



Sport und Gesundheit

Leben fitte Menschen länger?

Pro und kontra Einheitskasse

Die E-Mail-Debatte zwischen Jacqueline Fehr und Felix Gutzwiller

Sani und die Vögel

Wer pfeift denn da? Kennst du die Frühlingsvögel?

Inhalt

- 4 News
- 6 Schwerpunkt
- 10 Lösungen fürs Leben
- 12 Monitor: E-Mail-Debatte
- 14 Gesundheit
- 16 Kids
- 18 Sanitas Challenge-Preis
- 20 Wendepunkt
- 22 Leserbrief
Vorsorge mit Swiss Life
- 23 Fitzi weiss es:
Sie fragen – wir antworten

Titelbild: Tobias Stahel



20 Michael Berndonner: Vom Ring auf die Bühne

6 Sport und Gesundheit: Leben fitte Menschen länger?



16 Kids: pfeifen mit Sani

Impressum

Herausgeber: Sanitas, Hauptsitz, Jänergasse 3, 8021 Zürich, www.sanitas.com **Kontakt:** redaktion@sanitas.com, Telefon 0844 150 150
Redaktionsleitung: Tanja Funk **Redaktionsstab:** Denise Fitzi, Andreas Goetz, Valentin Hüsler, Anita Kneusslin, Andreas Roos, Isabelle Vautravers
Übersetzungen: Sanitas Übersetzungsdienst **Realisation:** Leo Burnett Schweiz AG, www.leoburnett.ch **Druck:** Swissprinters AG, Zofingen
Gesamtauflage: ca. 460 000; 7. Jahrgang; gedruckt auf umweltfreundlichem FSC-Papier **Erscheinungsweise:** 4 x jährlich in D, F, I

Vorschau: Das nächste Magazin erscheint im Juni 2014.



Michael Berndonner

Vom Ring auf die Bühne

Dem aufstrebenden Börsenhändler lag die Finanzwelt zu Füssen. Michael Berndonner, 47, verliebte sich aber nicht ins grosse Geld, sondern in die Musik. Heute singt und dirigiert er und geniesst sein Leben als Künstler.

Text: Robert Wildi Bild: Basil Stücheli

«Es gibt Menschen, die zu mir sagen: «Wie konntest du nur?» Sie verstehen nicht, wie ich die vorgespurte Karriere als erfolgreicher Börsenhändler und Finanzmanager einfach so hinschmeissen konnte. Ich konnte – aber nicht einfach so.

Der Reihe nach: Als Teenager war ich ein Draufgänger. Party und Action waren angesagt, hochtrabende Pläne für die berufliche Zukunft. Wer will als 18-Jähriger nicht die Welt erobern und ganz vorne mitmischen? Ich wollte und bewarb mich nach meiner Banklehre direkt als Aktienhändler. Am Ring der alten Zürcher Börse tobte ich

mich aus, stieg vom Grünschnabel rasch zum Händlerassistenten und dann Ringhändler auf. Es ging in den späten 80ern zu wie im Wilden Westen. Wer lauter rufen und sich durchsetzen konnte, zog für Kunden und sich selbst die fettesten Gewinne an Land und konnte über Nacht reich werden. Ich war jung und auf dem Weg nach oben.

Doch dann wurde mir diese Welt ein erstes Mal zu eng. Mit der Umstellung auf die elektronische Börse verlor der Job für mich seine Attraktivität. Ich wollte den offenen Ring mit seiner menschlichen Interaktion nicht gegen die Anonymität von vier Bildschirmen eintauschen und kündigte als 26-Jähriger. Mein Geist war reif für etwas Demut, die ich als Reiseleiter und Bootsjunge auf einer Segeljacht auf den Kanarischen Inseln neu lernte.

Nach meiner Rückkehr folgte der Umzug von Zürich in die Idylle des 400-Seelen-Dorfs Waltensburg im Bündnerland. Per Postauto und Bahn pendelte ich täglich nach Chur, wo ich eine neue Stelle bei einer Bank ange-

treten hatte. Dann passierte es: Von einem Waltensburger wurde ich zur Teilnahme im lokalen Männerchor eingeladen und sagte zu. Rein gar nichts hatte ich bis zu diesem Zeitpunkt mit Musik am Hut. Aber offenbar eine gesangstaugliche Stimme, die ich während meiner Zeit als verbal offensiver Börsenhändler trainiert hatte. Bald erhielt ich die Möglichkeit, bei der kantonal angesehenen Ligia Grischa in Ilanz mitzusingen.

Um mich geschehen war es bei einem Kundenanlass der Bank in Reichenau bei Chur. Der für den Event engagierte Sänger Gion Jäger, eine Bündner Institution, schmetterte Verdi-Arien in den Raum, dass es mir kalt den Rücken herunterlief. Mein einziger Gedanke: Das will ich auch können. Ich rief Jäger an und fragte ganz direkt, ob er mir Gesangsstunden geben könne. Heute sind wir enge Freunde.

Diese wunderbare Begegnung und das Glück, meinen Gesang kontinuierlich verbessern zu können, stärkten mich im Beschluss, die Kaderstelle auf der Bank vor knapp 14 Jahren aufzugeben und nur noch für die Musik zu leben. Ich studierte Chorleitung, Orchesterleitung und Sologesang. Heute leite ich den Chor der Universität St. Gallen und einen Chor in Trin, wo ich mit meiner Frau und unseren fünf Kindern lebe. Zudem arbeite ich mit Bands und Orchestern und stehe als Sänger selbst auf der Bühne. Jeden Abend fordern unsere Kids: «Papa, singen! Sonst können wir nicht einschlafen.»

Meinen Neubeginn für die Musik bereue ich keine Sekunde. Wenn ich die Bankkarriere durchgezogen hätte, wäre ich wahrscheinlich vermögend geworden. Heute bin ich dafür reich. »

Informationen und Konzertdaten:
www.michael-berndonner.com

«Mein Geist war reif für etwas Demut.»

Gesucht

Ihr Wendepunkt



Ihre Geschichte interessiert uns: Gab es auch in Ihrem Leben einen Moment, da Sie die Weichen neu gestellt und einen Wendepunkt gesetzt haben? Dann schreiben Sie uns doch eine kurze E-Mail an wendepunkt@sanitas.com



Tickets zu gewinnen



Erleben Sie Michael Berndonner live! Am Sonntag, 23. März 2014, 17.00 Uhr dirigiert Michael Berndonner die bewegende Matthäus-Passion von Hilarion Alfeyev in der Augustinerkirche Zürich.

★ Wir verlosen 2 Tickets für das Konzert in Zürich.

So nehmen Sie an der Verlosung teil: Senden Sie uns eine E-Mail mit dem Stichwort «Matthäus-Passion» an redaktion@sanitas.com. Oder schreiben Sie eine Postkarte an: Sanitas, Redaktion Magazin, «Matthäus-Passion», Postfach, 8021 Zürich. Einsendeschluss ist der 16. März 2014.

Weitere Konzertdaten, Informationen und den Ticketvorverkauf finden Sie auf www.matthaeus-passion.ch/ort-zeit

Kalte Schauer: Sänger und
Dirigent Michael Berndonner.