einer langen Reise oder beim Start in die Selbstständigkeit – kann diese persönlichen Freiheiten umso mehr geniessen.

Für grosse Sprünge im Leben lohnt es sich, möglichst früh ein finanzielles Polster aufzubauen. Das erfordert zwar einen regelmässigen kleinen Verzicht, im entscheidenden Moment dient das Polster jedoch als Sprungbrett und das Sparen wird nicht zur Hauruck-Aktion.

Viel Freude bei der Lektüre.

Daniel Salzmann
CEO Luzerner Kantonalbank

Fotos: unsplash.com / Sean Benesh (oben); Melchior Bürgi, FELDERVOGEL

16

32

37

Fotos: Tanja Gschwandl (oben), Mischa Christen; Illustration: Pia Bublies

Storys

6 Made in Lucerne
Vielseitiges aus dem Kanton Luzern.

7 Meine Meinung: Valentin Groebner
Was bedeutet Freiheit? Eine historische Annäherung.

8 Spektrum
Luzernerinnen und Luzerner auf der Suche nach ihrer persönlichen Freiheit.

14 Alles frei erfunden
Psychologieprofessor Fred Mast über die einzigartige Gabe der Imagination.

16 Aus Grenzen Freiheiten schaffen
Manuela Schär ist eine der erfolgreichsten Rollstuhlsportlerinnen der Welt. Was Freiheit für sie bedeutet.

20 Wo sitzt der freie Wille?
Das passiert in unserem Hirn, wenn wir uns entscheiden müssen.

22 Durchblick: Freiheit in Zahlen
Unsere Verfassung sichert uns verschiedene Freiheiten zu.

24 Sehnsuchtsmotor Film
Die Luzerner Filmproduktionsfirma Zodiac Pictures weiss, was eine gute Geschichte braucht.

27 Freiheit, [die]
Eine kurze Begriffsdefinition.

28 Die kleinen Freiheiten
Parkieren auf dem Trottoir, die Nachbarskatze füttern oder am Sonntag waschen – viele tun's, aber dürfen wir das eigentlich?

32 Im Höhenrausch
Lena Rüegg ist am liebsten in den Bergen unterwegs – ihr «Reset» vom Alltag.

34 Von Luzern in die Welt: Emmi
Mit ihrer Eigenmarke Beleaf geht die grösste Molkerei der Schweiz neue Wege.

Ratgeber

36 Gut zu wissen
Mobilität ist Freiheit. Wie sie genutzt wird.

37 Welche Säule-3a-Lösungpasst zu Ihnen?
Die wichtigsten Infos zu den verschiedenen Vorsorgelösungen.

38 Sparen: Nicht von heute auf morgen
Vier Tipps, damit Sie dann genügend Geld auf der Seite haben, wenn Sie es brauchen.

40 Aufs Leben hinaus planen
Im Laufe der Zeit ist man immer wieder auf Erspartes angewiesen.

41 Wohnen: Endlich am Ziel
Die Familie Burri hat ein Haus energetisch saniert und wohnt nun in den eigenen vier Wänden.

42 Banking ohne Öffnungszeiten
So vielseitig sind die digitalen Banking-Lösungen inzwischen.

43 Fragen und Antworten
Wissenswertes zum Thema Sparen und Anlegen.

44 Keine Negativzinsen mehr – was bedeutet das jetzt?
Für 2023 gilt es, das Portfolio richtig anzupassen.

45 Welche Freiheiten nehmen Sie sich?
Passantinnen und Passanten erzählen, was sie sich im Alltag für sich selbst herausnehmen.

46 Die Frühpension will geplant sein
LUKB-Expertin Michèle Wicki erklärt, wie Sie sich optimal auf eine Frühpension vorbereiten.

48 Crowdsupporting: Den Filmriss verhindert
Dank einer erfolgreichen Funders-Kampagne wird das Luzerner Stattkino weiter bestehen.

50 Persönlich: Ariane Burri
Die Profi-Snowboarderin über das freie Gefühl in der Luft und über ihre Unabhängigkeit.

Impressum

Luzerner Kantonalbank

Herausgeberin:
Luzerner Kantonalbank AG
Pilatusstrasse 12
6003 Luzern

Redaktion:
Luzerner Kantonalbank AG:
Martina Jenny (Leitung)
Polarstern AG:
Andreas Renggli, Pascal Zeder

Redaktionelle Mitarbeit:
Valentin Groebner, Luzia Popp, Laura Scheiderer

Inhaltskonzept/Redaktion/Crossmedia:
Polarstern AG

Gestaltungskonzept/Layout:
Agentur Guido Von Deschwanden

Gesamtauflage: 74'550
Druck: Multicolor Print AG
Litho: KRT Media AG

Copyright: Luzerner Kantonalbank AG
(Nachdruck nur mit Quellenangabe)

Abonnement:
Ab-/Bestellung des Magazins via
lukb.ch/magazin oder +41 (0)844 822 811

April 2023, erscheint halbjährlich

bcm best of content marketing Silber 2022

Klimaneutral Druckprodukt ClimatePartner.com/11020-2302-1006

FSC MIX Papier aus verantwortungsvollen Quellen FSC® C011710

printed in switzerland

Klassisch

Unaufgeregt, klassisch, praktisch: Die Megger Modedesignerin Eveline Erni setzt bei der Entwicklung ihrer Ledertaschen auf die Kunst der Reduktion. Bei der Herstellung in der Schweiz wird auf Qualität und Nachhaltigkeit der Rohstoffe geachtet. So wird beispielsweise Schnittabfall des verwendeten Leders zu neuen Produkten aufgewertet.

eveline-erni.com

Von robust bis verspielt

Nachhaltig produzierte und vielseitige Produkte aus dem Kanton Luzern.

Die Alleskönnerin

Die Eco-Feuerschale von Lionfire nach patentiertem System ist einfach, aber clever aufgebaut. Sie bietet bis zu 30 Prozent mehr Nutzfläche als andere Feuerschalen mit vergleichbarem Durchmesser und erlaubt Grillieren, Backen, Kochen, Garen sowie Räuchern. Dank Seitenbefeuerung spart man zudem bis zu 70 Prozent Holzenergie.

lionfire.ch

Erfrischung aus den Bergen

Die Luzerner Kräuterlimonade zämä® swiss original soda ist eine Alternative zu alkoholhaltigen Aperitifs: Handverlesene aufgegossene Schweizer Bergkräuter sind das Geheimnis hinter diesem aktivierenden Erfrischungsgetränk für die wärmer werdenden Nächte.

zämä.swiss

Verspieltes Edelmetall

Goldschmiedin Doris Brunner schafft in ihrer Werkstatt handgefertigte Einzelstücke. Zentraler Bestandteil ihrer Kollektion ist das Spiel mit Farben und Formen. Brunner bietet zudem persönliche Beratungen und die Umsetzung individueller Schmuckwünsche an.

dorisschmuck.ch

Fotos: zVg

Bin ich so frei?

Reden über Freiheit ist erst einmal Auskunft über diejenige Person, die das Wort im Munde führt. Was unter Freiheit verstanden wird, unterscheidet sich von Mensch zu Mensch. Schlagworte wie die freie Wirtschaft, die freie Schweiz und die freie Liebe sind trotzdem überall. Wie werden solche Begriffe verwendet, wenn die zugrunde liegende Definition so schwammig ist?

Für ein gemeinsames Verständnis hilft vielleicht ein Blick in die Geschichte: In der römischen Antike bedeutete *libertas* – Freiheit – politische und ökonomische Potenz. Gemeint war die Macht, andere zu regieren (und zu versklaven). Auch die Freiheit, auf die sich die Innerschweizer Orte im Mittelalter und in der Frühen Neuzeit beriefen, war ein juristisches Privileg; ihr Recht, politische Bündnisse mit Auswärtigen einzugehen und ihnen ihre Untertanen als Söldner zu verkaufen. Viel anderes, ausser Käse und etwas Exportvieh, hatten sie auch nicht anzubieten.

Die Konflikte zwischen den Eidgenossen, die dadurch entstanden, wurden erst durch Frankreich beendet, das sich 1521 mit viel Geld ein Monopol auf die tapferen Schweizer kaufte. So begann eine drei Jahrhunderte andauernde Abhängigkeit. Frankreich vermittelte auch, wenn sich die reformierten und die katholischen Eidgenossen gegenseitig an die Gurgel gingen wie 1531, 1656 und 1712. Die schweizerische Freiheit schloss nämlich nicht die Freiheit ein, an das zu glauben, was man wollte. Für die Untertanen ohnehin nicht. Und die Glaubens-, Niederlassungs- und Redefreiheit, auf die wir heute zu Recht stolz sind, haben die französischen Besatzer von 1798 importiert.

Heute ist das Konzept der Freiheit wohl noch komplexer: Lea Ypi schreibt in ihrem Überraschungsbestseller «Frei» etwa, dass Freiheit in der Praxis immer ein Katalog von Pflichten darstelle. Dieser sei so gross und widersprüchlich, dass er unerfüllbar ist. Wir sollen uns fürs grosse Ganze engagieren, aber rational bleiben; wir sollen mitfühlend sein, aber ökonomisch erfolgreich.

Ist Freiheit also nicht nur nicht fassbar, sondern sogar unerfüllbar? Bleibt nichts übrig ausser der Resignation, dem Nichtstun? Ypi sieht das optimistischer: Es bleibt uns einfach nichts anderes übrig, als unsere Vorstellungen von Freiheit immer wieder aufs Neue auszuprobieren.

Denn Freiheit ist eben auch die Möglichkeit, einfach nichts tun zu müssen. Freiheit ist das Abstreifen von Ängsten – vor Strafe, Schuld, Verlust und davor, etwas zu versäumen. Und schliesslich ist es auch so, dass wer frei ist, vermutlich nicht dauernd davon spricht. Wer frei ist, hat Zeit.

Zum Autoren

Valentin Groebner ist Professor für Geschichte an der Universität Luzern. Im Februar erschien sein neues Sachbuch «Aufheben, Wegwerfen. Vom Umgang mit schönen Dingen».

Illustration: Carole Isler

Laura Scheiderer (Seiten 8-12)
Desirée Good (Seiten 8-12)

«Nüchtern durchs Leben zu gehen, braucht Mut. Ich habe jetzt keinen Filter mehr drauf. Alles ist so klar, so ehrlich, so schön.»

Die Rothenburgerin **Aline Müller** trank nur zu den üblichen Gelegenheiten. Nie heimlich, dafür viel. Deshalb sah auch niemand ein Problem. Doch der Alkohol veränderte ihren Körper und Geist, eine innere Unruhe plagte sie. Vor zwei Jahren stellte sie sich ihrer Sucht und hat seither keinen Tropfen mehr angerührt.

«Der leistungsorientierte Reitunterricht aus meiner Kindheit hat für mich nicht funktioniert. Ich wollte freier sein und mit dem Pferd durch die Welt ziehen.»

Mit der To-Be-Ranch in Langnau bei Reiden hat **Alexandra Hess** einen Ort geschaffen, an dem das gemeinsame Erlebnis mit dem Pferd im Zentrum steht, ohne Leistungsdruck. Im pferdegestützten Coaching lehrt sie ihre Klientinnen und Klienten, mit ihrer Intuition zu arbeiten und so zu mehr Selbstvertrauen zu finden.

«Im Contemporary Dance entdecken wir immer wieder neu, was Tanz sein kann. Freiheit ohne Neugier nützt nichts.»

Die Luzernerin **Linda Magnifico** ist professionelle Tänzerin, Choreografin und Tanzlehrerin. Sie tanzte unter anderem in Ensembles in Zagreb, Catania und Luzern und unterrichtet am Theater und in der freien Szene. Heute präsidiert sie die IG Tanz Zentralschweiz und hat das erste Profitraining für die freie Tanzszene in der Region gegründet.

«Die verschiedenen Kunstformen in unserem Programm profitieren voneinander und haben als Ganzes eine stärkere Wirkung.»

Mit dem Varieté Caleidoskop hat sich die Luzernerin **Claudia Kienzler** eine Bühne mit fast unbegrenzter Gestaltungsfreiheit geschaffen. Artistik, Musik, Komik, Tanz, Theater und Kulinarik fliessen ineinander. So erfüllte sie sich ihren Wunsch, mit Künstlerinnen und Künstlern aus möglichst vielen verschiedenen Sparten zusammenzuarbeiten.

«Heute kann ich meinen Alltag flexibel und gemeinsam mit meiner Frau planen und die Zukunft steht mir offen.»

Als der Rooter **Riad Hassan** noch auf Abruf arbeitete, konnten er und seine Frau die Kinderbetreuung nicht planen. Sie konnte nicht mal einen Deutschkurs besuchen. Sozialhilfe beziehen wollte er nicht und seine Perspektiven als Angestellter ohne Ausbildung waren schlecht. Deshalb gründete er 2013 seine eigene Firma Rosch Umzug. Heute beschäftigt er vier Angestellte.

«Nach meinem 18. Geburtstag und dem Lehrabschluss möchte ich eine Reise nach Dubai machen. Reisen ist unkomplizierter, wenn man volljährig ist.»

Daniela Ferreira aus Reussbühl macht eine KV-Lehre bei der LUKB-Geschäftsstelle in Sursee. Im Mai wird sie 18 und macht gleichzeitig ihren Lehrabschluss. Obwohl ihr jetzt mit 17 nichts Konkretes fehlt, freut sie sich auf mehr Selbstbestimmtheit und Unabhängigkeit.

Die Freiheit zu träumen

Sie lässt uns Dinge frei erfinden, lädt zu gedanklichen Ausschweifungen ein und ist unentbehrlich für rationale Entscheidungen: die Imagination. Psychologe Fred Mast über eine wichtige Schnittstelle zwischen Geist und Körper.

Luzia Popp Jörn Kaspuhl

Fred Mast, ist Imagination eine angenehme Belanglosigkeit oder überlebenswichtig?
Imagination ist die Fähigkeit, sich etwas vorstellen zu können. Für uns ist sie überlebenswichtig. Sie ermöglicht es, zukünftige Bedürfnisse vorwegzunehmen und dafür aktuelle Bedürfnisse zurückzustellen.

Ist das typisch menschlich?
In einfacher Form besteht Imagination auch in der Tierwelt. Insekten können sich vorstellen, nach links oder rechts zu fliegen, und schätzen die Konsequenzen ab. Ich kann die Mittagspause durcharbeiten, wenn eine wichtige Abgabe bevorsteht, und dabei mein Bedürfnis nach Essen mehr oder weniger gut aufschieben. Diese Planung und der flexible Umgang mit Bedürfnissen scheinen banal, sind aber typisch menschlich. Ausserdem können wir Vorstellungen über eine längere Zeitspanne entwickeln. Wir können uns zum Beispiel fragen: Was ist in 30 Jahren?

Macht die Fähigkeit frei?
Dank ihr können wir Szenarien entwickeln, das macht Gedanken frei. Ich kann mir vorstellen, einen neuen Beruf zu ergreifen, ohne meine Anstellung zu kündigen. Das kann ein vager Plan sein, mit dem man nur flirtet.

Oder ...?
Ich setze meinen Plan um. Wir haben die Freiheit, unsere Zukunft eigenständig zu gestalten. Das gelingt, solange man nicht nur unverbindlich träumt, sondern handelt. Ob man lieber weiterträumt oder den Plan umsetzt, hängt von der Persönlichkeit und den Lebensumständen ab.

Handelt es sich um etwas Angeborenes oder erlernen wir Imagination wie das Velofahren?
Velofahren beispielsweise ist in der Geschichte der Menschheit relativ neu, dafür gibt es kein Programm, das bei der Geburt angelegt ist. Die Imagination ist viel älter und etwas Existenzielles. Kinder beginnen früh zu imaginieren. Es ist die Basis, um sich in andere Personen hineinzuversetzen. Kann man eine fremde Perspektive einnehmen, wird es interessant: Was denkt und glaubt diese Person? Welches Weltbild hat sie und weshalb kommt sie zu anderen Schlüssen? Imagination befähigt uns auch zu Empathie.

Lässt sie sich trainieren?
Imagination ist kontrafaktisches Denken, sozusagen ein Gedankenexperiment. Ich überlege: Wie könnte es auch noch herauskommen? In Gedanken entwickle ich Szenarien und schätze ab, ob sie funktionieren. So treffe ich bessere Entscheidungen und bin auf Konsequenzen vorbereitet. Das lässt sich üben.

Welche Risiken birgt unsere Vorstellungskraft?
Wir sind verführbar. Das heisst, wir glauben mitunter irrtümlich, was wir uns vorstellen können oder wollen. Wer zum Beispiel Verschwörungstheorien vertritt, ist fixiert auf diese eine Imagination. Das ist riskant. Es spricht nichts dagegen, mögliche Szenarien zum aktuellen Geschehen zu entwickeln. Entwickeln Sie eine Meinung, aber revidieren Sie diese, wenn die Argumente für eine andere Version sprechen.

