mitten im leben

Vom Werber zum Bäcker: Christian Aebys zweite Karriere

Auszeit: Anwalt Maurizio Ceraldi radelt durch Zentralasien

«Auf unseren neuen Look!»

Wie Mirjam und Remo zu ihrem perfekten Outfit gekommen sind

Basel aktuell

Regio aktuell

Westfeld

bsb Wohnen mit Service

Gemeinschaftswohnen im Alter – unbeschwert und selbstbestimmt

Auf dem neuen Westfeld-Areal bieten wir Ihnen eine zukunftsweisende Art des Wohnens im Alter: Halb privat und halb gemeinschaftlich.

Erster Monat geschenkt.

Unser Rundum-Service-Paket
- Eigenes Studio mit Teeküche und Bad (22–38 m²) auf demselben Stock mit anderen Bewohnerinnen und Bewohnern
- Nutzung der Gemeinschaftsräume: Küche, Essbereich, Aufenthaltsraum, Besucherraum, Ruheraum, Waschküche und Aussenterrasse
- Mahlzeiten inklusive
- Betreuungsperson tagsüber im Haus
- Diverse Anlässe und Aktivitäten
- 24h-Notrufbereitschaft
- Reinigung und Hauswartung
- Heiz-, Strom- und Nebenkosten
- Hausratversicherung

Wäre das etwas für Sie? Besuchen Sie uns am 23. September am Marktplatz 55+. www.marktplatz55.ch

Bürgerspital Basel
BSB Wohnen
mit Service Westfeld
Im Westfeld 30
4055 Basel

Telefon +41 61 326 77 00
birgit.nitsche@bsb.ch
www.bsb.ch/westfeld

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Wo stehen Sie eigentlich im Leben? An einem Wendepunkt, an einem Neubeginn oder – wie der Titel dieser Beilage lautet – so richtig mittendrin? Vielleicht ist es ja so, dass all dies bei Ihnen gleichzeitig zusammenkommt. Dann werden Sie Freude an diesen Seiten haben und sich von der einen oder anderen Geschichte inspirieren lassen. Zum Beispiel jener von Christian Aeby. Lange war der Basler ein erfolgreicher Werber. Bis er sich entschieden hat, nochmals etwas Neues anzuteigen. Und sich als Bäcker neu zu erfinden.

Oder lesen Sie die Geschichte von Maurizio Ceraldi. Als Anwalt kennt er sich aus im Paragraphen-Dschungel. Regelmässig verlässt er jedoch seine Komfortzone, bricht auf in exotische Welten. Auf dem Velo. Denn er weiss, was auch Udo Lindenberg schon wusste: «Hinterm Horizont geht's weiter».

Den eigenen Horizont erweitern lässt es sich auch mitten in Basel, etwa wenn es um Style und Fashion geht. So haben wir unsere beiden Models Mirjam und Remo auf einer Shopping-Tour begleitet. Mittendrin Stilberaterin Melanie Cantaluppi. Deren gemeinsame Mission: Ein neuer Look muss her!

Und wenn wir schon über Missionen sprechen: Verpassen Sie nicht unseren Wettbewerb – es gibt zwar nicht ein neues Leben – aber zumindest den perfekten Weekend-Trip zu gewinnen. Hierzu wünsche ich Ihnen viel Glück und zuvor viel Vergnügen bei der Lektüre.

Thomas Kramer, Chefredaktor
thomas.kramer@birsforum.ch

mitten im leben

Impressum: Beilage im Basel aktuell und Regio aktuell vom 2. September 2023; Auflage: 208 000 Exemplare; **Herausgeber:** BirsForum Medien GmbH, 4144 Arlesheim, www.birsforum.ch; **Gestaltung, Produktion:** Denise Vanne; **Druck:** swissprinters, Zofingen; Titelbild: Pino Covino; Editorialbild: Christian Jaeggi

«So richtig mittendrin»

