

HOROSKOP

Ein Miteinander ist gefragt

16. bis 22. Februar

Astro-Thema der Woche:

In diesen Tagen wird unser Mitgefühl geweckt. Wir sind sensibler, vielleicht auch sentimentaler, auf jeden Fall betont die aktuelle Planetenstellung die Bedeutung des Seins und fordert uns auf, Hingabe zu zeigen. Die Zeichen der Zeit meinen, dass weniger Egoismus, dafür mehr Empathie gelebt werden sollte. Gleichzeitig können mysteriöse Ereignisse für Verunsicherung



Trix Andrychowska  
Astrologin  
Rothbündtweg 7  
8615 Wermatswil  
044 942 58 50  
t\_andrychowska@bluewin.ch  
www.astroaspects.ch

und Verwirrung sorgen. Dies ist besonders um den 21. Februar (Neumond) zu beachten.



**WIDDER**  
21. März bis  
20. April

Sie sonnen sich im Liebesglück. Amors Gunst verhilft zu harmonischen und erotischen Stunden. Singles, die sich jetzt verkriechen, verpassen die schönsten Gelegenheiten. Mischen Sie sich unter die Leute. An Einladungen dürfte es nicht fehlen – und wenn doch, ergreifen Sie die Initiative selbst!



**STIER**  
21. April bis  
20. Mai

Harmonische Himmelslichter bestrahlen Ihr Liebesleben. Sie entdecken an Ihrer Partnerschaft ganz neue Facetten. Ungereimtheiten können in Gesprächen ausgegübelt werden. Nutzen Sie die Rückendeckung der Sterne und besprechen Sie, was zu bereden ansteht.



**ZWILLINGE**  
21. Mai bis  
21. Juni

Unverhofft kommt oft. Sie müssen mit Überraschungen rechnen. Die augenblickliche Erlebnisvielfalt gefällt Ihnen aber, auch wenn es ab und zu chaotisch zu- und hergeht. Es fällt Ihnen leicht, sich mit veränderten Situationen auseinanderzusetzen. Sie finden stets einen passenden Weg.



**KREBS**  
22. Juni bis  
22. Juli

Wenn Sie nicht für etwas mehr Pfiff im Liebesleben sorgen, tut es niemand. Ihre geheimen Sehnsüchte erfüllen sich vermutlich nur dann, wenn Sie diese auch mal auf verbaler Ebene durchblicken lassen. Sprechen Sie also Klartext mit Ihren Liebsten, dann erleben Sie garantiert romantische Stunden.



**LÖWE**  
23. Juli bis  
23. August

Amor reisst sich beide Beine für Sie aus. Da sollten Sie Ihren Gefühlen freien Lauf lassen und sich über das positive Echo freuen. Die Sterne versprechen wundervolle Stunden, wenn Sie Ihre dominante Seite etwas verstecken. Seien Sie auch kompromissbereit, wenn es mal mehr als eine Meinung gibt.



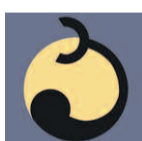
**JUNGFRAU**  
24. August bis  
23. September

Sie suchen nach einem Ideal, an das Sie glauben können. Oft möchten Sie der Realität entfliehen, aber Ihr Pflichtbewusstsein hält Sie davon ab. Versuchen Sie mit Hilfe Ihrer Freunde, Blockaden zu durchbrechen und gönnen sich mehr Lebensfreude. Entdecken Sie Ihr kreatives Potenzial.



**WAAGE**  
24. September bis  
23. Oktober

Aufgrund angestauter Emotionen haben Sie etwas Mühe, eine sachliche Haltung zu bewahren. Sie sind reizbar und, wenn die Launenhaftigkeit auch nicht von Ihnen selbst kommt, erleben Sie sie zumindest über Ihre Mitmenschen. Bemühen Sie sich um innere Ruhe. Bleiben Sie gelassen!



**SKORPION**  
24. Oktober bis  
22. November

Sie setzen Ihre Persönlichkeit geschickt ins Szene. Doch in der Liebe sollten Sie nicht überborden. Ihr Drang nach Abenteuer könnte Sie auf verwirrende Pfade führen, wovon Sie sich nicht so schnell wieder befreien können. Lassen Sie sich nicht von Träumen verführen. Bleiben Sie realistisch!



**SCHÜTZE**  
23. November bis  
21. Dezember

Das Hin und Her – privat wie beruflich – zerrt langsam, aber sicher an Ihren Nerven. Falls Sie in dieser Woche einige Ferientage planen, liegen Sie goldrichtig. Sie sollten sich Entspannung gönnen. Sorgen Sie unbedingt für Lustgewinn, dann ist der Alltag auch leichter zu bewältigen!