Wie gelingt das?
Indem man die eigene Bedienungsanleitung kennt. Es ist wichtig zu wissen, wie Menschen Informationen verarbeiten. Wie wir zu Entscheidungen, Meinungen oder Überzeugungen kommen. Geben Sie sich anderen Meinungen hin und versuchen Sie, diese zu verstehen.

Ist Imagination mehr als Träumerei?
Sie ist durchaus wichtig für rationale Dinge wie die Altersvorsorge: Ich verzichte jetzt auf Geld, das ich für ein Vergnügen ausgeben könnte, und zahle es in meine Pensionskasse ein. Das gelingt dank der Vorstellung, dass ich dieses Vermögen zu einem späteren Zeitpunkt brauchen werde. Imagination ist zudem Nährboden für Kreativität und Innovation. Sie lässt uns antizipieren, wichtige Entscheidungen abwägen und ermöglicht so Fortschritt und Innovation. Dieses kognitive Kapital einer Gesellschaft bringt einen volkswirtschaftlichen Nutzen. Mir persönlich ist es ein Anliegen, das Wissen, wie der Mensch funktioniert, voranzutreiben. Dieses Verständnis sollte man schon früh in den Schulen fördern. Die Schweiz hat kaum Rohstoffe, aber eine hohe Innovationskraft. Man könnte sagen, wir sind gut im Imaginieren und machen etwas daraus. Dieses Niveau gilt es weiter zu erhöhen.

Prof. Dr. Fred Mast lehrt an der Universität Luzern sowie an der Universität Bern, wo er am Institut für Psychologie die Abteilung für kognitive Psychologie, Wahrnehmung und Forschungsmethoden leitet.

So werden Sie innovativ

1. Verlassen Sie Ihre Blase: Pflegen Sie Diskussionen mit Menschen, die andere Sichtweisen vertreten oder einen unterschiedlichen Lebensstil pflegen.
2. Spielen Sie anstehende Situationen (wie zum Beispiel ein Gespräch oder ein Projekt) vorgängig im Kopf durch. Denken Sie sich drei verschiedene Szenarien aus, wie sich die Situation entwickeln könnte.
3. Wechseln Sie bei kontroversen Themen bewusst die Perspektive: Versetzen Sie sich in eine Person, die anderer Meinung ist, und zählen Sie deren Argumente auf. Stellen Sie sich die Frage: Könnte es nicht auch ganz anders sein?
4. Sie haben eine Lösung gefunden? Wunderbar. Entwickeln Sie in Gedanken mindestens eine weitere Idee, die zum selben Ziel führen könnte.

«Ich war plötzlich sehr abhängig von anderen Menschen»

Ein Unfall auf dem Spielplatz führte bei Manuela Schär im Alter von neun Jahren zu einer Querschnittlähmung. Wie sie diese plötzlichen Grenzen in neue Freiheiten verwandelte, erzählt die Weltrekordhalterin im Interview.

Pascal Zeder Tanja Gschwandl

Manuela Schär, letztes Jahr erlitten Sie einen Beinbruch. Sie waren gut zwei Wochen lang ans Bett gefesselt. Wie war es für Sie als Spitzensportlerin, sich nicht frei bewegen zu können?
Es war auf jeder Ebene eine Herausforderung. Anfangs konnte ich gut damit umgehen. Ich dachte, als Rollstuhlsportlerin ist eine Beinverletzung nicht so schlimm. Die Reha dauerte aber länger als gedacht, der Blutverlust durch die Operation warf mich zurück. Irgendwann nagte es an der Geduld und auch am Selbstwert. Selbst als die Ärzte grünes Licht fürs Training gaben, konnte ich von meinem Körper noch nicht das fordern, was ich mir gewohnt war. Für die Heilung einer Verletzung braucht er Ressourcen, die dann anderswo fehlen. Das brauchte Zeit und plötzlich stellte ich mir existenzielle Fragen: Schaffe ich es überhaupt zurück auf das Level von vor der Verletzung oder war's das jetzt mit der Karriere? Das hat einen ganzen Prozess angestossen.

Wie geht es Ihnen aktuell?
Das Bein ist gut, ich kann wieder frei trainieren. Ehrlich gesagt bin ich einfach froh, 2022 abgeschlossen zu haben und eine neue Saison zu beginnen.

Sie sind seit einem Unfall auf einer Schaukel mit neun Jahren querschnittsgelähmt. Ein solches Ereignis verändert die persönliche Freiheit. Wie zeigte sich das in Ihrem Fall?
Ich war plötzlich sehr abhängig von anderen Menschen. Wir wohnten damals in einem Block ohne Lift. Wollte ich nach draussen, musste mich jemand die Treppe hinunterbringen. Ich konnte weder öV noch Fahrrad nutzen. In der Pubertät hat sich das zugespitzt, man will ja eigenständig und unabhängig sein, sich von den Eltern ablösen. Ich denke, dieser Drang war bei mir sogar besonders ausgeprägt. Das war nicht leicht. Mit 16 konnte ich meine Autoprüfung machen; das war eine riesige Befreiung – auch für meine Eltern – und brachte mir meine ersehnte Eigenständigkeit.

Aus heutiger Sicht: Was raten Sie Personen, die einen vergleichbaren Freiheitsverlust erleben?
Diese Frage kann ich so nicht beantworten. Jeder Mensch ist anders, hat unterschiedliche Erfahrungen gemacht im Leben, ein unterschiedliches Um-

1:35:42 Stunden

Mit dieser Zeit hält Manuela Schär den Weltrekord auf der Marathondistanz.

2019 gewann Manuela Schär alle sechs World Marathon Majors.

«Freiheit ist oft auch eine Kopfsache, ein Gefühl, auf das man achtgeben muss.»

Manuela Schär

Foto: Keystone/Ennio Leanza

Gleich fünf Medaillen gewann Manuela Schär an den Paralympics 2021 in Tokyo: Silber über 1500 und 5000 Meter sowie im Marathon, Gold über 400 und 800 Meter.

«Während des Marathons gibt es die Momente, in denen man sich unglaublich stark und schnell – ja, beflügelt – fühlt.»

Manuela Schär

Zur Person

Manuela Schär (*1984 in Altishofen) ist Parasportlerin, Paralympics-Siegerin, Marathonweltmeisterin, Weltrekordhalterin auf 800 Meter, 1500 Meter sowie Marathondistanz. Sie ist mehrfache Schweizer- und Europameisterin. 2022 wurde sie von der Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS) als Querschnittsgelähmte des Jahres ausgezeichnet. Sie lebt in Kriens.

feld. Ich finde es aber rückblickend wichtig, sich nicht nur auf das körperliche Wohlbefinden zu fokussieren, sondern auch auf das psychische. Ja, frei sein heisst, sich von A nach B bewegen zu können. Aber oft ist Freiheit auch eine Kopfsache, ein Gefühl, auf das man achtgeben muss.

Welche Rolle spielt der Sport in Bezug auf Ihr Verständnis von Freiheit?
Der Sport gibt mir die Möglichkeit, viel zu reisen und viel zu erleben. Und er gewährt mir Freiheiten im Alltag: Ich bin fit genug, mein Leben selbst zu bestreiten. Ich kann ins Auto steigen und meinen Rollstuhl selbst transportieren. Ich kann mit meinem Hund spazieren gehen. Das ist Lebensqualität, die ich auch nach meiner Karriere erhalten möchte. Mit einer körperlichen Behinderung ist man auf einen kleinen Teil des Körpers angewiesen, da macht Fitness einen riesigen Unterschied. Jeder Einkauf kann einen potenziell überfordern. Gerade ältere Menschen sind dann auf Hilfe angewiesen.

Gibt es während eines Marathons einen Moment, in dem Sie sich völlig frei fühlen? Oder kommt die Erleichterung erst im Ziel?
Während eines Marathons gibt es die harten Momente, in denen man fast nicht mehr kann und alles wehtut. Aber dann gibt es schon die Momente, in denen man sich unglaublich stark und schnell – ja, beflügelt – fühlt. Da fühlt man sich plötzlich frei.

Gibt es Dinge im Alltag, die Ihre Freiheit einschränken?
Es gibt immer noch viele Hindernisse, die Menschen im Rollstuhl im Weg sind. Oft liessen sich diese mit baulichen Massnahmen beseitigen. Unsere Bedürfnisse werden aber bei Planungsprozessen nicht immer berücksichtigt. Das zeigt, dass im gesellschaftlichen Denken noch etwas passieren muss.

Es beginnt also im Kopf.
Ja, es geht um Vorurteile. Menschen im Rollstuhl werden als schwach angesehen, als unselbstständig. Es braucht noch mehr Auseinandersetzung, mehr Diskussion. Gleichzeitig leben wir in einer wahnsinnig spannenden Zeit, gerade die jüngere Generation thematisiert Inklusion und Diversität sehr offen.

Das Jahr einer Spitzensportlerin ist durchgeplant: Trainingspläne und Wettkämpfe sind perfekt aufeinander abgestimmt. Wären Sie manchmal gerne etwas unabhängiger?
Ja, manchmal ist es etwas starr. Es ist ein Jonglieren zwischen Privatleben und Saisonterminen. Der Boston Marathon wird ja nicht verschoben, weil ich einmal spontan ein Wochenende weggehen möchte. Mit Blick auf den Alltag ist es aber anders. Ich entscheide selbst, wann am Tag ich meine Trainingseinheiten absolviere. Ich kann auch mal schlechtes Wetter meiden oder mich spontan mit Freunden verabreden. Diese Flexibilität geniesse ich sehr.

Vom Rollstuhlsport können längst nicht alle Athletinnen und Athleten leben. Wie ist Ihnen dieser Schritt gelungen?
Ich habe 2013 von den Bahnrennen auf die Marathondistanz gewechselt und diese Szene hat es mir angetan. Die World Marathon Majors haben in den letzten Jahren das Ansehen des Rollstuhlsports verbessert. Wir erhalten Antrittsgeld und immer höhere Preisgelder, wie die Eliteläuferinnen und -läufer. Vor allem in Nordamerika passiert da gerade sehr viel, fast jeder Lauf hat inzwischen eine Rennrollstuhlkategorie. Das ermöglicht es mir, vom Sport zu leben. Ausserdem gibt es mir die Möglichkeit, im Bereich Sponsoring wenig machen zu müssen. Das habe ich versucht, aber ich verbrauche dafür Energie, die mir dann im Training fehlt.

Und in der Schweiz?
Hier sind wir noch nicht so weit. Es gibt schweizweit keinen Marathon mit einer Kategorie für Rollstuhlsportlerinnen und -sportler. Das finde ich sehr schade, es wäre schön, auch hier Rennen zu fahren.

Sie sind nach wie vor zu 20 Prozent bei der Schweizer Paraplegiker-Vereinigung angestellt. Eine Notwendigkeit oder eine kleine Freiheit, die Sie sich trotz Spitzensport rausnehmen?
Die Entscheidung traf ich sehr bewusst. Ich wollte den Bezug zur Arbeitswelt behalten, auch mit Blick auf ein Leben nach der Karriere. Als Athletin bewegt man sich diesbezüglich etwas in einer Blase.

Schauen wir voraus: Welche Ziele setzen Sie sich für die kommende Saison?
Nach der Achterbahn im vergangenen Jahr wünsche ich mir einfach eine solide Saison ohne Verletzung.

Wo geht der Weg mittelfristig hin?
Ich habe noch keinen Plan. Klar ist, dass der Rücktritt von den Bahnrennen früher kommen wird als der vom Marathon. Die Paralympics in Paris 2024 werde ich sicher bestreiten, in welchen Distanzen ist noch nicht definitiv. Was danach kommt, lasse ich noch offen.

Von instinktiv bis reflektiert: So treffen wir Entscheidungen

Wegrennen oder stehen bleiben? Durchhalten oder aufgeben? Mit dem Neuropsychologen Tobias Pflugshaupt nehmen wir den freien Willen unter die Lupe.

Laura Scheiderer Conni Gann

Damit wir bewusst und reflektiert Entscheidungen treffen können, braucht es zwei Dinge: eine hohe Denkleistung und ein Bewusstsein.

Die Denkleistung
Dafür ist die Rinde des Gehirns zuständig. Hier führt das Zusammenspiel von Neuronen und Nervenzellen zu kognitiven Gedanken. Je mehr Oberfläche das Gehirn hat, desto stärker ist die Denkleistung. Weil die Grösse unseres Schädels aber seit der Urzeit relativ fix ist, hat die Evolution einen anderen Weg gefunden, unsere Gehirnrinde zu vergrössern: die Faltung. Gehirne von Urtieren wie Krokodilen oder Schildkröten sind glatt und haben keine Falten. Das Gleiche gilt für den menschlichen Embryo am Anfang seiner Entwicklung. Die Falten bilden sich erst mit der Zeit. Ausserdem ist die Gehirnrinde beim Menschen dicker als bei den meisten Tieren.

Das Bewusstsein
Dafür braucht es ein grosses Stirnhirn beziehungsweise einen ausgeprägten frontalen Bereich. Hier kombinieren wir Impulse wie Hunger mit kognitiven Überlegungen, Emotionen und sozialen Fragen. Deshalb sprechen wir von einer Exekutivfunktion, wie ein CEO in einem Unternehmen: Hier sitzt das Bewusstsein.

Für diesen Artikel hat **PD Dr. Tobias Pflugshaupt** Auskunft gegeben. Er leitet die Neuropsychologie und den Bereich kognitive Therapien am Luzerner Kantonsspital und doziert an der Universität Bern das Fach Neuroanatomie. Er selbst fällt wichtige Entscheide nach folgender Rezeptur: 70 % Verstand, 20 % Gefühl, 10 % Instinkt.

Die bewusste Entscheidung

Stehen wir vor einer lebensverändernden Entscheidung, wie einem möglichen Jobwechsel, geht es ans bewusste Nachdenken und der freie Wille kommt ins Spiel. Je nach Problemstellung arbeiten dabei unterschiedliche Gebiete im Gehirn besonders stark. Die kognitive Hirnforschung unterscheidet drei grosse «Netzwerke», die beim bewussten Nachdenken und Entscheiden wichtig sind: Das Exekutiv-Netzwerk ist aktiv, wenn es eine äussere Problemstellung zu lösen gilt, etwa eine schwierige Mathematikaufgabe. Mit dem Default-Mode-Netzwerk beschäftigen wir uns mit Gedanken über uns selbst, etwa über unsere Persönlichkeit. Das Salienz-Netzwerk schliesslich vermittelt zwischen den beiden anderen Netzwerken. Ein wichtiger Teil des Salienz-Netzwerks versteckt sich tief zwischen Stirn-, Schläfen- und Scheitellappen und nennt sich «Insel». Dort erkennen wir die Relevanz einer Sache für das eigene Leben. Bei wichtigen Entscheidungen ist dieses Netzwerk besonders aktiv. Wir erinnern uns zurück und versuchen aus vergangenen Entscheidungen zu lernen, malen uns die Zukunft in verschiedenen Szenarien aus, wägen äussere und innere, praktische und emotionale Aspekte gegeneinander ab.

Die freie, aber unbewusste Entscheidung

Mehr als 95 Prozent der Entscheidungen, die ein Mensch im Alltag trifft, geschehen weitgehend ohne bewusste Kontrolle und gedankliche Anstrengung. Zum Beispiel, mit welchem Bein wir am Morgen zuerst in die Hose steigen. Dabei handelt es sich um in der Kindheit tausendfach eingeübte Abläufe, die meist unbewusst und automatisch ablaufen.

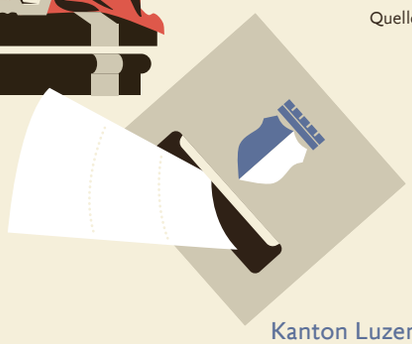
Die instinktive, unfreie Entscheidung

Schleicht plötzlich eine grosse Schlange über den Weg, bleibt man ruckartig stehen – selbst wenn sie noch ein ganzes Stück entfernt ist. Ein äusserer Reiz geht vom Sehnerv erst zum Zwischenhirn, dem Thalamus, der als Schaltzentrale agiert. Die nachgelagerte Amygdala, auch Mandelkern genannt, ist dann die Alarmzentrale und erkennt Gefahren. Bei bestimmten Bildern – zum Beispiel einer Schlangenform – leitet sie ein Signal direkt in den Hirnstamm, wo die richtige körperliche Reaktion ausgelöst wird, in diesem Fall eine Schockstarre. Das bewusste und aktive Nachdenken im Stirnhirn wird erst einen Moment danach aktiviert. Diese Entscheidung liegt somit nicht in unserer Hand.