Selbstfindung à la Hollywood

Liz Gilbert hat alles, was sie sich wünschen kann: einen Mann, ein Haus, Erfolg im Job. Und doch findet sie keine echte Erfüllung. Nach ihrer Scheidung lässt sie ihr wohlgeordnetes Leben hinter sich und bricht zu einer Reise auf, die zu einer Suche nach sich selbst wird. In Italien entdeckt sie die Kunst des Geniessens und die Freude am guten Essen. In Indien lernt sie die Macht der Meditation kennen und auf Bali erfährt sie schliesslich ganz unerwartet die Kraft wahrer Liebe. «Eat Pray Love» ist eine US-amerikanische Bestsellerverfilmung, basierend auf dem autobiografischen Roman von Elizabeth Gilbert. Die Romanze hat durchaus etwas von Selbstfindung à la Hollywood, wo das Verspeisen eines Nudelgerichts locker als Hochkultur durchgeht, wie böse Stimmen monierten. Unterhaltsam sind die 120 Minuten alleweil – und zumindest ein «Musst Du gesehen haben» für alle Fans von Julia Roberts. *tok*

Foto: zVg

«Eat Pray Love», 2010, mit Julia Roberts, Javier Bardem, Regie Ryan Murphy. Zu sehen u. a. auf Netflix

«I'm unstoppable today»

Hymne der Resilienz

Einen neuen Weg einzuschlagen, ein neues Projekt anzupacken bedingt eine gesunde Portion Mut und Selbstvertrauen – und im besten Fall ein Gefühl der Unbesiegbarkeit. Genau dies beschwört die australische Popsängerin Sia in ihrem Hit «Unstoppable». Gerade im Moment des Zweifels und der Angst verleiht einem diese Hymne der Resilienz den musikalischen Extrakick, der einem die grössten Hindernisse überwinden lässt. «Ich ziehe meine Rüstung an, bin unaufhaltsam. Ich bin ein Porsche ohne Bremsen, heute ich bin unschlagbar.» *tok*

Foto: zVg

Sia, «Unstoppable», 2016

Der sich neu erfand

Er ist der Werbestar, der die Kamera an den Nagel hing, um Brot zu backen. Mittlerweile ist Christian Aeby zurück in seiner Geburtsstadt Basel – und hat seinen Traumjob gefunden. Dank Leidenschaft, Eifer – und der Bereitschaft, die volle Strecke zu gehen.

Christian Aeby mit seinem selbstgezimmerten Stand bei der Marktpremiere in Hamburg.

Foto: zVg

Kleiner Laden zwar und auch kleine Auswahl, doch in der bread.love-Filiale in Basel ist der Andrang dafür umso grösser.

Fotos: Cédric Bloch

Helles Mehl, saftig-luftiger Körper, dunkel gebacken, das ist das Sauerteigbrot von bread.love.

Foto: zVg

Christian Aeby hat dieses Bild von seinem letzten Job als Werbefilmer. Er war gerade für den Chinaableger der Mercedes-Benz Group im Strumpf, das Bild zeigt ihn im Fond eines Autos, Sonnenbrille, breites Lachen, neben ihm: Roger Federer. Eigentlich ist Christian Aeby keiner, der den eigenen Erfolg an die grosse Glocke hängt.

Aber dieses Bild illustriert den Cut in seinem Leben, den er ganz bewusst herbeigeführt hat; es illustriert den Menschen, der als einer der besten Werbefilmer galt und der Geld, Erfolg und Renommee an den Nagel hing, um sich neu zu erfinden. Um anderen Leidenschaften zu frönen, weg vom täglichen Stress auch zu kommen – und, um Brot zu backen.

Christian Aeby ist jetzt nämlich Bäcker. Oder im Prinzip eigentlich: Sauerteigbrotunternehmer. Was er in die Finger nimmt, bekommt er zwar gebacken, selber aber bäckt er nicht mehr. Aber er verkauft, mindestens je einen Tag pro Woche steht er in einem seiner drei Läden in Zürich, Basel und Luzern, auch in Hamburg und Berlin befinden sich Filialen von bread.love, wie das Unternehmen heisst. Natürlich hätte er dafür auch Mitarbeiterinnen, doch Aeby schätzt das Mehl an den Fingern, den Kontakt zur Kundschaft – und die Begeisterung, die diese ihm entgegenbringt.