**STEINBOCK**  
22. Dezember bis  
20. Januar

Hektik am Arbeitsplatz strapaziert Ihr Nervenkorsett. Daran ändert auch Ihre routinierte Planung nichts. Unter dem hohen Pendenzberg kommt Ihr Privat- und Familienleben zu kurz. Nehmen Sie die Einwände Ihrer Liebsten ernst, damit Sie wenigstens privat etwas Ruhe erfahren können.



**WASSERMANN**  
21. Januar bis  
19. Februar

Eine neue Begegnung lässt Ihr Herz höher schlagen. Mit einem Mal sind Sie aus dem gewohnten Alltagstrott herausgerissen. Seien Sie aber nicht zu euphorisch und versuchen Sie, Ihre Gefühle im Zaum zu halten. Denn für diese Woche gilt das Motto: Nicht alles, was glänzt, ist aus purem Gold.



**FISCHE**  
20. Februar bis  
20. März

In diesen Tagen könnte eine Nachricht eintreffen, die Sie emotional stark berührt. Lassen Sie sich überraschen! Zudem erleben Sie unvergessliche Stunden mit Menschen, die Ihnen nahestehen. Kurz: Langweilig wird es für Sie bestimmt nicht! Eine Woche, in der Sie schöne Highlights verbuchen können.



<b>Beruf:</b>	●●●● Super	●●● Gut	●● Befriedigend	● Schwach
<b>Liebe:</b>	●●●● Super	●●● Gut	●● Befriedigend	● Schwach

UNTER UNS

Das aktuelle ON-Porträt: Simone Pestalozzi Veit (40), Coach aus Wollerau

Wenn den Müttern die Zeit zwischen den Fingern verrinnt

**Simone Pestalozzi ist ein Coach der besonderen Art. Nicht etwa Sportler sind ihre Kunden, sondern Mütter, die vor lauter Kind(ern) keine Zeit mehr für sich, ihren Partner oder Freunde haben.**

Ein Coach für Mütter? Ist das wirklich ein Bedürfnis? Offenbar, denn Simone Pestalozzi aus Wollerau treibt ihr Geschäftsmodell Mama-Coaching bereits seit fünf Jahren. Auf die Idee kam sie, als sie und ihr Mann selbst Eltern wurden. «Davor waren wir zwölf Jahre lang einfach nur ein Paar.» Ihre Freunde bekamen nach und nach Kinder, und plötzlich fehlte diesen die Zeit für gemeinsame Unternehmungen. In dieses Fahrwasser wollte das Ehepaar Pestalozzi nicht geraten. «Ich machte mich vor der Geburt schlau.» Als dann das erste von insgesamt zwei Kindern da war, funktionierte der Alltag, und so blieb viel Zeit für Reisen, Ausgang und Sport. «Bekannte begannen mich zu fragen, wie ich alles miteinander in Einklang bringe.» Daraus entstand dann das Mama-Coaching.

**Tagespläne und eigene Freizeit**  
In ihrer Kundschaft sind alle Altersschichten vertreten: Junge Frauen, aber auch solche, die erst sehr spät Mutter werden, sogar Grossmütter, die ihre Enkel regelmässig hüten. Auch alle Branchen sind vertreten: «Von der Managerin bis zur Verkäuferin, querbeet», sagt Pestalozzi. Die meisten klagen über zu wenig Zeit für sich selbst und Chaos daheim. «Wenn ein Kind etwas trinken will, dann will es das jetzt – und nicht erst in fünf Minuten. Diese Ansprüche versuchen die Eltern zu erfüllen und vergessen dabei sich selbst.» Mittels cleverer Tools erstellt Mama-Coach Pestalozzi in Absprache mit der Kundin



Simone Pestalozzi hilft geforderten Müttern mittels Coaching, ihren strengen Alltag mit Gelassenheit zu meistern.

Foto: Manuela Talenta

Tages- und sogar Jahrespläne. Sie beinhalten etwa feste Schlafens- und Essenszeiten für das Kind, aber auch für die Wäsche oder den Einkauf. Und ganz wichtig: persönliche Freizeit für die Mutter. «Damit sie zum Beispiel ihre Garderobe erneuern, zum Coiffeur gehen oder einfach nur in Ruhe ein Buch lesen kann.»

Aber nicht nur die Organisation des Alltags ist Teil des Mama-Coachings. Auch Tipps und Tricks für die Erziehung und die Wertevermittlung hat Pestalozzi in petto. «Ein verbindliches Zusammenleben mit gemeinsamem Essen und so weiter ist eine Kunst, die man früher besser beherrscht hat als heute.»