Insel
Amygdala

«Gewiss, dass frei nur ist, wer seine Freiheit gebraucht [...]»

Präambel der Bundesverfassung



Meinungsfreiheit

62,5%
der Schweizer Bevölkerung sind stimm- und wahlberechtigt.

Quelle: bfs.admin.ch

45,1%
Wahlbeteiligung nationale Wahlen 2019, entspricht 28,2 % der Gesamtbevölkerung der Schweiz

78,7%
Stimmbeteiligung bei der EWR-Abstimmung 1992, bis dato höchster Wert (ab 1971)

Quelle: Bundeskanzlei bk.admin.ch

Kanton Luzern:

48,4%
Wahlbeteiligung bei den nationalen Parlamentswahlen 2019

41,5%
Wahlbeteiligung bei den Kantonsratswahlen 2019

Quellen: lustat.ch, bfs.admin.ch

Freiheit in Zahlen

«Freiheit» ist nicht bloss Sehnsucht und Lebensgefühl – sie ist auch ein Privileg und verlangt gleichzeitig, Verantwortung zu übernehmen. Diese Freiheiten sichert die Schweizerische Verfassung unter anderem zu.

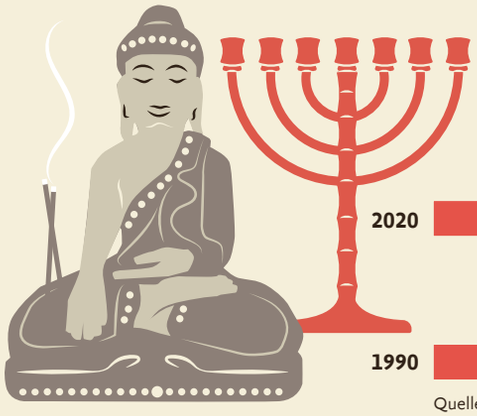
Seit 1848 haben die **Schweizer Stimm- und Wahlberechtigten** auf nationaler Ebene zu über 600 Vorlagen abgestimmt (Stand September 2022).

229 Volksinitiativen
(inklusive Initiativen mit Gegenvorschlag)

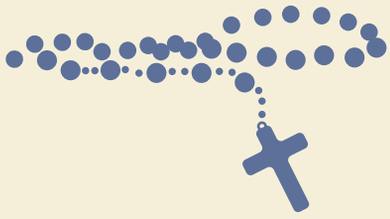
241 Obligatorische Referenden
(inklusive Gegenvorschläge zu Volksinitiativen)

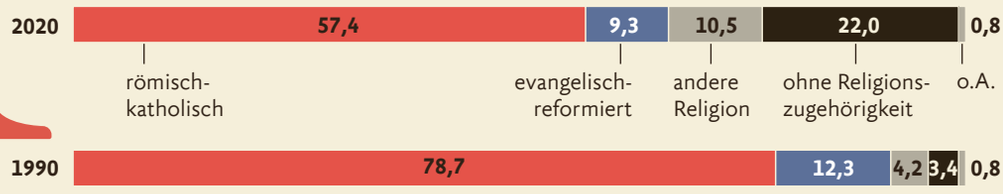
207 Fakultative Referenden

Quellen: lustat.ch, bfs.admin.ch



Glaubens- und Gewissensfreiheit





Quelle: lustat.ch

Niederlassungsfreiheit

Die Luzerner Bevölkerung* wächst. Das zeigen die Zahlen von 2021.

Gemeinden mit grösstem Bevölkerungswachstum (2011 bis 2021):

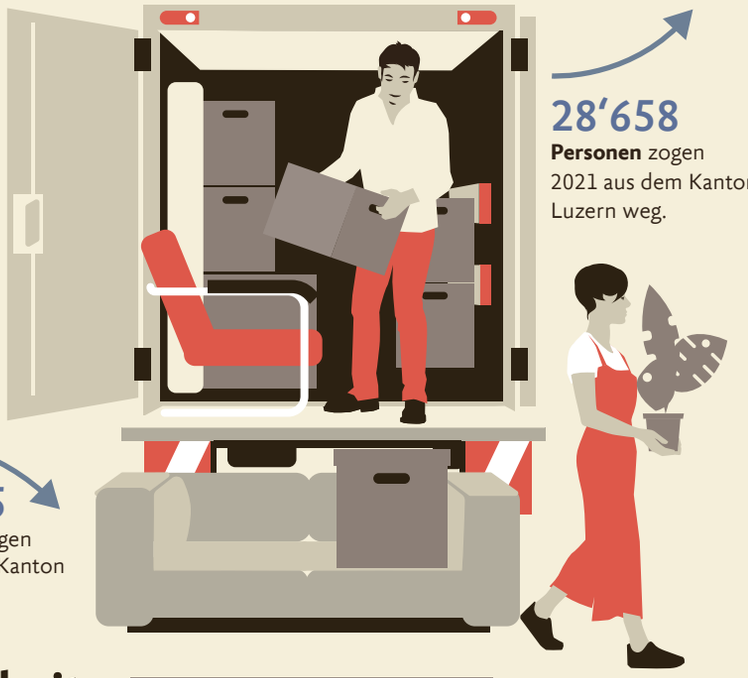
Wauwil	+38,4 %
Mauensee	+34,1 %
Oberkirch	+33,8 %

Gemeinden mit grösstem Bevölkerungsrückgang (2011 bis 2021):

Romoos	-7,8 %
Luthern	-6,7 %
Flühli	-3,7 %
Eich	-3,7 %

* Schweizerinnen, Schweizer und ausländische Personen mit Niederlassungs-, Jahresaufenthalts- oder Kurzaufenthaltsbewilligung von mindestens zwölf Monaten am zivilrechtlichen Hauptwohnsitz.

Quelle: lustat.ch, erhoben 2021



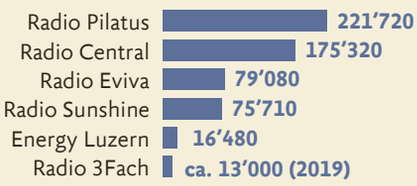
28'658
Personen zogen 2021 aus dem Kanton Luzern weg.

31'365
Personen zogen 2021 in den Kanton Luzern.

Medienfreiheit

Noch immer hören viele Radio. Auch in Luzern. Anzahl Hörer/innen pro Tag (Deutschschweiz):

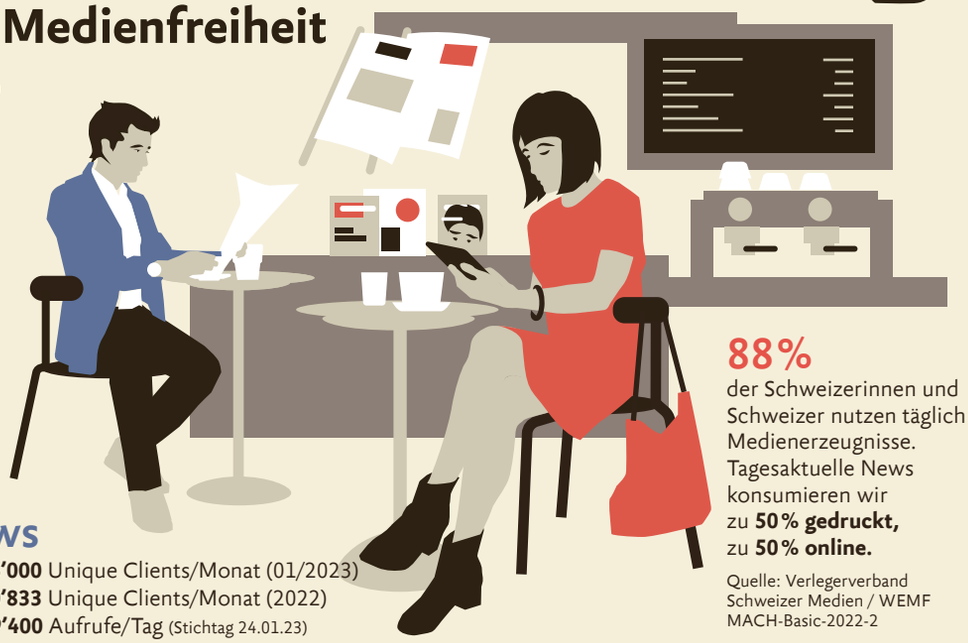
2. Semester 2022, Montag bis Sonntag



Quelle: MACH basic 2022-2, mediapulse

106'712
Zuschauer/-innen wies der Luzerner Regio-TV-Sender «Tele 1» im Januar 2023 aus.

Quelle: Mediapulse TV Data, Mediadaten CH Media



88 %
der Schweizerinnen und Schweizer nutzen täglich Medienerzeugnisse. Tagesaktuelle News konsumieren wir zu **50 % gedruckt,** zu **50 % online.**

Quelle: Verlegerverband Schweizer Medien / WEMF MACH-Basic-2022-2

Online-News

Pilatus Today	ca. **456'000** Unique Clients/Monat (01/2023)
Zentralplus	ca. **390'833** Unique Clients/Monat (2022)
Online-Ausgabe Luzerner Zeitung	**109'400** Aufrufe/Tag (Stichtag 24.01.23)

Quellen: mediapulse.ch, audinzz.ch, infosperber.ch

Wirtschaftsfreiheit

4'691
bewilligte Lehrverträge im Ausbildungsjahr 2022/23 im Kanton Luzern

Quelle: lu.ch

255'882
Beschäftigte im Kanton Luzern, davon **216'873 im privaten** und **39'009 im öffentlichen Sektor** (2020)

Quelle: lustat.ch

CHF 6'100
pro Monat
Bruttomedianlohn im privaten Sektor im Kanton Luzern (2020).
Schweizer Wert:
CHF 6'400 pro Monat

Quelle: lustat.ch

ca. 2'170
Neugründungen von Unternehmen im Kanton Luzern im Jahr 2022.

Quelle: Neueinträge im Luzerner Handelsregister, auf Anfrage

Infografik: Daniel Karrer

Freiheit als Verkaufsschlager: «Heidi» ist bis dato der erfolgreichste Film aus der Zodiac-Schmiede.

Die befreiende Kraft des Films

Der Luzerner Filmproduzent Lukas Hobi erklärt, warum wir so gerne Geschichten über die Freiheit hören. Und er sagt, wo der künstlerischen Freiheit in seinen Filmproduktionen Grenzen gesetzt sind.

Pascal Zeder

In einer renovierten Jugendstilwohnung an der Luzerner Pilatusstrasse werden mitunter die erfolgreichsten Spielfilme der Schweiz entwickelt. Denn hier hat die Produktionsfirma Zodiac Pictures einen ihrer beiden Hauptsitze. Der mehrfach preisgekrönten Filmschmiede sind bereits Kassenschlager wie «Achtung, fertig, Charlie!», «Heidi» oder «Die göttliche Ordnung» entsprungen, um nur ein paar zu nennen. Auch mehrere «Tatort»-Folgen aus Luzern und Zürich sowie die SRF-Erfolgsserien «Frieden» oder «Neumatt» gehen auf das Konto der Produktionsfirma. Lukas Hobi, Filmproduzent bei Zodiac Pictures, sagt: «Als unabhängiges Unternehmen haben wir keinen Auftraggeber. Wir sind völlig frei in der Wahl unserer Geschichten.»

Finanzen geben den Rahmen vor

Hobi gründete Zodiac Pictures Ltd. im April 2000. Er war damals gerade einmal 24 Jahre alt. Knapp ein halbes Jahr später kam sein heutiger Geschäftspartner Reto Schaerli, damals 20, dazu. Nur drei Jahre nach der Gründung erschien die Komödie «Achtung, fertig, Charlie!», bis heute einer der zehn erfolgreichsten Schweizer Filme aller Zeiten. «Wir haben uns von Beginn an die Freiheit genommen, für ein breites Publikum zu produzieren», sagt Hobi. Klingt logisch, aber: «Filme zu drehen ist sehr teuer und die Filmförderung in der Schweiz ist eher auf Dokumentar- und Arthouse-Filme ausgelegt.» Als Markt für Spielfilme sei die Schweiz mit knapp neun Millionen Einwohnerinnen und Einwohnern eigentlich zu klein, wie Hobi ausführt. Zumal sich diese auch noch auf drei Sprachregionen aufteilen. Die Regisseure und Regisseurinnen, welche Zodiac für ihre Projekte auswählt, hätten meist grössere Ideen, aber: «Die Finanzen stecken den Rahmen dessen ab, was überhaupt möglich ist», sagt der Produzent. «So frei wie Filmproduktionen in Holly-

Fotos: zVg

In «Die göttliche Ordnung» kämpfen die Protagonistinnen für politische Mitsprache.

Das tut eine Produktionsfirma:

Von der Idee bis zur Erstausstrahlung eines Films dauert es durchschnittlich vier bis fünf Jahre. In diesem Prozess hat die Produktionsfirma die Verantwortung für die Auswahl der Geschichte, die Zusammenstellung der Filmcrew sowie die Finanzierung und Vermarktung des gesamten Projekts. Dafür hat sie die Rechte zum Verkauf und Verleih des Films inne. Produzent Lukas Hobi vergleicht die Arbeit mit dem Bau eines Hauses: «Wir sind die Bauherrschaft. Wir verfügen über Bauland und stellen die Finanzierung sicher. Das Drehbuch sind die Pläne, die Regie ist der Architekt und die Mitglieder der Filmcrew sind Bauspezialisten. Wenn das Gebäude steht, zieht das Bauteam weiter. Wir aber besitzen das Haus und dürfen es nutzen, vermieten oder weiterverkaufen.»

Zodiac Pictures in Zahlen

Zodiac Pictures produzierte **40 Filme** in 22 Jahren.

3 der 10 erfolgreichsten Schweizer Kinofilme aller Zeiten stammen aus der Produktion von Zodiac: **«Achtung, fertig, Charlie!»**, **«Heidi»** und **«Die göttliche Ordnung».**

3 Millionen Franken umfasst das **Durchschnittsbudget** eines Zodiac-Spielfilms.

Die Erarbeitung des Films «Papa Moll» dauerte ganze 10 Jahre.

Bis zu 10 Drehbuchfassungen werden geschrieben, bevor eine Geschichte in die Umsetzung geht.

wood sind wir nicht.» Und ergänzt gleich mit einem Lächeln: «Es wird kaum je einen Schweizer ‹Avatar› geben.» Der zweite Teil von James Camerons Blockbuster-Reihe gilt mit einem 400-Millionen-Dollar-Budget als möglicherweise teuerste Produktion aller Zeiten.

«Wo Heidi draufsteht, muss Heidi drin sein»

Der erfolgreichste Zodiac-Film bis dato ist «Heidi». Die von Alain Gsponer umgesetzte Berggeschichte mit Bruno Ganz als Alp-Öhi zog über eine halbe Million Menschen in der Schweiz und weitere vier Millionen weltweit ins Kino. Doch für die Produktion einer so bekannten Geschichte mussten sich die Filmemacher in ihrer gewohnten Freiheit einschränken: «Viele Menschen haben bereits ein Bild aller Hauptfiguren im Kopf. Wo Heidi draufsteht, muss deshalb auch Heidi drin sein», sagt Hobi. Experimente funktionieren kaum. «Es ist eine Gratwanderung zwischen künstlerischer Freiheit und der Erwartung des Publikums.» In der Vergangenheit habe es filmische Interpretationen gegeben, welche die Geschichte umgeschrieben haben. Keine davon feierte grosse Kinoerfolge. Ihre Heidi-Geschichte verlaufe deshalb nahe entlang Johanna Spyris Roman. Mit einer Ausnahme: «Im Original wird viel gebetet, Heidi findet darin eine geistige Freiheit. Die Drehbuchautorin Petra Volpe hat dies ersetzt durch die Fähigkeit, zu lesen.» Die schulische Bildung, die Heidi in Deutschland geniesst, ermögliche ihr, aus dem Alltag auszubrechen. Am Ende will das Mädchen selbst Autorin werden. «Es

ist eine Hommage an Spyri selbst, die unter den strengen Konventionen ihrer Zeit litt und diese nur in ihren Romanen ablegen konnte», so Hobi.