Denn Aebys Brot gilt als ziemlich vorzüglich, manche Kundin würde sogar behaupten: das beste Brot überhaupt. Das hängt damit zusammen, dass es nicht aus industriellen Teigfladen entsteht, sondern aus gehätscheltem und über Jahre perfektioniertem Sauerteig, der unter akribischer Beobachtung fermentiert, reift und schliesslich im Holzofen backt. Als Pfünderli, Flûte, Bürli und den über drei Kilogramm schweren Hammer. Aeby hat Teig, Reifung und die Rolle des Ofens über Jahre entwickelt und ohne Unterlass daran getüftelt, bis er es hatte, das perfekte Brot. Das wird übrigens für die ganze Schweiz in Reinach gebacken. Das alles sei allerdings ein gehöriges Stück Extrastrecke, das heute kaum mehr eine Bäckerei zu gehen bereit sei. «So viel Aufwand betreibt niemand für ein helles Sauerteigbrot wie unseres.» Will heissen: Nicht Talent oder Können seien verantwortlich für den Erfolg, sondern die Bereitschaft, die volle Strecke zu gehen.

> **Brot ist meine DNA; es bestimmt mein Leben.**

Was treibt Sie zur vollen Strecke an, Herr Aeby?

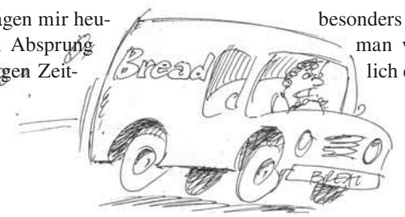
Ich kann gar nicht anders. Brot ist meine DNA, und im Moment bestimmt es mein Leben. Es ist sinnlich, kreativ, sensationell schön; ich esse mein eigenes Brot mehrmals täglich, und ich werde davon nie genug bekommen. Manchmal sitze ich da und denke: Verdammt, ist das gut! Wenn es dieses Brot nicht gäbe, man müsste es erfinden.

Wie aber kam es überhaupt zu alldem?

Ich bin verrückt nach Brot, und wo ich auch hinging – und ich kam wirklich viel herum in meinem Leben – suchte ich nach dem besten Brot. Mit 31 wanderte ich dann nach Hamburg aus, doch kein Brot kam an das meiner Kindheit heran. Also schickte mir meine Mutter regelmässig Expresspakete voller Brot, das ich dann frisch einfror. Wer so auf Brot steht, der beginnt natürlich auch, selber zu backen, und das tatsächlich in meiner damaligen Garage in Hamburg, wie sich das für ein Startup gehört. Der Rest ist im Prinzip Geschichte.

Vermissen Sie Ihre alte Branche?

Nicht im Ansatz. Ich habe eine schöne Karriere gemacht, war recht gut. Denn wer gut ist, bekommt die schönen Projekte, aber es wurde immer mühsamer, komplizierter – zu einem Hamsterrad. Meine ehemaligen Kollegen sagen mir heute, ich hätte den Absprung genau zum richtigen Zeitpunkt gemacht.



Sie sind 65, eigentlich im Alter, in Rente zu gehen.

Ganz im Gegenteil: Ich habe hier einen Traumjob gefunden, der mich erfüllt und mich fit hält, und den will ich so lange wie möglich ausüben.

Denn die Abkehr von der Werbebranche war auch ein Hinwenden zu Herz- und Menschlichkeit. «Es ist ungemein erbaulich, Brot zu verkaufen, die Freude der Kunden zu sehen – und den ganzen Tag mit ihnen zu ‹schnädere›.» So ist, was als Hobby begann, nun Lebensinhalt. Sein Sohn, ältestes seiner drei Kinder, führt die Filiale in Berlin, und das «Trois Rois» als Kunde zu haben ist auch eine treffliche Bestätigung. «Und dass man mir in Zürich sagt, meine Bürli wären die besten der Stadt, macht mich natürlich besonders stolz.» In Zürich, muss man wissen, sind Bürli nämlich ein Politikum.