**Von der Juristin zum Coach**  
Über eine pädagogische Ausbildung verfügt die 40-Jährige nicht. «Aber ich lese viel – nicht unbedingt Pädagogisches, aber doch Fachliteratur.» Von Büchern über Zeitmanagement, Kochbüchern bis hin zu Büchern über Förderspiele für Kinder jeden Alters. Auch ihre eigenen Erfahrungen als

Mutter und Ehefrau fliessen ins Mama-Coaching ein. Ebenso ihr früherer Job. Die Juristin war bis zu ihrer Selbstständigkeit in einem Elektrotechnik-Konzern für die interne Unternehmensberatung zuständig. «Da war gerade das Zeit- und Krisenmanagement ein wichtiger Faktor.»

Simone Pestalozzi übt ihr Coaching mit Freude aus. «Wenn eine Klientin danach zufriedener mit sich selbst ist und den Alltag mit Kindern gelassen meistert, dann spornt mich das an.» Sie ist die einzige in der Schweiz, die ein Mama-Coaching anbietet. «Ärzte und Mütterberatungen gibt es zuhauf, aber bei ihnen geht es primär darum, wie es dem Kind geht.» Bei Pestalozzi stehen die Mütter im Mittelpunkt. «Ich sage: Wenn die Mutter im roten Bereich dreht, dann tut das auch ihr Kind. Sie ist die Drehscheibe der Familie. Wenn es ihr gut geht, dann geht es auch ihrem Kind gut.»

Manuela Talenta

www.mama-coaching.ch

DAS TIER UND WIR

Zu kalt für Schafe und Lämmer?



Christine Krättli  
Tierpsychologische  
Beraterin V.I.E.T.A.  
Tierheilpraxis  
Tel. 055 282 31 24  
erwink@bluewin.ch

**Seit langem schon beobachte ich eine Schafherde zwischen Rüti und Rapperswil-Jona. Ein kleiner Wagen dient als Unterstand, bietet aber nicht genügend Platz für die ganze Herde. Ich glaube schon, dass erwachsene Schafe tiefe Temperaturen gut aushalten. Aber wie sieht das mit den Lämmern aus, die sich dort aufhalten? Sie frieren sicherlich, denn sie haben noch kein dickes Vlies wie die erwachsenen Tiere. Gibt es eigentlich Vorschriften, wie man Schafe halten soll?**

Herr E. aus Rüti

Gemäss Tierschutzverordnung sind alle Nutztiere so zu halten, dass ihre Körperfunktionen und ihr Verhalten nicht gestört werden und ihre Anpassungsfähigkeit nicht überfordert wird. Der Tierhalter muss für den nötigen Schutz der Tiere sorgen, weil

sie sich den Witterungsverhältnissen nicht anpassen können. Auch müssen für Schafe Unterstände vorhanden sein, bei denen alle Tiere gleichzeitig Schutz finden können. Der von Ihnen beschriebene Wagen genügt nicht. Auch wenn Schafe, die nicht kurz vor Winterbeginn geschoren worden sind, die Kälte gut vertragen, müssen sie einen geschützten Bereich aufsuchen können. Vor allem bei tiefen Temperaturen, bissigen Winden und Nässe ist dies sehr wichtig. Im Weiteren benötigen alle Schafe einen trockenen Liegeplatz. Besonders verantwortungslos verhält sich ein Schafhalter, wenn er tragende Auen unbeaufsichtigt auf der Weide belässt. Sie müssen rechtzeitig eingestallt werden, damit sie ihre Lämmer an einem geschützten Ort gebären können. Frischgeborene Schafe besitzen kein dickes Fell. Bei der Kälte, wie wir sie in den vergangenen zwei Wochen erlebt haben, frieren sie jämmerlich. Die einzige Ausnahme in Bezug auf diese Bestimmungen gilt für sogenannte Wanderherden. Da kontrolliert der Hirte und sorgt sich dauernd um das Wohlergehen der Herde. Besonders kümmert er sich auch um die

Lämmer und sorgt dafür, dass sie bei extremen Wetterverhältnissen nicht leiden müssen. Im Grossen und Ganzen konnte ich während der vergangenen Kälteperiode beobachten, dass die meisten Tierhalter sehr vernünftig gehandelt hatten. Tierhaltungen, wie Sie beobachtet haben, konnte ich keine sehen. In dem von Ihnen geschilderten Fall wird eine Meldung an den Tierschutzbeauftragten der zuständigen Gemeinde erfolgen. Hoffentlich hilfts den Tieren. Sollten aber die Schafe auf Zürcher Boden weiden, wirts leider etwas umständlicher.

Fragen Sie die Expertin der ON

Haben Sie Fragen zu Ihren Haustieren? Christine Krättli, Tierschützerin und Tierpsychologin aus Eschenbach, berät Sie gerne rund um Tierhaltung und Tierrecht. Obersee Nachrichten, Redaktion Hauptplatz 5, 8640 Rapperswil Fax 055 220 81 91 www.obersee-nachrichten.ch