Freiheit als Teil der Erfolgsformel

Mit dem Geschichtenerzählen kennt sich die Luzerner Produktionsfirma aus. «Unsere Spielfilme funktionieren stark nach den klassischen Gesetzgebungen des Drei-Akte-Storytelling.» Das heisst: Zunächst werden die wichtigsten Personen sowie ein Konflikt dargelegt, aus dem sich die Handlung der Geschichte ergibt. Dieser spitzt sich im zweiten Teil zu, die Handlung entwickelt sich. Schliesslich löst sich der Konflikt auf – meist in einem Happy End. «Wir begleiten oft eine einzelne Hauptfigur. Sie durchläuft im Verlauf der Geschichte eine Transformation, bei der sie das Publikum begleitet. Im besten Fall wird das Publikum dabei unterhalten und kann aus der Geschichte etwas für das eigene Leben lernen», so Hobi.

Diese «Zauberformel» wird aber durch die steigende Beliebtheit von Serien langsam in Frage gestellt. «Im seriellen Erzählen lassen sich komplexere Geschichten entwickeln, weil man nicht auf 90 Minuten begrenzt ist. Man kann mehrere Erzählstränge parallel führen, es gibt auch verschiedene Hauptfiguren. Für uns bedeutet das, dass wir uns von eingeübten Mustern des Spielfilms befreien müssen.» Eine Serie umzusetzen sei zwar komplexer, aber auch äusserst spannend, sagt Hobi.

Ob Film oder Serie, die gewählten Storys verfolgen oft ähnliche Grundthemen. Eines davon ist auch die Freiheit: «Ob der wortwörtliche Ausbruch aus einer Gefangenschaft oder die Freiheitssuche im übertragenen Sinn als Ablegen von Gewohnheiten oder Durchbrechen von gesellschaftlichen Normen – in Spielfilmen geht es oft um Sehnsucht oder den Traum von Unabhängigkeit», sagt Hobi. Dabei dürfe man die Wirkung eines Films nicht unterschätzen: «Eine gute Geschichte hat die Kraft, den Anstoss zur Befreiung von eigenen Zwängen oder zu einer lange ersehnten Veränderung zu geben.»

Zodiac produzierte auch Folgen des Luzerner Tatorts.

Streaming verändert die Branche

«Die Nachfrage nach Filmen ist heute so gross wie noch nie», sagt Hobi. Aber: «Das Konsumverhalten ändert sich. Wir schauen die Bewegtbilder häufiger zu Hause, auf dem Laptop oder dem Smartphone und nicht mehr im Kino.» Das verändert die Prozesse, aber auch die Finanzierungsmodelle. Grund ist die verstärkte Aktivität der Streaming-Anbieter in der Filmproduktion, wie Hobi ausführt: «Die grossen Unternehmen wie Netflix, Amazon oder Disney stellen für ihre Filme und Serien vermehrt eigene Teams zusammen. Als Produzenten sind wir in diesem Konstrukt nur noch Projektleiter.» So gehe ihre Entscheidungshoheit darüber, welche Geschichten sie erzählen möchten, verloren. «Falls sich das System stark dorthin entwickelt, verliert der Schweizer Film an Vielfalt. Damit wäre nichts gewonnen.» Schliesslich brauchen wir Geschichten, die nahe an unserer Lebensrealität passieren – und uns so auch zu berühren vermögen.

Zur Person

Lukas Hobi (*1975) hat einen kaufmännischen Berufshintergrund. Er gründete 2000 die Filmproduktionsfirma Zodiac Pictures Ltd. Das Unternehmen mit Sitz in Luzern und Zürich führt er heute gemeinsam mit Geschäftspartner Reto Schaerli.

«So frei wie Filmproduktionen in Hollywood sind wir nicht.»

Lukas Hobi, Filmproduzent

Fotos: zVg

Freiheit, die

Substantiv, feminin

Betonung: Freiheit
Worttrennung: Frei | heit
Aussprache: [ˈfʁaɪ̯haɪ̯t]
Plural: Freiheiten (nicht immer möglich)

Synonyme: Unabhängigkeit, Ungebundenheit, Liberalität, Ungezwungenheit, Eigenständigkeit, Independenz (fachspr.), auch Recht, Privileg

Etymologie: ‹Unabhängigkeit›, Althochdeutsch: frīheit (um 1000 bei Notker, Mönch, Aristoteleskritiker und Übersetzer), Mittelhochdeutsch: vrīheit, auch ‹Privileg, privilegierter Bezirk› (Quelle: DWDS)

Definition nach Brockhaus:
«Der Freiheitsbegriff spielt eine zentrale Rolle bei der Charakterisierung und Abgrenzung dessen, was wir als Handlungen (im Unterschied zu blossen Körperreflexen oder zu Naturvorgängen) ansehen. Von seinem Verständnis hängt es ab, ob wir glauben, für unser Handeln verantwortlich zu sein und ob wir uns als selbstständig Handelnde betrachten dürfen.»

Definition nach Wikipedia:
Vorbemerkung: Der Titel dieses Artikels ist mehrdeutig. Weitere Bedeutungen sind unter Freiheit (Begriffsklärung) aufgeführt.

«Freiheit (lateinisch: libertas) wird in der Regel als die Möglichkeit verstanden, ohne Zwang zwischen unterschiedlichen Möglichkeiten auszuwählen und entscheiden zu können. Der Begriff benennt in Philosophie, Theologie und Recht der Moderne allgemein einen Zustand der Autonomie eines Subjekts.»

Drei Bedeutungen nach Duden:
1. Zustand, in dem jemand von bestimmten persönlichen oder gesellschaftlichen, als Zwang oder Last empfundenen Bindungen oder Verpflichtungen frei ist und sich in seinen Entscheidungen oder Ähnlichem nicht [mehr] eingeschränkt fühlt; Unabhängigkeit, Ungebundenheit › *Ohne Plural*
2. Möglichkeit, sich frei und ungehindert zu bewegen; das Nichtgefangensein › *Ohne Plural*
3. Recht, etwas zu tun; bestimmtes [Vor]recht, das jemandem zusteht oder das er beziehungsweise sie sich nimmt › *Plural: Freiheiten*

Bedeutung nach Digitalem Wörterbuch der deutschen Sprache (DWDS):
1. politische Unabhängigkeit im Hinblick auf Staat und Gesellschaft; Unabhängigkeit von äusserer, innerer Unterdrückung
2. Möglichkeit, Recht, etwas ungehindert tun zu können, sich ungehindert entfalten, betätigen zu können
3. Vorrecht, auch als Ungehörigkeit (etwa «Du erlaubst dir zu viele Freiheiten»)
4. Nicht festgenommen, nicht in Haft, nicht gefangen, nicht in bedrängter Lage
5. Nicht gebunden (chemisch)
6. Juristisch

Fun Facts

Die Geschichte des Wilhelm Tell, Nationalheld und Freiheitskämpfer, ist keine Schweizer Erfindung. Die Erzählung inklusive Apfelschuss vom Kopf des Sohns und späterer Rache an der ungerechten Obrigkeit erzählte bereits der dänische Geschichtenschreiber Saxo Grammaticus zu Beginn des 13. Jahrhunderts.
(Quelle: swissinfo/wikipedia)

In der Schweiz leben 550 Wildtierarten in freier Natur.
(Quelle: Jagdstatistik)

Bei der französischen Revolution, welche die französische Monarchie stürzte, verteidigte die Schweizergarde den Palast des Königs. Die Schweizer standen also auf der unterlegenen Seite der Geschichte. Das Luzerner Löwendenkmal erinnert bis heute an die gefallenen Schweizer Söldner.
(Quelle: Historisches Museum Luzern)

Der richtige Name der Freiheitsstatue ist Enlightening the World (Die Welt erhellend). Statue of Liberty ist ein Spitzname.
(Quelle: EF)

Cyanblau – oder Himmelblau – gilt in der Werbung als Farbe der Offenheit und Freiheit. Auch Gold gilt in der Farblehre als Freiheitsfarbe.
(Quelle: Medien-Community/Wikipedia)

Darf ich eigentlich ...?

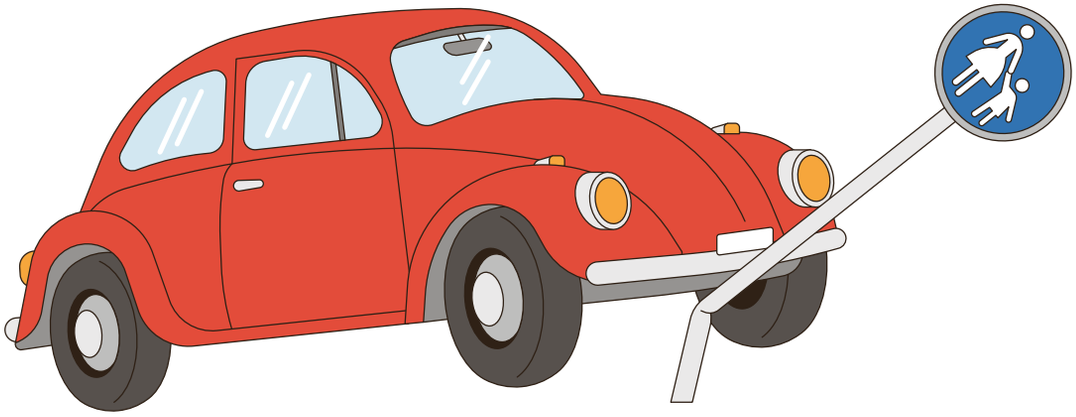
Die kleinen Freiheiten machen das Leben aus. Doch ist es überhaupt erlaubt, am Abend den Schlafsack auf dem Berggipfel auszurollen? Wie haben bei Fachpersonen nachgefragt.

Luzia Popp Joël Roth

Darf ich am Sonntag waschen?

«Wer unter der Woche arbeitet, ist froh, auch mal am Wochenende waschen zu können. **Gesetzlich gibt es kein Waschverbot, doch manche Hausordnungen untersagen es.** Für Mieterinnen und Mieter ist die Hausordnung rechtlich bindend, sofern sie ihnen beim Unterzeichnen des Mietvertrags schriftlich vorliegt. Soweit die rechtliche Lage. Wurde die Hausordnung nicht ordentlich beigelegt, empfehle ich, im Zweifelsfall zugunsten des Hausfriedens zu entscheiden.»

Nadja Burri, Co-Geschäftsleiterin Mieterinnen- und Mieterverband Luzern



Darf ich kurz auf dem Trottoir parkieren?

«Das Parkieren auf dem Trottoir ist verboten, ausser ein Signal oder Parkfeld erlaubt es ausdrücklich. **Nur Velos dürfen abgestellt werden, sofern eineinhalb Meter für die Fussgänger frei bleiben.** Kurz anhalten ist erlaubt, um Personen ein- oder aussteigen zu lassen. Ebenso für den Umschlag von Gütern. In beiden Fällen gilt es, eineinhalb Meter für Fussgänger freizulassen, sich zu beeilen und das Trottoir schleunigst wieder freizugeben. Und Vorsicht, das haltende Fahrzeug darf weder Fussgänger auf dem Trottoir noch den Verkehr auf Velowegen und Radstreifen behindern. Zum Telefonieren rasch aufs Trottoir fahren? Nein, auf keinen Fall.»

Marcel Schumacher, Chefexperte Führerprüfungen Strassenverkehrsamt Luzern

Darf ich mich in der Öffentlichkeit hinstellen und eine Rede halten?

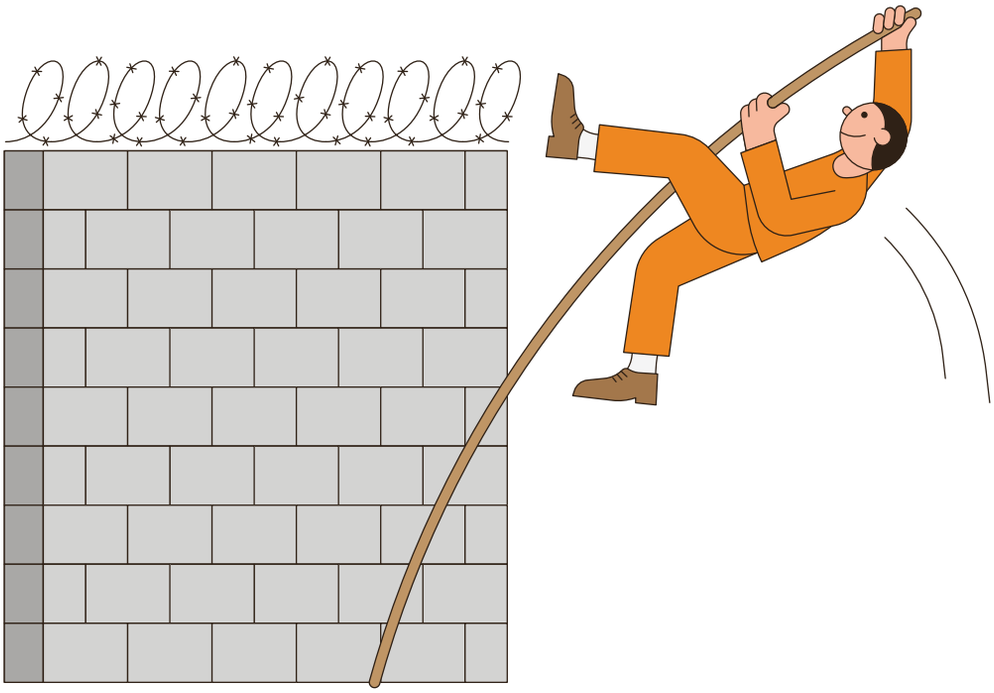
«Die Meinungs- und Informationsfreiheit ist ein Grundrecht, verankert in der Bundesverfassung. **Jede und jeder darf sich informieren, eine Meinung haben und diese ungehindert äussern.** Doch es gibt Einschränkungen: Wer sich in seiner Rede rassistisch äussert, Hass verbreitet oder die Ehre von Personen verletzt, macht sich strafbar. Wenn Sie sich für die Rede auf einen Stuhl stellen wollen, bitte schön, daran würde sich kaum jemand stören. Ein Podest und eine Lautsprecheranlage aufbauen? Das würde zu weit gehen, das Grundrecht würde überstrapaziert.»

Reto Fanger, Rechtsanwalt und Dozent für Datenschutzrecht an der Hochschule Luzern

Darf ich die Toilette im Restaurant benutzen, ohne etwas zu konsumieren?

«Fragen Sie freundlich und bedanken Sie sich danach mit einem Trinkgeld. Schleichen Sie sich auf keinen Fall rein, um die Toilette vermeintlich unbemerkt zu benutzen. **Natürlich, die Toilette ist für Gäste gedacht. Die Nutzung darüber hinaus kann der Restaurateur verbieten oder gutheissen.** Ich würde es erlauben – das zahlt sich aus. Die Leute kommen zurück, wenn sie mehr Zeit haben. Halten Sie Ausschau nach dem Hinweis ‹nette Toilette›. Das bedeutet, dass dieses Lokal sein WC öffentlich zur Verfügung stellt. Das Bedürfnis ist menschlich, das Thema aktuell. Es gibt sogar einen Restaurantführer, der Betriebe nach deren Toiletten beurteilt.»

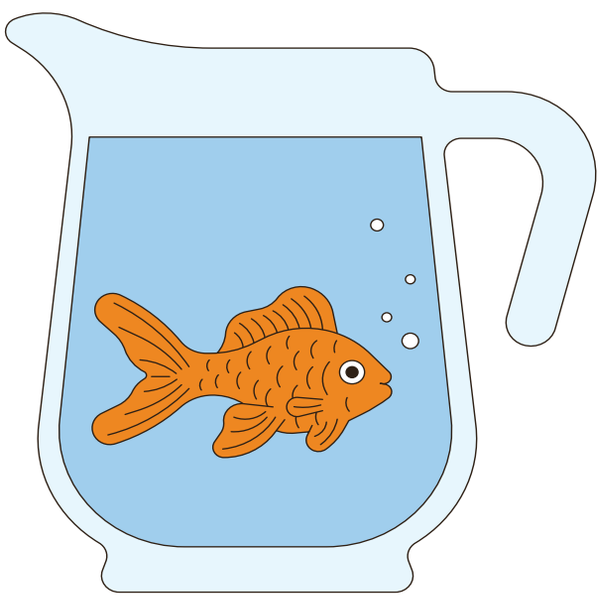
Silvio Tschudi, Leiter Gastronomie an der SHL Schweizerischen Hotelfachschule Luzern



Darf ich aus dem Gefängnis ausbrechen?