Lucas Huber

«Eine neue Liebe ist wie ein neues Leben»

Alles rosa

Der deutsche Schlaghosen-Star Jürgen Marcus hat zu Beginn der 70er-Jahre jenen Refrain ins Mikro gesungen, den tausende Künstlerinnen und Künstler vor und nach ihm in allen Sprachen und Variationen wiederholt haben. Und wir können ja nur zustimmen. Schmetterlinge im Bauch sind ein gewaltiges Gefühl, eine neue Liebe immer ein Markstein in einer Biographie. «Heute fängt ein neues Leben an. Deine Liebe die ist Schuld daran!», singt Marcus weiter. Nun, tönt alles etwas naiv und unschuldig. Schlager halt. Aber was soll's, wir wollen hier Rosarot mal Rosarot sein lassen. *tok*

Foto: zVg

Jürgen Marcus, «Eine neue Liebe ist wie ein neues Leben», 1972

Bereit für die Pensionierung?

Der Blick auf die Pensionierung löst Vorfreude, aber auch Ungewissheiten aus – gerade bei finanziellen Fragen. Für die Planung des letzten Lebensabschnitts empfiehlt es sich, frühzeitig einen Versicherungsberater zu konsultieren – zum Beispiel bei einer Versicherung Ihres Vertrauens. Dort helfen Ihnen professionelle Beraterinner und Berater bei einer massgeschneiderten Pensionsplanung. *zen*

Foto: shutterstock.com

Der GGG Wegweiser weiss, wer helfen kann.

DREHSCHEIBE FÜR DAS SOZIALE BASEL

Der GGG Wegweiser gibt Antworten auf Fragen rund um den Alltag und das soziale Leben – in der Anlaufstelle im Schmiedenhof in Basel oder unter sozialesbasel.ch. Sehr gefragt ist das Angebot «Info älter werden».

Das Leben hält viele Überraschungen bereit. Gerade beim Älterwerden ändert sich einiges: Plötzlich beschäftigt man sich mit anderen Fragen als in jungen Jahren. Hier kommt «Info älter werden» gerade recht. Die Beraterinnen und Berater vermitteln Informationen rund um Gesundheit, Wohnen im Alter, Bildung, Freizeit, Computer und Smartphone, Arbeit, Finanz- und Rechtsberatung. Besonders gefragt sind die Themen Wohnen im Alter oder sportliche Betätigungen für Ältere. Keine Rolle spielt, ob Ihr Anliegen Sie persönlich betrifft oder Sie sich stellvertretend für jemanden aus Ihrem Umfeld an den GGG Wegweiser wenden. «Info älter werden» wird übrigens vom Kanton Basel-Stadt mitunterstützt.

1300 Angebote von 553 Organisationen

Viel weiter gefasst sind die Angebote, die unter dem Stichwort «Soziales Basel» im Internet zusammengefasst sind. Die Website sozialesbasel.ch hilft beim Finden. Es handelt sich um eine Datenbank mit über 1300 Angeboten von 553 Organisationen. In der Datenbank kann man nach Stichworten, Organisationen und Bereichen suchen. Die gefundenen Antworten sind schön aufgelistet, beschreiben die Angebote und zeigen auf, wo man sich melden kann. Mitgetragen wird sozialesbasel.ch neben der GGG Basel auch von der Christoph Merian Stiftung (CMS) und vom Kanton Basel-Stadt.

Vor Ort oder im Netz

Beim GGG Wegweiser kann man sowohl im Internet über die Website sozialesbasel.ch selbst suchen sowie auch persönlich vor Ort Hilfe bekommen. Die Anlaufstelle des GGG Wegweisers nimmt Anfragen telefonisch oder per Mail entgegen – ohne Anmeldung und kostenlos. Geschulte freiwillige Beraterinnen und Berater erteilen Auskünfte und nehmen sich Zeit für individuelle Anliegen. Es gibt auch Hilfe bei der Freizeitgestaltung, beim Schreiben oder ein Gesprächsangebot bei Belastungen am Arbeitsplatz.

In der Anlaufstelle liegen viele interessante Prospekte auf.

Fotos: Mimmo Muscio

In der Anlaufstelle für jede Lebenssituation findet man stets informative Prospekte über verschiedene soziale Institutionen. Neu gibt es eine Infowand, die gespickt ist mit Flyern aktueller Angebote verschiedener gemeinnütziger Organisationen und Initiativen. Ein Besuch beim GGG Wegweiser ist immer ein spannendes Erlebnis.

