

«Ich liebe das Berner Oberland, weil es ohne lange Anfahrt auf engstem Raum alles bietet, was mir die Berge lebenswert macht.»



Regio-Check

EIGER, MÖNCH & WEISSBIER

Wer es sich als Rheinländer gewohnt ist, bis zum nächsten Berg stundenlang fahren zu müssen, den fesselt die Nähe richtiger Berge nachhaltig, findet «Puls»-Redaktionsleiter Gerald Tippelmann.

Text: Gerald Tippelmann

Regelmässig fragen mich durchreisende Freunde oder Bekannte nach Tipps für ein paar unbeschwerte Tage in den Bergen. Sie haben selten Verständnis dafür, wenn meine Antwort lapidar lautet: «Lasst einfach die Stadtgrenze Zürichs hinter euch, vorzugsweise in südlicher Richtung, denn spätestens nach 30 Minuten fängt bereits das Naturparadies an.» Ein solches habe ich persönlich im Berner Oberland auf einer meiner Exkursionen gefunden.

Der Bären trek

Von Meiringen nach Grindelwald: Die erste Etappe des «Bären trek» (wandersite.ch/Baerentrek.html#baerentrek_nl) habe ich schon mehrfach bewältigt, mit und ohne Begleitung. Auch für Ungeübte stellt diese Tour keine unbezwingbare Herausforderung dar, denn der Wechsel auf den öffentlichen Verkehr ist jederzeit möglich. Man läuft direkt vom Bahnhof Meiringen aus los, und wer es gemütlicher will, nutzt zunächst die nostalgische Reichenbachfall-Bahn (grimselwelt.ch/bahnen/reichenbachfallbahn). In urigen, halboffenen Holzwaggons (**Bild 1**) geht es steil hinauf zu den Aussichtsplattformen. Von dort liess der englische Krimiautor Sir Arthur Conan Doyle (1859–1930) die erbitterten Rivalen Sherlock Holmes und Professor Moriarty in die Tiefe stürzen. Weshalb es in Meiringen für Interessierte sogar ein kleines Sherlock-Holmes-Museum zu bestaunen gibt (sherlockholmes.ch).

Das verwunschene Hotel

Wen Sherlock Holmes und sein vermeintliches Schicksal wenig kümmert, der lässt – von Meiringen kommend – Standseilbahn und Reichenbachfall rechts liegen und wandert den Bach entlang das Tal hinauf. Und wenn die untrainierten Beine eine Rast ersehnen, taucht am Ende des Tals einem verwunschenen Schloss gleich das Hotel Rosenloui auf (rosenloui.ch; **Bild 3**). Die Gartenwirtschaft dort hält ein selbst für verwöhnte Rheinländerkehlen unfassbar gutes, lokal gebranntes Weissbier bereit. «Jungfrau Weisses» (**Bild 4**) hat

allerdings nach der langen Wanderung auch leichtes Spiel. Wenn es ein zweites oder gar mehr sein dürfte, dann ist die Übernachtung im beeindruckenden Jahrhundertwende-Hotel (**Bild 5**) ein Erlebnis. Ständig erwartet man in diesem Holzbau die Begegnung mit einem Dichter der Belle Époque, und auch die Küche lässt den hungrigen Wanderer nicht im Stich.

Wandern vor der Traumkulisse

Auch beim zweiten Teil der Wanderung auf dem «Bären trek» lässt die Begeisterung nicht nach. Es geht hinauf zur Grossen Scheidegg (**Bild 2**), nach einer Rast auf der Passhöhe läuft man noch eine Stunde dem Berg entlang. Das Panorama hält mit Eiger, Mönch und Jungfrau (**Bild 6**) die ganze Zeit die Crème de la Crème der Schweizer Berge bereit. Angekommen auf der Firstalm, gibt's dann für den Bub in mir drin auch noch ein Trottinett zu mieten (jungfrau.ch/de-ch/sommersport/trotti-bike). Die müden Beine schonend, geht es in sinnlos riskanter, viel zu schneller Fahrt hinunter nach Grindelwald. Ein Traum. Das Paradies im Berner Oberland ist hochalpin und vielfältig. Dabei aber auch ohne Steigeisen und Leinensicherung ein Schongebiet – selbst für Flachländer.

«PULS» GESUNDHEITSMAGAZIN

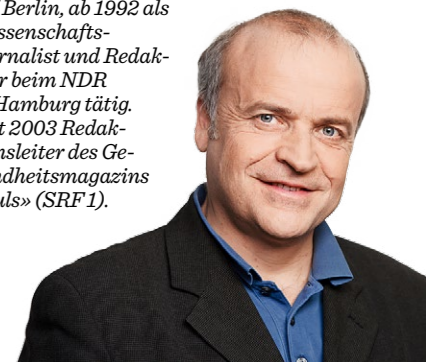
Schwerpunktthema: Grippe
Montag, 29. Januar, 21.05 Uhr, SRF 1

Ein Tag auf der «Puls»-Redaktion

«Je näher unser Sendetermin am Montagabend rückt, desto zentraler wird die aktuelle Sendung. Werden die Beiträge fertig? Haben Studio-gäste abgesagt? Bis zur Sendung braucht es viel Abstimmung mit Moderatorin, Produzent und Autoren. Ab Dienstag heisst es **Zuschauerreaktionen** verarbeiten und vor allem volle Konzentration auf die kommende Woche. Themen werden diskutiert, mit anderen **Redaktionen** abgestimmt und eine Redaktorin mit der Recherche beauftragt. Gesundheit interessiert jeden, am meisten natürlich die eigene. Wo also liegen die **Schnittstellen**, an denen wir möglichst viele Zuschauer abholen können? Eine immer gleiche und doch immer **neue Herausforderung.**»

GERALD TIPPELMANN

Alter: 57
Familie: verheiratet, ein Kind
Karriere: Aufgewachsen im Rheinland. Medizinstudium in Bonn (D). Bis 1991 klinische Ausbildung an der FU Berlin, ab 1992 als Wissenschaftsjournalist und Redakteur beim NDR in Hamburg tätig. Seit 2003 Redaktionsleiter des Gesundheitsmagazins «Puls» (SRF 1).



Bilder: Switzerland Tourism/Martin Maegli, Hasital Tourismus, Gerald Tippelmann (3), SRF, PD