«Wer ein Delikt verübt und zu einer Freiheitsstrafe verurteilt wird, muss seine Strafe absitzen. Die Strafe lässt sich durch einen Ausbruch nicht beseitigen. **Inhaftierte, die ausbrechen, es versuchen oder aus dem Urlaub nicht zurückkehren, verstossen aber tatsächlich gegen kein Gesetz.** Es gilt der anerkannte Grundsatz, dass die Selbstbefreiung an sich nicht strafbar ist, ausser es handelt sich um eine Meuterei. Eine Entweichung, so nennen wir das, verstösst aber in jedem Fall gegen die Hausordnung. Und das führt zu einer Sanktion. Gemäss Sanktionenraster wären das in der JVA Grosshof bis zu zehn Tage Arrest. In der Arrestzelle gibt es keinen Komfort, nur ein Bett. Wer trotzdem versucht auszubrechen und dabei Personen verletzt oder Sachen beschädigt, macht sich hingegen durchaus strafbar. Wer jemandem zur Flucht verhilft, dem droht eine Geldstrafe oder eine Freiheitsstrafe von bis zu drei Jahren.»

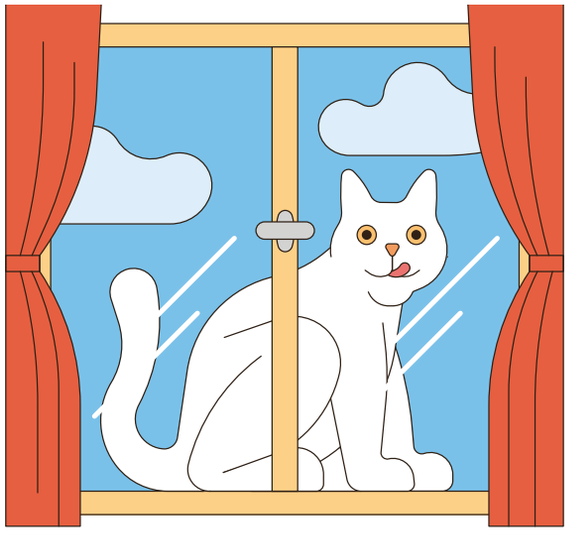
Andrea Wechlin, Direktorin Justizvollzugsanstalt Grosshof



Darf ich einen Goldfisch halten?

«Ja, allerdings weder alleine noch in einem Goldfischglas, wie man es aus Comics kennt. Je grösser das Aquarium, desto besser. Zierfische sind keine Deko-Objekte. Sie zu halten, ist anspruchsvoll und verlangt Fachwissen, etwa zur Wasserqualität. Fische haben Anspruch darauf, dass das Aquarium ihren Bedürfnissen entsprechend eingerichtet ist und ein Tag-Nacht-Rhythmus eingehalten wird, so ist es in der Tierschutzverordnung festgehalten. Goldfische sind gefrässig und gehören nicht in einheimische Gewässer. Aussetzen ist verboten, trotzdem kommt das leider immer wieder vor. Es wird oft unterschätzt, dass die Tiere über 20 Jahre alt werden können.»

Véronique Amrein, Rechtsanwältin, Notarin und Vorstandsmitglied Tierschutz Luzern



Darf ich die Nachbarskatze füttern?

«Füttern Sie keine fremden Katzen, bitte! Es kommt immer wieder vor, dass Nachbarn Tiere füttern, die ihnen nicht gehören – und das führt oft zu Leid. Ausdrücklich verboten ist das weder im Tierschutzrecht noch im Strafgesetzbuch. Doch wer fremde Tiere füttert, verletzt Eigentumsrecht und kann sich strafbar machen. Meist wird aus Tierliebe gefüttert, vermeintlich um Gutes zu tun. Doch die vielen Anfragen zeigen: Es leiden die Menschen, die ihr Tier vermissen, und oft auch die Katze. Sie hat bereits ein Zuhause und ist möglicherweise auf Medikamente oder spezielle Behandlung angewiesen. Wenn ein Findeltier zuläuft, ist die gesetzliche Lage eindeutig: Melden Sie es, dazu sind Sie verpflichtet.»

Véronique Amrein, Rechtsanwältin, Notarin und Vorstandsmitglied Tierschutz Luzern

Darf ich ohne Patent fischen?

«Das Freiangelrecht erlaubt das Fischen mit einer einfachen Angel im Sempacher- sowie im Vierwaldstättersee. Allerdings nur vom Ufer, mit einem Haken ohne Widerhaken und mit natürlichen Ködern. Es dürfen keine toten und lebenden Köderfische eingesetzt werden. Wenn Sie mehr wollen, benötigen Sie einen Sachkundenachweis und ein Fischereipatent. Die Gewässer sind in Zonen aufgeteilt. Das Patent berechtigt, in einer bestimmten Zone zu fischen. Um auf dem ganzen Vierwaldstättersee zu fischen, müsste man über 30 Patente beantragen. Was es sonst zu beachten gilt? Schonzeiten, geschützte Fischarten, das Fangmindestmass und das Angelverbot während der Nacht.»

Olivier Menz, Kantonaler Fischereiaufseher Kanton Luzern

Darf ich in freier Natur übernachten?

«Das Betreten von Wald und Weide ist jedermann gestattet, so steht es im Zivilgesetzbuch. Doch Übernachtungen im Freien belasten Fauna und Flora zusätzlich. Der Schweizer Alpen-Club (SAC) appelliert deshalb an einen respektvollen Aufenthalt – dazu gehört auch, dass Lärm und Abfall vermieden werden. **Gesetzlich gibt es klare Einschränkungen: In Naturschutzparks und -gebieten, Wildruhezonen sowie Jagdbanngebieten ist weder Campieren noch Biwakieren erlaubt.** Kantone und Gemeinden können zusätzliche Bestimmungen erlassen. Details sind auf den Karten des Geoportals des Bundes ersichtlich. Zum Schutz der Natur empfehle ich: Übernachten Sie in einer SAC- Hütte, das ist auch ein Erlebnis!»

Andreas von Deschwanden,
Leiter Geschäftsstelle SAC Sektion Pilatus

Rückzugsort, Droge, Kompass

Seit sie vier Jahre alt ist, steigt Lena Rüegg Wände hoch – in den Bergen oder in der Halle. Beim Klettern erlebt sie eine Konzentration, die befreiend wirkt.

Laura Scheiderer Mischa Christen

«Wenn ich in den Bergen bin, wird alles andere belanglos und klein.»

Lena Rüegg

Mindestens alle zwei Wochen fährt Lena Rüegg im Winter in die Kletterhalle, steigt in die Wand und taucht ab. In eine Welt, in der es nur noch farbige Griffe, sie selbst und den Menschen am anderen Ende des Seils gibt: «Beim Klettern bin ich so konzentriert, dass ich an gar nichts anderes mehr denken kann. Das ist unglaublich befreiend.» Am Fels ist dieses Gefühl noch intensiver. Im Vorstieg kann es da passieren, dass man in luftiger Höhe in einer senkrechten Wand hängt, die nächste Sicherung fünf Meter weiter unten. «Wenn du da fällst, fällst du weit und der Aufprall tut weh.», meint Lena Rüegg. Sie hat deshalb gerne Zwischensicherungen dabei, die man in Felsspalten klemmt und so die Abstände zwischen den Bohrhaken verkleinert.

In der Halle trainiert sie ihre Kraft und Technik. Das ist nötig, auch wenn man wie Rüegg beides schon seit der Kindheit intus hat. Mit vier Jahren bastelte der Vater ihr den ersten Klettergurt aus Seilen, weil sie für die richtigen noch zu klein war. Mit acht ging sie auf die erste Hochtour, als Teenager ins Skitourenlager. Seither ist der Bergsport ein elementarer Teil ihres Lebens, auch jetzt, als werdende Mutter.

«Reset» und neue Perspektiven

Berge haben auf viele Menschen eine fesselnde Wirkung. Rüegg erklärt sich diese Magie so: «In den Bergen erleben wir die Natur in ihrer pursten Form. Das Gestein ist seit Jahrmillionen da, das Wetter tückisch und unvorhersehbar. Wir sind der Umgebung gnadenlos ausgeliefert, geben Kontrolle ab. Bei mir entsteht dann eine Ohnmacht und viel Demut. Wenn alles um mich herum so ursprünglich ist, komme ich selbst auch wieder auf meine Grundeinstellungen zurück. Es ist wie ein ‹Reset›.»

In der Höhe angekommen, orientiert sich Rüegg als Erstes. Sie sucht nach bekannten Gebirgszügen und Tälern, die immer wieder anders aussehen, je nach Perspektive. Der Alltag ist dann weit weg, das Handy aus – Empfang hat man ohnehin kaum. Sie ist dann einfach weg: «Wenn ich in den Bergen bin, wird alles andere belanglos und klein.»

Gipfelsammeln und Bergfreundschaften

Rüegg ist inzwischen selbst Tourenleiterin beim SAC. Der Bergsport-Boom freut sie. Insbesondere, dass immer mehr Frauen sich zu Bergtourenleiterinnen ausbilden lassen. Das Rollenbild der vorsichtigen, ängstlichen Frau verblasse langsam auch im Alpinsport. Ganz weg ist es aber nicht: «Ich beobachte, dass Frauen tendenziell mehr Jahre Bergerfahrung sammeln als Männer, bevor sie sich zur Tourenleiterin ausbilden lassen.»

Ein anderes Zeichen der Zeit besorgt sie hingegen. Der Bergsport werde immer kompetitiver und das bedrohe die zwei wichtigsten Grundsätze des Bergsports: Demut vor dem Berg und Solidarität. Sie erklärt: «Am Berg hat es keinen Platz für Egoismus. Das Wetter schlägt um, Anzeichen für Lawinen tauchen auf, eine Bindung bricht, jemand wird höhenkrank oder hat Angst. In jeder Situation müssen wir neu abwägen, wie wir weitermachen. Manchmal kehren wir um – und das muss okay sein.»

Diese Abhängigkeit von den anderen im Team sei nicht nur wichtig, sondern auch schön: «Beim Bergsport legst du dein Schicksal in jemand anderes Hände, das macht Begegnungen intensiv und es geht schnell ans Eingemachte. Diese Grenzerfahrungen, Erfolge und schwierigen Entscheidungen gemeinsam zu erleben, verbindet. Die Freundschaften, die ich in den Bergen geschlossen habe, sind anders als jene im Flachland.»

Spass macht ihr bei Skitouren aber auch die Abfahrt: «Eine Spur in unberührten Neuschnee zu zeichnen, löst einfach Glücksgefühle aus. In Kombination mit der Aufregung und Konzentration davor komme ich in eine Art Rausch, den andere vielleicht auf Drogen erleben. Das klingt lange nach und beflügelt mich im Alltag.»

Bergsport hat für Lena Rüegg einen ähnlichen Effekt wie Yoga – beides braucht kompromisslose Konzentration und Präsenz im Moment.

Die Freiheit, neue Wege zu gehen

Seit drei Jahren produziert Emmi vegane Produkte unter der Eigenmarke Beleaf. Die grösste Molkerei der Schweiz bedient so nicht nur einen wachsenden Markt, sondern fordert auch sich selbst immer wieder aufs Neue heraus.

Pascal Zeder Mo Henzmann

Michael Lötscher, Leiter der Business-Unit Vegan bei der Emmi, bezeichnet sich selbst als «Störfaktor im positiven Sinn».

«Ich bin eine Art Störfaktor innerhalb der Emmi – im positiven Sinn», sagt Michael Lötscher mit einem Lächeln. Tatsächlich ist die Position des 41-Jährigen speziell: Er ist verantwortlich für die Business-Unit Vegan. Unter dem Markennamen Beleaf stellt diese seit rund drei Jahren vegane Alternativen zu Milchprodukten her: pflanzliche Milch-, Joghurt-, Käse-, und Rahmalternativen – die Palette ist breit.

Trotz boomendem Vegan-Markt ist das nicht selbstverständlich. Schliesslich gehört die Aktienmehrheit der grössten Molkerei der Schweiz nach wie vor den Zentralschweizer Milchproduzenten (ZMP). «Sicher gab es skeptische Stimmen aus der Landwirtschaft», sagt Lötscher. «Die emotionale Verbundenheit zum Rohstoff Milch ist hoch.» Es habe deshalb eine vertiefte Auseinandersetzung mit den Milchproduzentinnen und -produzenten gebraucht. «Inzwischen ist die vegane Marke breit akzeptiert.»

Hafer aus der Schweiz

Der Markt für vegane Alternativen sei in den letzten fünf Jahren stark gewachsen. «Immer mehr Menschen verzichten teilweise oder ganz auf tierische Produkte. Sie wollen Neues probieren.» Die steigende Zahl dieser sogenannten Neo-Flexitarierinnen und Neo-Flexitariern habe den Ausschlag gegeben, dass sich Emmi mit einer eigenen Produktreihe positioniere. «Diese Menschen achten auf Aspekte wie Qualität oder regionale Produktion. Das kann die Emmi bieten.»

Emmi produziert ihre Milchalternative aus Schweizer Hafer.

«Plötzlich sind wir ein kleines, aufstrebendes Unternehmen, das sich gegen die grossen Player behaupten muss.»

Michael Lötscher, Leiter der Business-Unit Vegan Emmi Schweiz

So wird etwa die Hafermilch mit Hafer und Wasser aus der Schweiz produziert. Durch die starke Verankerung in der regionalen Landschaft sei diese Entscheidung logisch, so Lötscher. Die Umsetzung gestaltete sich aber zuerst schwierig: «Haferanbau für Speisezwecke ist in der Schweiz kaum noch verbreitet. Gemeinsam mit unseren Partnern mussten wir zuerst einmal genügend Rohstoff auftreiben.»

Nicht mehr nur in «Milchmustern» denken

Neben Milchalternativen sind inzwischen auch pflanzliche Alternativen zu Joghurt, Quark, Rahm, Caffè Latte, Crème fraîche oder Käse erhältlich. «Zur Produktion braucht es jeweils unterschiedliche technische Verfahren», sagt Lötscher. Und bei der Herstellung brauchte es Erfindungsgeist: Bestehende Produktionsanlagen wurden extra umgebaut, damit jetzt Hafermilch produziert oder Mandeljoghurt gemixt werden kann.

Aber auch abseits der Produktion betritt die Gruppe Neuland. «Bei Milchprodukten befindet sich Emmi meistens in der Rolle des Marktführers. Damit gehen in diversen Bereichen gut eingeübte Strukturen einher, die bestens funktionieren.» Anders liegt der Fall im Bereich der pflanzlichen Produkte: «Mit Beleaf sind wir plötzlich ein kleines, aufstrebendes Unternehmen. Wir müssen uns gegen die grossen Player behaupten.» So muss Emmi in der ganzen Wertschöpfungskette neue Wege einschlagen. «Wir können nicht mehr nur in unseren ‹Milchmustern› denken. Wir müssen innerhalb der etwas statischen Strukturen eines Grossunternehmens innovativ und agil sein – das ist eine Herausforderung.» Lötscher setzt hier auf eine Marke mit hohem Wiedererkennungswert, Produkte mit überzeugendem Geschmack und – wenn immer möglich – regionale Rohstoffe. Die Erkenntnisse, die das Unternehmen mit Beleaf gewinnt, sind für die ganze Emmi wertvoll, ist er überzeugt.

Es braucht weitere Entwicklung

Lötscher will die Entwicklung der veganen Produkte vorantreiben. «Viele Produkte auf dem Markt sind inzwischen gut. Aber vor allem für Joghurt- oder Käsealternativen hat noch niemand die perfekte Lösung gefunden. Das macht den Bereich der veganen Lebensmittel so faszinierend, es ist eine offene Spielwiese.» Für den gebürtigen Luzerner ist indes klar: «Irgendwann sollten wir davon wegkommen, von ‹Ersatz› zu sprechen. Ernährungsgewohnheiten verändern wir am einfachsten mit Produkten, die geschmacklich gut, gesund und günstig sind. Warum sollte das nicht auch auf pflanzlicher Basis möglich sein?»

Schichtdessert mit Nusskrokant

Gesamtzeit: 30 Minuten
für 4 Personen

Zutaten
- 60 g Nüsse (Mandeln, Haselnüsse, Walnüsse, Cashews), gehackt
- 50 g Zucker
- 20 g Haferflocken
- 1 Prise Salz
- 400 g Beleaf Mandeljoghurt, nature
- 2 EL Ahornsirup
- Früchte (je nach Saison), in Stücken z.B. Apfel, Birne, Orange, Feige oder Granatapfel

Zubereitung
Zucker in einer Pfanne karamellisieren, Nüsse, Haferflocken und Salz vermischen, in die Pfanne geben und umrühren. Nuss-Karamell-Masse auf ein Backblech geben, gut verteilen und auskühlen lassen. Ahornsirup unter das Mandeljoghurt mischen. Nuss-Krokant, Joghurt und Früchte in Schichten anrichten und nach Belieben garnieren.