GGG Wegweiser

GGG Wegweiser
Im Schmiedenhof 10, 4001 Basel
T 061 269 97 90
ggg-wegweiser.ch/infoaelterwerden.ch
sozialesbasel.ch
Öffnungszeiten Infothek
Mo – Fr 11 – 18 Uhr, Sa 11 – 14.30 Uhr

Dienstleistungen in der Altersresidenz «Über den Linden»

- Reinigungsdienst
- Wäscheservice
- Gastronomie-Angebot im Restaurant Seerose
- Mahlzeitendienst durch Dreilinden
- Veranstaltungen und Events im Dreilinden
- Spezielle Aktivierungsangebote
- Botengänge und Begleitung ausser Haus durch Dreilinden-Personal
- Coiffure Dreilinden
- Podologie
- Physiotherapie Dreilinden
- Fitnessraum Dreilinden

Fotos: zVg

Die Wohnüberbauung «Über den Linden» liegt neben dem Alters- und Pflegeheim Dreilinden in Oberwil inmitten einer Grünanlage.

FÜR EIN UNABHÄNGIGES UND SELBSTBESTIMMTES LEBEN

Die neue Altersresidenz «Über den Linden» im Herzen von Oberwil ist aus einem Gedanken heraus entstanden: Menschen sollen ihre dritte Lebensphase selbstständig gestalten und nach eigenen Vorstellungen geniessen können.

In der Residenz mitten im Dorf leben und wohnen Sie in den hochwertigen und barrierefreien Wohnungen. Sie bleiben weiterhin unabhängig und selbstbestimmt.

Dennoch haben Sie die beruhigende Gewissheit, sich auf umfassende Sicherheit in allen Lebenslagen verlassen zu können.

Das Konzept

In einer Wohnung unserer Altersresidenz leben Sie selbstständig und unabhängig in den eigenen vier Wänden. Bei Bedarf können zusätzliche Dienstleistungen beansprucht werden. Diese können zum Beispiel sein: Einkaufen, Wäscheservice und vieles mehr.

Hochwertige Materialien prägen die Wohnungen in der Altersresidenz.

Die Wohnungen verfügen über ein Notfallarmband, mit der Möglichkeit, das Pflegepersonal vom Altersheim Dreilinden rund um die Uhr rufen zu können.

Es ist unser Ziel, Sie so lange wie möglich in Ihrer Selbstständigkeit in der eigenen Wohnung zu unterstützen. Die Basisleistung beinhaltet das Notfallarmband mit einem 24-Stunden-Notfalldienst vom Altersheim Dreilinden. Die Instruktion über die Handhabung erfolgt ebenfalls durch das Altersheim. Diese Dienstleistung ist in der Grundpauschale von 60 Franken für Einzelhaushalte respektive 100 Franken für Mehrpersonenhaushalte enthalten.

Die Architektur

Die Wohnüberbauung «Über den Linden» befindet sich auf einem hangseitigen Grundstück neben dem Alters- und Pflegeheim Dreilinden in Oberwil. Von der obenliegenden Therwilerstrasse aus gelangt man über zwei Eingänge in die Treppenhäuser, welche die jeweiligen Geschosse erschliessen. Der Haupteingang sowie die Tiefgarage mit Privat- und Besucherparkplätzen sind zur Langegasse hin ausgerichtet.

Eine grosszügige Gartenanlage umfasst das Grundstück und lädt zum Verweilen ein. Das Dorfzentrum kann zu Fuss oder mit dem Bus, der unmittelbar vor dem Altersheim Dreilinden hält, erreicht werden.

Im barrierefreien Wohngebäude sind auf vier Geschossen 23 grosszügige Wohnungen

Diese Altersresidenz ist etwas ganz Besonderes.

mit 2,5 bis 4,5 Zimmern angelegt. Jede Wohnung verfügt über eine Loggia, die zum Garten hin ausgerichtet ist. Die individuellen Grössen und Ausrichtungen der Wohnungen, die elegante Kombination von hochwertigen Materialien und moderner Architektur machen diese Altersresidenz zu etwas Besonderem. Weitere Informationen erhalten Sie gerne von Philippe Heimoz.