Fotos: morphbox gmbh (oben), zVg

Luzern ist unterwegs

Unser Mobilitätsverhalten hat sich in den letzten Jahren stark verändert: Wir kommen schneller von A nach B, mehr Menschen pendeln oder nutzen die vielfältigen Mobilitätsangebote in der Freizeit.

Corina Vögele

Zu Fuss, mit dem Velo, im Auto oder per öV: Täglich legen Luzernerinnen und Luzerner im Schnitt 38,4 Kilometer zurück.
Quelle: lustat.ch, Erhebung 2015

17 Kilometer Freizeit

9 Kilometer Arbeit

5 Kilometer für Einkäufe

Nationalstrassen: 59 km
Kantonsstrassen: 523 km
Gemeindestrassen: 3'535 km
Quelle: lustat.ch, Erhebung 2021

223'315 eingelöste Personenwagen
(Stand 30.9.2022)
Quelle: lustat.ch, Strassenverkehrsamt, Erhebung 2022

176'800 pendelnde Erwärbstätige zu Arbeitszwecken (2020), die meisten davon innerhalb des Kantons
Quelle: LUSTAT, Erhebung 2020

Zupendler nach LU: 9'500
Wegpendler nach AG: 6'900

Zupendler: 2'800
Wegpendler: 2'300

Zupendler: 3'700
Wegpendler: 10'600

Zupendler: 3'500
Wegpendler: 2'200

Zupendler: 4'800
Wegpendler: 3'000

Zupendler: 2'800
Wegpendler: 5'100

Zupendler: 2'400
Wegpendler: 3'300

Übrige Kantone
Zupendler: 3'000
Wegpendler: 3'500

2'750 Kilometer Wanderwege im Kanton Luzern
Quelle: Verein Luzerner Wanderwege

Im Kanton Luzern gibt es **8 Bergbahnbetreiber.** Deren Streckennetze reichen zumeist auch in benachbarte Kantonsgebiete.
Quelle: Aktuelle Zahlen gemäss Anfrage bei Transportunternehmungen Zentralschweiz TUZ

185 km Schienennetz
63 km/h fährt ein Zug im Durchschnitt.
Quelle: lustat.ch, Erhebung 2015

4'175 Schiffe
217 Ruderschiffe, 931 Segelschiffe mit Maschinenantrieb (225 davon mit Elektroantrieb), 396 Segelschiffe ohne Maschinenantrieb, 2'608 Motorschiffe (399 davon mit Elektroantrieb), 5 Güterschiffe, 16 Fahrgastschiffe, 2 schwimmende Gerüste
Quelle: Vereinigung der Schifffahrtsämter (vks), Erhebung 2022

1,8 Velos pro Haushalt
Durchschnittsgeschwindigkeit:
Fahrrad: 14 km/h
E-Bike: 19 km/h
(gleich schnell wie Busse)
Quelle: LUSTAT, 2015

LUKB-Ratgeber

Welche Säule-3a-Lösung der LUKB passt zu mir?

Vorsorgekonto

Vorteile:
- Tiefes Risiko, da nicht direkt vom Markt abhängig
- Tiefe Kosten, da keine Transaktions- oder Depotgebühren
- Einzahlungsbetrag kann bis zum Maximalbetrag frei gewählt werden

Nachteile:
- Geringe Renditeerwartung

Vorsorgedepot mit Fonds

Vorteile:
- Erhöhte Renditechancen durch Investitionen in Fonds (zum Beispiel Expert-Vorsorgefonds der LUKB)
- Breite Auswahl an unterschiedlich zusammengesetzten Fonds mit variierenden Renditeerwartungen und Risiken
- Übertrag ins private Wertschriftendepot bei Auflösung aufgrund Erreichen der Altersgrenze, kein Verkauf der Fondsanteile nötig
- Mit Vorsorge-Fondssparplan regelmässige Investitionen in gewählte Fonds ab 50 Franken möglich
- Jederzeitiger Verkauf der Fondsanteile möglich
- Beratung durch Bankberaterinnen und -berater

Nachteile:
- Bestehendes Verlustrisiko, da Anlagen Schwankungen des Marktes unterworfen sind
- Transaktionskosten bei Kauf von Fondsanteilen
- Depotgebühren für das Vorsorgedepot

Digitale Vorsorge (fluks 3a)

Vorteile:
- Unabhängige Eröffnung und Verwaltung per Mobile Banking
- Alles digital, keine Papierflut
- Sofort nutzbar nach der Einrichtung
- Gleiche Rendite- und Risikoerwartungen wie beim klassischem Vorsorgedepot
- Bereits mit 2 Franken Startkapital wird in den gewählten Vorsorgefonds investiert
- Wechsel in anderen Expert-Vorsorgefonds jederzeit und flexibel möglich
- Jederzeitiger Verkauf der Fondsanteile möglich
- Pauschalgebühr («All-in-Fee») von 0,6 %
- Ohne Transaktionsgebühren

Nachteile:
- Persönliches Beratungsgespräch entfällt
- Bestehendes Verlustrisiko, da Anlagen Schwankungen des Marktes unterworfen sind

Text: Pascal Zeder; Illustration: Pia Bublies

Nachhaltigkeit per Mausklick fördern

Die LUKB vergibt im Juni zum zweiten Mal den LUKB-Zukunftspreis. Entscheiden Sie mit, wer den Förderpreis erhält. Nehmen Sie vom 15. bis 31. Mai 2023 am Online-Voting teil:

lukb.ch/zukunftspreis

Nachhaltige Anlagen sind hoch im Kurs

Nachhaltigkeit gehört zu einer zeitgemässen Geldanlage dazu und bedeutet nicht, auf Rendite zu verzichten.Weitere Infos:

lukb.ch/nachhaltig-anlegen

Ab an die Uni!

Erfahren Sie im Rahmen der öffentlichen LUKB-Vorlesungsreihe neue, spannende Erkenntnisse aus der Wissenschaft. Sichern Sie sich Ihren kostenlosen Platz (Vergabe nach Buchungseingang).

24. Mai 2023, 18.30–19.30 Uhr
Wie verändert Klimapolitik die Gesellschaft?
Prof. Dr. Lena Schaffer

Sparen ist keine Hauruck-Aktion

Einen grösseren Betrag spart man nicht einfach von heute auf morgen. Diese vier Spartipps helfen Ihnen, zum richtigen Zeitpunkt genügend Geld auf der Seite zu haben.

Pascal Zeder Pia Bublies

Wer spart, verzichtet heute auf Konsum zugunsten von mehr finanzieller Freiheit in der Zukunft. Ob für eine grosse Reise, ein Eigenheim oder die Zeit nach der Pensionierung: Immer wieder ist man froh um ein finanzielles Polster. Für erfolgreiches Sparen gilt es, gewisse Dinge zu beachten:

Tipp 1:
Sparen Sie mit Plan

Erstellen Sie ein grobes Budget. Für die Gewinnung eines Überblicks hilft zum Beispiel der Finanzassistent im E-Banking. Berücksichtigen Sie Ihre Fixkosten, die üblichen Ausgaben, die Steuern sowie eine kleine Reserve. Was übrig bleibt, können Sie sparen, selbst wenn es nicht viel ist. Wenn man sich hingegen gerade so von Zahltag zu Zahltag hangelt, gilt: **Sparen braucht einen Schuss Selbstdisziplin.** Werden die neuen Kleider gebraucht oder verschwinden sie einmal getragen im Schrank? Wer seine Kaufgewohn-

heiten hinterfragt, kann Geld zurücklegen, ohne dabei auf Wichtiges verzichten zu müssen. Vielen fällt es ausserdem leichter, wenn Sie einen **Sparbetrag schon zu Beginn des Monats zur Seite legen.** So verschwindet das Geld gleich wieder vom Lohnkonto und man gerät weniger in Versuchung, es auszugeben. **Prüfen Sie ausserdem Ihre Planung, wenn grosse Veränderungen mit finanziellen Auswirkungen anstehen.** Die Geburt eines Kindes, der Umzug in eine teurere Wohnung, ein Stellenwechsel oder die Anpassung des Arbeitspensums verändern Ihre fixen Ausgaben oder Einkünfte – und damit auch Ihr Sparpotenzial.

Tipp 2:
Wer Zeit hat, sollte investieren

Wer spart, hat verschiedene Optionen. Naheliegend ist das klassische Sparkonto. Im Tiefzinsumfeld der vergangenen Jahre warfen Konten aber gar keine oder nur sehr bescheidene Zinsen ab. Zwar steigen die Zinsen aktuell, gleichzeitig steigt aber auch das Preisniveau. Aufgrund der Inflation verliert das Geld unter dem Strich weiterhin an Wert. Langfristig führt dies zu einem Kaufkraftverlust. Eine Alternative bietet das Wertschriftensparen mit Anlagefonds: Anlagefonds sind zwar kurzfristigen Wertschwankungen unterworfen, aber über die Zeit haben Sie damit die Chance, gegenüber einem Sparkonto eine Zusatzrendite zu erwirtschaften. Ihre finanziellen Verhältnisse und die persönliche Risikotoleranz bilden die Grundlage, auf der Sie zusammen mit einer Fachperson eine geeignete Anlagestrategie definieren und den passenden Fonds auswählen. **Für eine erste Einschätzung,** ob ein Konto oder das Wertschriftensparen besser zu Ihnen passt, hilft der zeitliche Horizont des Sparziels: Sparen Sie kurzfristig für ein neues Auto oder eine grosse Reise, empfiehlt sich die Einzahlung auf ein Sparkonto. Bleibt das Geld voraussichtlich länger als drei Jahre unangetastet, kann es sich lohnen, das Geld anzulegen. Ob Konto oder Anlagefonds, bei beiden Lösungen gilt: Benötigen Sie Ihr Erspartes, weil sich Ihre Pläne ändern, können Sie jederzeit darauf zugreifen.

Tipp 3:
Früh und regelmässig sparen

Sparen ist kein Sprint, sondern ein Marathon. Fangen Sie deshalb früh damit an. Im Verlauf des Lebens gibt es immer wieder Momente, in denen Sie froh sind um Rücklagen. **Wer auf lange Sicht spart, für den lohnt es sich, kleine Beträge zur Seite zu legen.** Richten Sie beispielsweise einen Dauerauftrag auf Ihr Sparkonto ein. So müssen Sie nicht daran denken. Wer sein Geld in einem Fonds anlegt, kann per Fondssparplan regelmässig und unkompliziert Geld investieren – bereits mit kleineren Beträgen ab 50 Franken.

Ausser vom systematischen Aufbau des Ersparten profitieren Sie auch vom sogenannten Durchschnittspreiseffekt: Da immer der gleiche Betrag investiert wird, werden bei hohen Kursen nur wenige Anteile gekauft, bei tiefen Kursen dafür umso mehr. Der Durchschnittspreis ist dadurch tiefer, als wenn alle Anteile auf einmal zu einem ungünstigen Einstiegszeitpunkt gekauft würden. So laufen Sie auch nicht Gefahr, mit dem gesamten Ersparten zum falschen Zeitpunkt in den Markt einzusteigen.

Tipp 4:
Nutzen Sie die Säule 3a

Das Vorsorgesystem der Schweiz beinhaltet die Möglichkeit, jährlich einen bestimmten Betrag in die private Vorsorge 3a einzuzahlen. 2023 beträgt dieser maximal 7056 Franken für Angestellte und 35´280 Franken für Selbständigerwerbende ohne Pensionskasse. **Der grosse Vorteil der Säule 3a: Sie können den einbezahlten Betrag für die Berechnung der Steuern vom Einkommen abziehen.** Weil das Geld oft über Jahre unangetastet bleibt, kann es sich lohnen, die Säule 3a in Vorsorgefonds zu investieren. Dabei gelten die gleichen Grundsätze wie für das Anlegen im freien Vermögen: Einen langen Anlagehorizont bis zur Pensionierung oder sogar darüber hinaus können Sie zu Ihrem Vorteil nutzen. Die Rendite ist zudem steuerfrei. Auch in der Vorsorge gibt es Fondssparpläne, die regelmässiges – beispielsweise monatliches – Einzahlen einfach ermöglichen. Für den Kauf von selbstgenutztem Wohneigentum können die Säule-3a-Gelder bereits vor dem Rentenalter bezogen werden. Darum lohnt es sich zu prüfen, wie das Sparen in der Säule 3a in Ihre finanzielle Lebensplanung passt. Die Fachpersonen der Bank unterstützen Sie mit einem persönlichen Beratungsgespräch.

Der Fondssparplan der LUKB

Mit einem Fondssparplan investieren Sie systematisch Sparbeträge in einen Anlagefonds. Sie entscheiden, welchen Betrag Sie wann und in welcher Kadenz anlegen. Investitionen sind bereits ab 50 Franken möglich. Einzahlungen können Sie bei Bedarf jederzeit aussetzen oder stoppen, wenn Sie das Geld anderweitig benötigen. Wer sein Erspartes langfristig anlegt, profitiert von höheren Ertragschancen. Der passende Fonds wird anhand des individuellen Anlegerprofils ausgewählt. Sobald das Sparziel erreicht wird, wird der Sparbetrag entweder sukzessive anhand eines Rücknahmeplans oder in einer einmaligen Überweisung ausbezahlt – oder das Geld bleibt im Fondssparplan und damit angelegt.

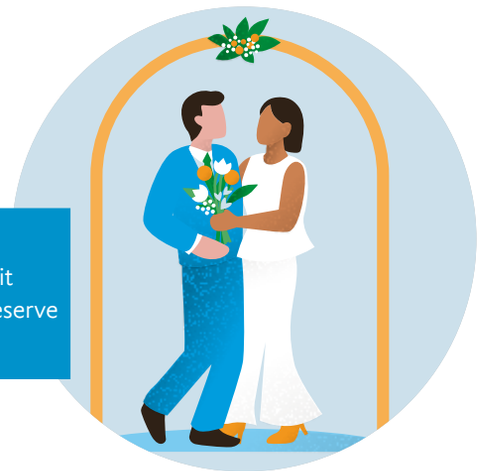
Mehr dazu:
lukb.ch/fondssparplan

Aufs Leben hinaus planen

Projekte, neue Träume und unerwartete Ereignisse – das Leben verlangt uns zuweilen Einiges ab, auch finanziell. Ein Beispiel.

20. Lebensjahr
Reisen, Autoprüfung, die erste eigene Wohnung – Aufregendes steht an! Dafür braucht's aber bereits Erspartes auf der Seite – oder einen Zustupf von Gotte oder Götti, die schon früh ein Geschenksparkonto oder sogar einen Geschenksparplan eingerichtet haben.

31. Lebensjahr
Für die eigene Hochzeit zapft man gerne die Reserve an.



32. Lebensjahr
Frisch gebackene Eltern reduzieren immer öfter ihre Arbeitspensen. Auch Kita oder Tagesschule kosten Geld, genauso wie Essen, Kleider, Möbel. Dazu kommen höhere (Kranken-)Versicherungsprämien.

38. Lebensjahr
Der Traum von den eigenen vier Wänden: Meistens wird Wohneigentum mit Ende 30 zum Thema. Damit das klappt, muss man frühzeitig anfangen zu sparen.

41. Lebensjahr
Man hat nie ausgelernt. Wer sich umschulen lässt oder sich selbstständig macht, muss während ein paar Jahren mit einem tieferen Einkommen rechnen.

46. Lebensjahr
Nicht immer läuft alles rund. Bei einer Entlassung im Beruf oder einem privaten Rückschlag ist man froh um finanzielle Rücklagen.

53. Lebensjahr
Was will man noch im Leben? Ein Campingmobil kaufen, eine grosse Reise unternehmen oder das Matterhorn besteigen – noch ist genügend Zeit für die grossen Lebensträume.

60. Lebensjahr
Wer früh in die Vorsorge investiert hat, kann es sich leisten, das Arbeitspensum schon vor der Pensionierung zu reduzieren. Der Übergang in die nachberufliche Zeit fällt so leichter.

67. Lebensjahr
Weiterhin auf nichts verzichten: Dank einer gut geplanten Vorsorge lässt sich der gewohnte Lebensstandard beibehalten.

Text: Pascal Zeder; Illustration: Pia Bublies

Weniger Wohnkosten dank besserer Energieeffizienz

Familie Burri zog im vergangenen Jahr in ihr frisch umgebautes und saniertes Haus in Schwarzenberg ein. Die energetische Sanierung bedeutete viel Arbeit, doch für die fünfköpfige Familie war's die Mühe wert.

Text: Pascal Zeder; Foto: Johanna Unternährer

«Die Freiheit, die uns dieses Haus mit Garten gibt, ist grossartig – gerade mit den Kindern. Während des Umbaus haben wir die Leute in der Nachbarschaft bereits kennengelernt. So fühlten wir uns am neuen Ort schnell zu Hause.»

Sara Burri, Mutter

«Bei der energetischen Sanierung lohnt es sich, etwas mehr zu investieren. Durch die Einsparung bei Strom- und Energiekosten rechnet sich das mittelfristig. Man darf den Aufwand einer solchen Renovation nicht unterschätzen, aber wir sind froh, haben wir's angepackt.»

Joel Burri, Vater

So unterstützte die LUKB die Familie Burri

Eine fachgerechte energetische Sanierung braucht eine individuelle Planung. Familie Burri ersetzte die alte Heizung durch eine Wärmepumpe mit Erdsonde, modernisierte die Wärmedämmung des Gebäudes und baute ein automatisches Lüftungssystem ein. Diese Investitionen wurden durch das Energieprogramm des Kantons Luzern mit 15´000 Franken gefördert. Der Kundenberater der LUKB unterstützte sie in persönlichen Beratungsgesprächen bei der Zusammenstellung des umfassenden Massnahmenpakets, das für ihre Liegenschaft und ihr Budget passte. Ausserdem halfen sie den Burris bei der Beantragung von Fördergeldern.

Möchten Sie Ihr Eigenheim fit für die Zukunft machen? Tipps, Checklisten und Ratgeber finden Sie unter **lukb.ch/energiesparen**

Linda ist 42-jährig, sie arbeitet Vollzeit und und teilt sich mit ihrem Partner die Hausarbeit und die Betreuung der Kinder. In ihrer Freizeit ist sie aktiv, am liebsten geht sie an den Wochenenden aus der Stadt hinaus in die Berge. Dieser Rhythmus erlaubt es kaum, zu den üblichen Öffnungszeiten eine Bankgeschäftsstelle aufzusuchen.

Banking ohne Öffnungszeiten

Dank der zunehmenden Zahl digitaler Lösungen lassen sich viele Bankgeschäfte inzwischen zeit- und ortsunabhängig abwickeln. Das nutzt auch Linda.

1. Online zum Konto

Linda ist Luzernerin und möchte ihr Vermögen einer lokalen Bank anvertrauen. Sie entscheidet sich für die LUKB. Für die Kontoeröffnung besucht sie mit dem Smartphone die Website und gibt ihre Daten an. Anschliessend führt sie die Videoidentifikation durch und unterschreibt den Vertrag digital («Online Onboarding»). Die ganzen Formalitäten sind für Linda in zehn Minuten erledigt. Das Passwort für den Online-Zugang sowie die Visa-Debit-Karte erhält sie per Post zugeschickt.

2. Kontaktlos zahlen

Linda hinterlegt ihre Visa-Debit-Karte auf ihrem Smartphone als Zahlungsmittel. Zudem installiert sie die Twint-App und verbindet sie mit ihrem LUKB-Konto. Bargeld braucht sie nur noch in Ausnahmefällen.

3. Rechnungen begleichen

Linda bezahlt ihre Rechnungen gerne unmittelbar nach der Zustellung. Sie scannt sie mit ihrer Mobile-Banking-App ein, bestätigt die Zahlung, erledigt.

4. Videoberatung

Linda möchte einen Teil ihrer Ersparnisse anlegen. Dafür lässt sie sich beraten: Sie verabredet einen Webcall-Termin mit einer Fachperson der Bank. Per Smartphone erhält sie eine individuell auf sie zugeschnittene Beratung.

5. Wertschriftenverwaltung

Ihr Wertschriftendepot kann Linda nun per Mobile Banking einsehen. Ausserdem kann sie weitere Anlagen direkt in der App kaufen oder ihre jetzigen unkompliziert veräussern.

6. Vorsorge 3a anlegen

Im Mobile Banking unter fluks 3a beantwortet Linda Fragen zu ihrer Risikobereitschaft und Risikofähigkeit. Im Anschluss schlägt ihr die App eine Lösung mit einem passenden Fonds vor, sie kann aber auch eine andere Option wählen. Der Prozess dauert nur wenige Minuten.

7. Grosse Entscheidungen vor Ort

Linda möchte aber nicht alles digital erledigen: Vor Kurzem hat sich eine Möglichkeit ergeben, eine Eigentumswohnung zu kaufen. Für ihre persönliche Finanzplanung, einige offene Fragen zu ihrer Vorsorge und für den Abschluss einer Hypothek möchte sie eine ausführliche persönliche Beratung. Sie vereinbart über die LUKB-Website einen Termin bei einer Geschäftsstelle in ihrer Nähe.

Text: Pascal Zeder; Illustration: Pia Bublies

Fragen und Antworten zum Thema Sparen und Anlegen

Kann ich einfach grosse Beträge vom Sparkonto beziehen?

Endlich ist der Tag der Hochzeit, der Weltreise oder des Wohnungskaufs da und Sie möchten dafür eine grössere Summe von Ihrem Sparkonto beziehen. Dabei gilt es, gewisse Dinge zu beachten: Pro Kalendermonat können maximal 30´000 Franken frei bezogen werden. Beträge ab 30´000 Franken müssen mindestens 31 Tage vor dem Bezug gekündigt werden. Kundinnen und Kunden der Luzerner Kantonalbank können die Betragskündigung selbst im E-Banking unter «Meine LUKB» erfassen. Wird die Frist nicht eingehalten, wird eine Rückzugsgebühr £von zwei Prozent auf den Betrag fällig, der die Limite überschreitet. Grund für diese Gebühr sind die Liquiditätsvorschriften der Finanzmarktaufsicht (FINMA). Diese Rückzugsbestimmungen gelten auch, wenn Sie Ihr Erspartes anlegen möchten – selbst wenn der Wechsel von Sparkonto zum Anlagendepot bei der gleichen Bank passiert. Wer also ein Verbindungskonto für Hypotheken, Darlehen oder Wertschriftendepots braucht, verwendet dafür das Privat- oder Geschäftskonto.

Wie wähle ich die passende Anlageform?

Als Anlegerin oder Anleger kann man seine Investitionen mit Unterstützung der Bank selbst tätigen, oder man überlässt diese Aufgabe ganz den Expertinnen und Experten der Bank. Was der richtige Weg ist, hängt von drei Faktoren ab: Wissen, Interesse und Zeit. Wer sich mit Anlagethemen auskennt und dafür auch zeitliche Ressourcen aufwenden kann und will, kann – unterstützt durch eine Vermögensberatung – selbst investieren. Wem die Verwaltung des eigenen Vermögens zu viel Aufwand darstellt, kann ein Vermögensverwaltungsmandat in Betracht ziehen. Um zu entscheiden, welche Anlageform besser passt, empfiehlt sich grundlegend eine persönliche Beratung. Als vierter Faktor bestimmt auch das Vertrauen in den Umsetzungspartner – in diesem Fall die Bank – darüber, welche Lösung man wählt.

Wie lässt sich einfach Geld sparen?

- **Spontankäufe vermeiden:** Stellen Sie eine Wunschliste inklusive Budget auf. Listen Sie prioritär auf, was Sie sich gerne anschaffen würden. Kaufen Sie entlang dieser Wunschliste ein und behalten Sie dabei Ihre monatlichen Ausgaben im Blick. Erlaubt es das Budget nicht, muss ein Wunsch bis zum nächsten Monat warten. Bei den Lebensmittelkäufen gilt: nie hungrig und nie ohne Einkaufsliste einkaufen. Sonst kauft man zu viel, am Ende wirft man Esswaren fort. Das ist unökologisch und Geldverschwendung.

- **Energie sparen:** Es gibt viele einfache Wege, Energie und damit Geld zu sparen: Der konsequente Einsatz von Steckerleisten verringert Standby-Strom. Regelmässiges Stosslüften spart Heizkosten, dagegen sollte man die Fenster im Winter nie gekippt lassen. Teewasser im Wasserkocher erhitzen und auf den Spaghettitopf gehört ein Deckel. Mehr solche einfachen, aber effizienten Tipps finden Sie in unzähligen Ratgebern im Internet.

- **Doppelte Versicherungen:** Haben Sie gewusst, dass bei der Visa Debit Prime der LUKB eine Reiseversicherung dabei ist? Viele beziehen ähnliche oder gleiche Leistungen bei zwei Anbietern – und bezahlen auch bei beiden dafür. Prüfen Sie Ihre Angebote, vielleicht gibt es hier Sparpotenzial.

- **Mittagessen von gestern:** Wer am Abend etwas mehr kocht und die Reste am nächsten Tag zur Arbeit mitnimmt, kann einfach gutes Geld sparen.

- **Abonnemente sind Fixkosten:** Prüfen Sie Ihre Abos und kündigen Sie, was Sie ständig zahlen, aber nie brauchen. Vergleichen Sie zudem Krankenkasse, Handyabo oder Internet zu Hause. Verschiedene Vergleichsdienste können Ihnen dabei helfen. Aber Vorsicht: Günstiger ist nicht immer besser. Achten Sie genau darauf, auf welche Leistungen Sie verzichten, bevor Sie ein Angebot kündigen.

Text: Pascal Zeder

Keine Negativzinsen mehr – was bedeutet das jetzt?

2022 war für die Finanzmärkte ein turbulentes Jahr. Die Notenbanken erhöhten die Leitzinsen, was die Konjunktur abschwächt. Für Anlegerinnen und Anleger birgt diese Entwicklung aber auch Chancen.

Die aktuellsten Trends

Die Anlagetrends wechseln momentan rasch. Lesen Sie deshalb unsere aktuelle Markteinschätzung online:
lukb.ch/anlagepolitik

Warum kam es zur Zinswende?

Die meisten grossen Volkswirtschaften sahen sich im vergangenen Jahr mit steigenden Preisen konfrontiert. Grund dafür waren eine stark gestiegene Nachfrage nach dem Abklingen der Coronapandemie und gleichzeitig weit verbreitete Lieferengpässe auf der Angebotsseite. **Der Einmarsch Russlands in die Ukraine im Februar 2022 löste einen Energieschock aus.** Dieser verstärkte die Teuerung zusätzlich **und führte zu Inflationszahlen, wie sie letztmals in den 1970er-Jahren beobachtet wurden.** In der Folge mussten die Zentralbanken ihre expansive Geldpolitik der letzten Jahre abrupt beenden und die Leitzinsen rasch und entschieden anheben. Das wiederum führte insgesamt zu deutlich steigenden Zinsen sowie zu einem Anstieg von Kreditrisikoprämien.

Wie muss ich mein Portfolio anpassen?

Die Leitzinserhöhungen der Notenbanken dürften sich bald einem Ende nähern. Trotzdem zeigt die Erfahrung, dass sich das Wirtschaftswachstum stärker abschwächen könnte, als dass dies bisher spürbar war. **Finanzexpertinnen und -experten raten deshalb für das Jahr 2023 zu einer eher defensiven Positionierung.** Das heisst: In gemischten Anlageportfolios empfiehlt es sich, den Anteil von Aktien und Anleihen nach dem guten Jahresauftakt etwas tiefer zu halten. Übergewichten sollte man Rohstoffe (ausgenommen die landwirtschaftlichen Rohstoffe), Gold und Schweizer Immobilienfonds.

Feiern Obligationen ein Comeback?

Die Kurskorrekturen bei Anleihen stellen nur temporäre Buchverluste dar, da die Rückzahlung der Obligation zum Nominalwert am Ende der Laufzeit normalerweise sichergestellt ist. Wer hingegen neu investiert, für den ist die Attraktivität von Obligationen deutlich gestiegen. **Nach einer längeren Durststrecke, in welcher Aktien und Immobilien als «alternativlos» bezeichnet wurden, bieten sie wieder interessante Anlagemöglichkeiten.** Bei Investitionen sollte selektiv vorgegangen werden. So sind die Auswirkungen des aktuellen wirtschaftlichen Umfeldes für die Beurteilung der zukünftigen Stabilität und Qualität des Schuldners unbedingt zu berücksichtigen. Dasselbe gilt für die Eignung im Hinblick auf das persönliche Anlageziel und die vorhandene Risikotoleranz.

Text: Pascal Zeder; Illustration: Pia Bublies

Welche Freiheiten nehmen Sie sich im Alltag?

«Ich koche sehr gerne und dafür versuche ich mir immer Zeit zu nehmen, egal wie hektisch der Alltag ist. Besonders gerne probiere ich neue Rezepte aus: Kürzlich habe ich selbst Erdnussbutter gemacht und am Morgen gibt's immer einen Ginger-Shot für das Immunsystem.»

Florijeta Lushaj, Geuensee

«Ich mache aktive Sturzprävention: Da ich jetzt pensioniert bin, kann ich alle zwei Tage ins Fitnessstudio gehen. So bleibe ich im Schuss und tue mir etwas Gutes. Als ich noch gearbeitet hatte, kam ich nicht so oft dazu.»

Werner Funk, Sursee

«Ich nehme mir die Freiheit, 80 Prozent zu arbeiten. Jeder Freitag ist mein Papi-Tag. Diese Zeit mit meiner Tochter gebe ich um keinen Preis mehr her.»

Pascal Bucheli, Luzern

«Während des Lockdowns habe ich das Meditieren entdeckt. Ich war viel im Homeoffice und man konnte wenig unternehmen. So hatte ich Zeit, die nötige Technik zu lernen. Und ich mache es heute noch, fast jeden Tag.»

Susanne Peters, Beromünster

«Mir ist Sport als Ausgleich zum Alltag sehr wichtig. Ich trainiere meine Kraft, mache ein Powertraining, gehe joggen oder ins Yoga. Das ist mir wichtig und tut gut.»

Corinne Stalder, Mehlsecken

Text: Laura Scheiderer; Fotos: Pascal Zeder

Frühpension oder nicht? «Es gibt keine falsche Option», sagt Michèle Wicki.

Frühpensionierung: «Wir empfehlen zehn Jahre Vorlaufzeit»

Michèle Wicki, Expertin für Finanzplanung bei der LUKB, erklärt, was man für einen vorzeitigen Ausstieg aus dem Arbeitsleben beachten muss und was hilft, die richtige Entscheidung zu treffen.

Pascal Zeder Christof Schürpf

Michèle Wicki, taucht der Wunsch nach einer Frühpensionierung erstmals auf, vereinbaren die meisten einen Beratungstermin bei der Bank. Wozu dient ein solches Erstgespräch?
Für eine erste Auslegeordnung. Wir erarbeiten gemeinsam ein grobes Budget und erörtern das ungefähre Sparpotenzial bis zum Zeitpunkt der Pension. Zentral ist die Frage nach der gewünschten Höhe der Rente. Als Beraterin zeige ich auf, wie sich der Pensionierungszeitpunkt auf die Rentenhöhe auswirkt.

Wann ist der beste Moment für eine Erstberatung?
Wir empfehlen zehn Jahre Vorlaufzeit, denn es gilt, bereits früh wichtige Entscheidungen zu treffen: der passende Zeitpunkt für die Pensionierung, der langfristige Wohnort oder die Frage, wie wichtig die Erhaltung des gewohnten Lebensstandards auch nach der Pensionierung ist. Zehn Jahre sind genügend Zeit, um die nötigen Schritte einzuleiten, ohne dass noch zu viele unbekannte Faktoren die Planung beeinflussen.

Was beinhaltet diese Planung konkret?
Die Pensionierung konfrontiert die Kundinnen und Kunden mit vielen individuellen Fragen: Was sind meine Ziele und Wünsche? Wie viel Geld brauche ich monatlich? Wie gross ist mein Sicherheitsbedürfnis? Beziehe ich das angesparte Guthaben aus der Pensionskasse als Rente oder als Kapital? Welche Ausgaben sollen über eine regelmässige Rente gedeckt, welche über das Vermögen finanziert werden? Welche Optimierungen sind in den Bereichen der Vorsorge, der Steuern und des Erbrechts möglich? In einem persönlichen Massnahmenplan werden die einzelnen Schritte festgehalten, die es im Rahmen der Pensionierung zu erledigen gilt.

Müssen Frühpensionärinnen und -pensionäre auf etwas verzichten?
Meist muss man in der Zeit vor dem Arbeitsaustritt noch Vermögen aufbauen, damit Rente und Gespartes für die Erhaltung des

gewohnten Lebensstandards reichen. Es ist eine Frage der persönlichen Prioritäten: Möchte man sich lieber heute einen gewissen Luxus leisten oder ist man bereit, für die Frühpensionierung zu sparen? Es gibt keine falsche Option. Wichtig ist, dass man sich mit der Thematik auseinandersetzt und die für sich passende Entscheidung trifft.

Wie stark wirken sich die letzten Berufsjahre in Bezug auf die Rente aus?
Die Jahre vor der Pension haben einen grossen Effekt. Meistens ist man in den letzten Berufsjahren in einer vergleichsweise hohen Lohnklasse. Dadurch sind auch die Beiträge in die Pensionskasse am höchsten. Als Faustregel gilt: Wer sich mit 60 pensionieren lässt, verzichtet auf rund einen Drittel seiner Pensionskassen-Rente.