DECK SEIT 1912

Deck AG
Aeschenvorstadt 25, 4051 Basel
T 061 278 91 31, www.deck.ch
www.ueber-den-linden-oberwil.ch

Stilvolle Verwandlung

Zwei Models, ein Ziel: Mirjam und Remo wünschen sich einen neuen Look, der zu ihnen passt und ihre individuelle Persönlichkeit unterstreicht. Mit Hilfe von Profi-Stylistin Melanie Cantaluppi gingen die beiden auf Shoppingtour.

Modischer Sneaker

Auch ein Sneaker kann zu einer eleganten Hose kombiniert werden. Wichtig dabei: Er kommt weniger sportlich, sondern weltgewandter daher. Optimalerweise vereinigt er die Farben mit dem Outfit wieder.

Must-have

Eine helle Hose gehört in jeden Schrank, auch weil sie die Figur schlanker wirken lässt: Das Oberteil in einem Muster, das den Blick nach oben lenkt. Bei tonalen Outfits darauf achten, dass der Cardigan oder dergleichen dunkler als das Beinkleid ist.

Figurenschmeichler

Cardigans sind wahre Figurenschmeichler. Dazu werden sowohl weite wie auch silhouettenbetonende Hosen kombiniert. Je feiner die Hose, umso eleganter wirkt der Look. Sportlich-lässig wird er mit Jeans und Turnschuhen getragen.

Foto: Pino Covino

Mirjam strahlt in der Trendfarbe des Herbstes: violett. Dafür hat unsere Stilberaterin die einzelnen Stücke so ausgewählt, dass sie einfach kombiniert werden können und von den Nuancen zusammenpassen. Die Stoffe bestehen aus weicher Viskose, bieten angenehmen Tragekomfort und lassen sich auch mal sportlich mit Sneakers kombinieren.

Foto: Pino Covino

Mirjam mag's in der Regel bequem. Sie wünscht sich deshalb ein unkompliziertes Outfit, das auch im Berufsalltag tragbar ist und ihr trotzdem etwas mehr Eleganz verleiht.

Eyecatcher

Das chice Accessoire wehrt Kälte ab, kann aber noch viel mehr: Wiederholt der Schal vorhandene Farben, bringt er Harmonie ins Outfit. Auch ist er der perfekte Eyecatcher und macht den Look extravaganter.

Metal-Töne

Taschen! Welche Frau liebt sie nicht! Gerade wieder im Trend sind metallene Farben. Dieses Modell ist besonders geeignet, da es sich farblich abhebt und den violetten Grundton des Outfits nicht konkurriert.

> **«Stil bedeutet, sich zur eigenen Persönlichkeit zu bekennen.»**
>
> *Melanie Cantaluppi*

Zeitlose Töne

Es muss nicht immer schwarz sein. Investieren Sie in Mäntel in zeitlosen Tönen wie etwa camel- oder sandfarben. Die hellen Nuancen werden Ihnen schmeicheln und eignen sich optimal, um winterliche Outfits zu kombinieren.

Kleider wirken schmeichelhaft für die Silhouette. Vor allem dann, wenn sie an den richtigen Stellen eine Kontur zeichnen. Je nach Figurentyp kann man mit Musterungen und Raffungen die Silhouette verändern. Ein Schlitz, der das Bein leicht hervorblitzen lässt, kann interessant wirken. Dieser feminine Look darf Frau selbstbewusst und mit Freude tragen. Und wenn auch Sie, liebe Leserin, dazu passend und kostenlos Ihr zauberhaftes Lächeln zeigen, ist der Auftritt vollkommen.

Nix mit kratzig

Alpaka-Wolle steht für ein weiches Tragegefühl. Sie ist besonders fein, stark und robust. Jede Faser besitzt isolierende Hohlräume, wodurch die Wolle ein geringes Gewicht besitzt und trotzdem wunderbar wärmt.

> **«Es muss nicht immer schwarz sein.»**

Heiss begehrt und trendig

Die Stiefeletten mit Keilabsatz sind für die Frau gemacht, die es gerne perfekt und klassisch mag. Melanies Tipp: Bei der Passform darauf achten, dass der Schaft nicht am breitesten Punkt des Beines endet.