Dafür gewinnt man viel Freizeit.
Genau, und das in einem Lebensabschnitt, in dem man oft noch fit und gesund ist. Es ist also ein Abwägen zwischen finanziellen und persönlichen Gründen. In der Beratung helfen wir bei dieser Entscheidung, indem wir die Rahmenbedingungen aufzeigen.

Immer beliebter wird eine Teilzeitlösung gegen Ende des Berufslebens.
Die Pensionierung ist eine grosse Veränderung im Leben. Der gestaffelte Ausstieg aus dem Beruf kann helfen, sich darüber klar zu werden, wie man seine Pension und die damit verbundene Freizeit nutzen möchte.

Michèle Wicki: «Die Pensionierung ist für uns alle ein grosser Schritt.»

Lohnen sich freiwillige Einzahlungen in die Pensionskasse?
Ja, sofern dies möglich ist *(siehe Box, Anm. d. R.).* Man stärkt seine Vorsorge und spart damit Steuern.

Wie gross sind diese Steuervorteile?
Dies ist unter anderem abhängig von der Höhe des steuerbaren Einkommens sowie der Höhe der getätigten Einkäufe. Diese können – genau wie Einzahlungen in die Säule 3a – vom steuerbaren Einkommen abgezogen werden. Freiwillige Einzahlungen in die Pensionskasse führen in der Regel zu verhältnismässig hohen Steuerreduktionen. Entsprechend gilt es Einkäufe in die Pensionskasse individuell zu planen und beispielsweise auf mehrere Jahre zu verteilen. Damit nichts schiefgeht, sollte man sich bei der Planung und Umsetzung von freiwilligen Einkäufen fachlich beraten lassen.

Was müssen Frühpensionärinnen und Frühpensionäre sonst noch bedenken?
Mit dem Wegfall der Erwerbstätigkeit ist man durch den Arbeitgeber nicht mehr unfallversichert und muss über die Krankenkasse abgesichert werden. Wir empfehlen auch die Anmeldung bei der AHV, um Beiträge als nichterwerbstätige Person zu leisten. Sonst drohen Beitragslücken, was zu einer tieferen AHV-Rente führen kann. Wer in einer Partnerschaft lebt, sollte zudem Fragen nach der gegenseitigen Absicherung im Todesfall klären.

Was ist Ihr persönlicher Rat an die Kundinnen und Kunden?
Die Pensionierung ist für uns alle ein grosser Schritt, wir erleben ihn nur einmal. Und weil wir wissen, dass es Entscheidungen mit einer hohen Tragweite zu fällen gibt, ist es wichtig, die Pension sorgfältig zu planen. Zu wissen, dass man einen guten Plan hat, erleichtert vielen den Schritt und sie können sich auf die bevorstehende Zeit freuen. Diese Sicherheit möchte ich den Kundinnen und Kunden, die ich berate, geben.

Das Wichtigste in Kürze:

- Erste Konsultation für Beratung: 10 Jahre vor gewünschtem Pensionierungstermin
- Kapitalanhäufung: Prüfen Sie das Sparen über die Vorsorgelösungen Pensionskasse und Säule 3a
- Ein gestaffelter Berufsausstieg kann helfen, sich darüber klar zu werden, wie man seine Pension und die damit verbundene Freizeit nutzen möchte
- Bei vorzeitiger Pensionierung: Unfallversicherung muss über die eigene Krankenkasse abgesichert werden
- Anmeldung bei der AHV als nichterwerbstätige Person ist empfohlen, sonst drohen Beitragslücken

Tipps zum Einkauf in die Pensionskasse

Wer eine Frühpension plant, sollte freiwillige Einzahlungen in die Pensionskasse prüfen. Unser Ratgeber zeigt auf, was Sie dabei beachten sollten.

Kann ich mir eine Frühpension leisten?

Ob es finanziell für eine Frühpensionierung reicht, ist von verschiedenen Faktoren abhängig. Für eine erste Einschätzung lesen Sie unser detailliertes Rechenbeispiel.

«Filmriss» in letzter Minute abgewendet

Das Luzerner Stattkino ist ein Ort für ausgewähltes Filmschaffen. Doch die letzten fünf Jahre nagten am finanziellen Polster. Dank einer gut orchestrierten Crowdsupporting-Kampagne ist das Filmtheater jetzt für künftige Aufgaben gerüstet.

Pascal Zeder Matthias Jurt

Peter Leimgruber leitet das Stattkino seit über 20 Jahren.

Das kleine, aber feine Stattkino zeigt seit über drei Jahrzehnten Kunstfilme, auch Arthouse-Filme genannt. Im letzten Herbst erklang plötzlich ein Hilferuf: Mit der Crowdsupporting-Kampagne «Kein Filmriss im Stattkino» bat der Verein Stattkino Luzern auf funders.ch seine Community um finanzielle Unterstützung. Stattkino-Leiter Peter Leimgruber sagt: «Seit rund fünf Jahren ist es für die ganze Kinobranche schwieriger geworden.» Vielleicht schauen die Leute vermehrt Filme über Streamingangebote, oder die verhandelten Themen seien zu belastend, vermutet er. «Wir sind ja kein Komödienkino.» Damit erging es dem Stattkino gleich wie vergleichbaren Betrieben. «Als 2020 zudem die Pandemie begann, war das für unsere Branche ein Schock. Das Kino war sieben Monate lang geschlossen», erinnert sich der 75-Jährige. Als die Schutzmassnahmen wieder aufgehoben waren, fanden die Leute nur langsam zurück ins Kino. «Wir haben Stück für Stück unsere finanziellen Reserven aufgebraucht.» Die Crowdsupporting-Kampagne sollte dem Verein wieder ein Polster verschaffen.

Beispielhafte Vorbereitung

«Wir haben uns mehrfach mit den Leuten von Funders getroffen», erzählt Leimgruber. «Das vereinfachte die Vorbereitung der Kampagne.» Innert vier Monaten entwickelte das Team eine Kampagne mit Goodies, Grafik und einem Video. «Den Film streuten wir breit im Netz und spielten ihn vor unseren Vorstellungen», so Leimgruber. Mit Erfolg: «Es kamen Leute an die Kinokasse und spendeten direkt bei uns 20 oder 50 Franken. Diese Wertschätzung zu spüren, tat gut.»

«Das Medienecho war enorm»

Die Kampagne war von Erfolg gekrönt: Über 66´000 Franken kamen innert zwei Monaten zusammen. Der Effort lohnte sich nicht nur finanziell, sagt Leimgruber: «Das Medienecho war enorm. Ich hatte noch nie so viele Zeitungsanfragen wie in diesem Herbst.» Dabei half auch, dass die Kampagne mit dem 30-Jahr-Jubiläum des Kinos zusammenfiel. Der Erfolg habe zudem dazu beigetragen, weitere private Gönnerinnen und Gönner für das Stattkino zu gewinnen. Leimgruber schaut optimistisch in die Zukunft und sagt: «Unsere Kampagne hat viel ausgelöst – bei uns als Team aber auch in der Gesellschaft. Es hat uns klar gemacht, dass die Leute unsere Arbeit schätzen.»

Auch alte Filmrollen finden sich noch im Luzerner Stattkino.

Das Stattkino geht seinen eigenen Weg

Das Stattkino wurde 1992 von den drei Gruppierungen Filmklub, Frauenaug und Viper und der Homosexuellen Arbeitsgruppe Luzern (HALU) gegründet. Das Kino befindet sich seither, mit Ausnahme eines dreijährigen Exils im ehemaligen Kino Madeleine Ende der 1990er-Jahre, im Untergeschoss des Bourbaki Panorama.

Peter Leimgruber, Sie sind Mitgründer des Stattkinos. Hätten Sie gedacht, dass Sie diesem Ort 30 Jahre lang treu bleiben werden?
Ich glaube nicht. Als wir 1992 das Stattkino gründeten, wollten wir einfach einen Ort, an dem wir Arthouse-Filme zur besten Sendezeit zeigen konnten. Die Leute, die das Stattkino mit aufgebaut hatten, zogen sich in den Folgejahren immer mehr zurück. Nach dem Umzug ins Bourbaki im Jahr 2000 übernahm ich die Programmleitung. Und ich denke, heute trägt sie meine Handschrift, viele Leute verbinden das Stattkino mit meiner Person. Das freut mich.

Ihre Leidenschaft hat bis heute nicht nachgelassen.
Das Stattkino wird mich für den Rest meines Lebens begleiten. Ich war immer aktiv – das muss man sein, wenn das Programm spannend bleiben soll. Wir unterscheiden uns von allem, was es sonst auf dem Platz Luzern gibt. Und das wird vom Publikum anerkannt und geschätzt.

Was sind Ihre liebsten Erinnerungen aus 31 Jahren Stattkino-Geschichte?
Vor rund 13 Jahren spielten wir Werner Rainer Fassbinders «Berlin Alexanderplatz». 16 Stunden Kino auf vier Abende verteilt, immer gut besucht. Die damalige Präsidentin der Fassbinder-Foundation kam sogar für ein Gespräch mit mir vorbei. Für diese Reihe haben wir unglaublich hart gearbeitet, und es hat sich gelohnt. Ebenfalls erinnere ich mich gerne an die Kooperationen mit dem Lucerne Festival mit Gästen aus der Klassikwelt. In diesem Sommer nehmen wir diese Zusammenarbeit wieder auf.

Was bringt die Zukunft?
Ich werde dem Stattkino sicher treu bleiben. Gleichzeitig diskutieren der Vereinsvorstand und ich über meine Nachfolge, denn das Stattkino soll irgendwann unabhängig von mir weiterexistieren. Als Betrieb müssen wir uns ausserdem mit den neuen Ansprüchen des Publikums auseinandersetzen. Wir sind überzeugt, dass wir mit guten Ideen und frischen Inhalten die Leute auch in Zukunft fürs Kino begeistern können. Wie gesagt: Man muss aktiv bleiben.

Das Stattkino in Zahlen:

- 60 Filme pro Jahr
- 180 Vereinsmitglieder
- 450 Vorführungen pro Jahr
- 10´000 Besucherinnen und Besucher pro Jahr

Funders-Kampagne:

- Erreichter Betrag: 66´245 Franken
- 328 Unterstützerinnen und Unterstützer
- 132 % des Fundingziels

Funders

funders.ch ist die Crowdfunding-Plattform der Luzerner Kantonalbank. Ein Team aus Fachpersonen unterstützt Teilnehmende bereits in der Vorbereitung ihrer Kampagne: Sie geben Rückmeldungen zur Planung, Tipps für die Kommunikation oder organisieren einen Workshop für alle, die am Projekt beteiligt sind. Die Nutzung von Funders ist kostenlos, erst wenn das Crowdfunding erfolgreich ist, fallen Gebühren an.

Details, Konditionen und eine Anleitung für Starter
funders.ch

«Das Gefühl in der Luft macht einfach süchtig»

Die Eschenbacherin Ariane Burri nimmt an Weltcup-Wettkämpfen im Slopestyle teil und erreichte 2022 den 12. Rang an den Olympischen Spielen.

Profi-Snowboarderin Ariane Burri hat Ihre Leidenschaft zum Beruf gemacht. Die 23-jährige Eschenbacherin lebt seit vier Jahren jeweils im Winter in Laax. Hier fühlt sie sich frei – im Freestyle-Park genauso wie abseits davon.

Seit ich zehn Jahre alt bin, stehe ich auf dem Snowboard. Ich liebe das Gefühl auf dem Brett. Und jetzt ist das mein Beruf und ich darf das täglich erleben. Seit vier Jahren wohne ich im Winter in einer WG in Laax, im Sommer bei meinen Eltern in Eschenbach. Nach sechs Monaten zu Hause freue ich mich immer auf die Zeit in den Bergen. Es ist meine erste eigene Wohnung, ein Stück Unabhängigkeit.

Meine Sportart ist von Grund auf sehr frei. Meine Disziplin heisst Slopestyle. Dabei absolvieren wir sogenannte Runs, also Durchläufe mit mehreren Tricks. Wir müssen nicht ankündigen, was wir zeigen werden. Mache ich am ersten Rail – eine Art Treppengeländer, an dem wir Tricks zeigen – einen Fehler, wissen das die Punkterichterinnen und -richter nicht unbedingt. So kann ich unter Umständen trotzdem noch eine gute Punktzahl erreichen.

Es sind aber nicht die Wettkämpfe, in denen ich mich besonders frei fühle. Da geht es um Leistung. Wenn ich einen neuen oder besonders schwierigen Trick schaffe, bin ich eher happy über meine Fortschritte. Wenn ich am Berg bin, nicht zu viel denke und tun kann, was ich gerade will – das ist Freiheit. Und natürlich auch die Sprünge. Das Gefühl in der Luft macht einfach süchtig.

Immer wieder frei zu fahren ist wichtig. Wenn man immer nur ans Training denkt, droht vergessen zu gehen, warum man überhaupt mit Snowboarden angefangen hat: die Leichtigkeit, die man dabei fühlt. Wenn es einmal nicht so rund läuft, versuche ich mich auf das Lebensgefühl des Snowboardens zu besinnen. Die Freude an meinem Sport ist die Grundlage für eine lange und erfolgreiche Karriere.

Geduldig oder impulsiv? Lieber abspringen oder landen? Im Video wählt Ariane Burri aus, was besser zu ihr passt.

Text: Pascal Zeder; Foto: Zvg

«Die Würde des Menschen besteht in der Wahl.»

Max Frisch

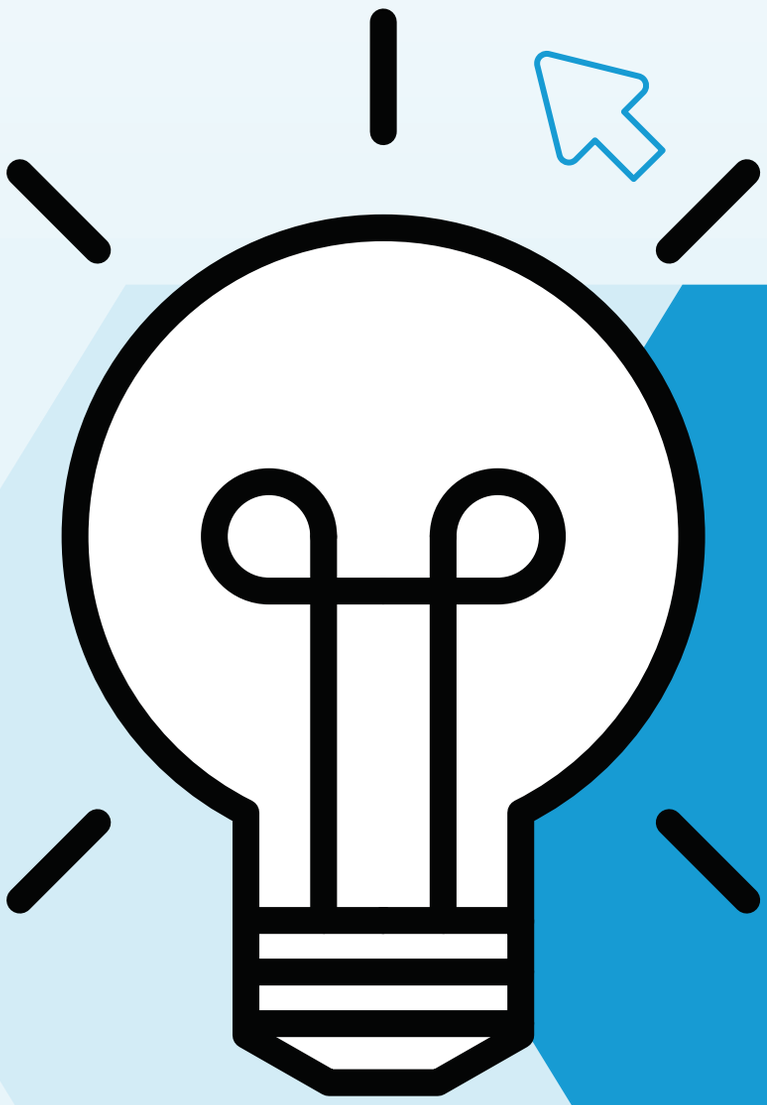
Ab dem 15. Mai abstimmen!

Luzerner Kantonalbank

LUKB-Zukunftspreis: Sie wählen – wir fördern.

Die LUKB unterstützt nachhaltige Ideen aus dem Kanton Luzern. Mit Ihrer Stimme entscheiden Sie, welche Projekte von uns gefördert werden.

lukb.ch/zukunftspreis



* Das Projektvoting läuft vom 15. bis 31. Mai.