Foto: Pino Covino

Schuhe und Stiefel sind beim Zusammenstellen des Outfits ein Schlüssel zum Erfolg, sagt Stilberaterin Melanie. «Sie strecken die Figur und sorgen für Harmonie im Outfit.»

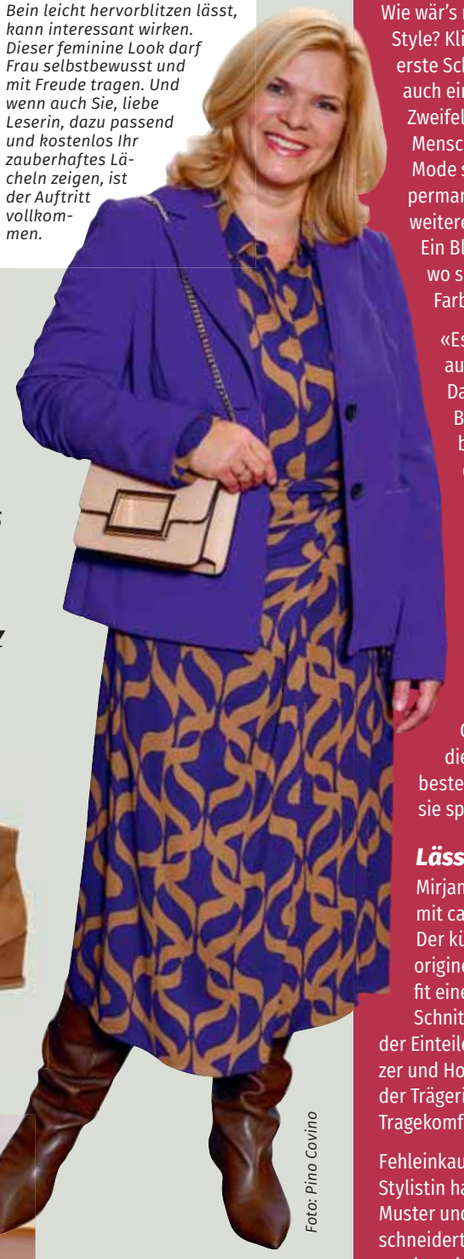


Foto: Pino Covino

Die Krone aufgesetzt

Hut und Mütze schützen nicht nur vor Wind, Wetter und einem Bad-Hair-Day, sie sind auch Ausdruck des eigenen Modegeschmack und Stils. Gekonnt ausgewählt und getragen, verleihen sie jedem Outfit das besondere Etwas!

Fotos: zVg

Ich – neu erfunden!

Wie wär's mal mit einem komplett neuen Style? Klingt verlockend, oder? Dabei ist der erste Schritt in eine neue Richtung immer auch eine gewaltige Mutprobe und mit Zweifeln verbunden. Schliesslich ist der Mensch ein Gewohnheitstier. In Sachen Mode sowieso. Ertappen wir uns nicht permanent, wie wir zum xten Mal ein weiteres typähnliches Teil kaufen? Eben. Ein Blick in den eigenen Kleiderschrank, wo sich nun all diese Kleider im ganzen Farbspektrum anhäufen, genügt.

«Es war die pure Neugier etwas Neues auszuprobieren», erzählt Mirjam (48). Das Fotoshooting im PKZ Women Basel läuft in diesem Moment bereits auf Hochtouren. Eine Lichtquelle hier, ein fröhlicher Fotograf am Auslöser da. Und mittendrin Profi-Stylistin Melanie Cantaluppi, die Mirjams Outfit nochmals zurechtzupft und schön herrichtet. Schliesslich soll der frische, elegante Look in seinem vollen Glanz von der Linse eingefangen werden. Die Nervosität legt sich schnell und Mirjam geniesst ihre Rolle als One-Day-Model. Ein Erlebnis, das die kaufmännische Angestellte in bester Erinnerung behalten wird, wie sie später schwärmen wird.

Lässige Note

Mirjam ist im trendigen, violetten Kleid mit camel-farbigem Muster total happy. Der kühl-warme Farbenmix und die originelle Musterung verleihen dem Outfit eine lässige Note. Dank originellem Schnitt und gerafftem Bund schmeichelt der Einteiler von Luisa Cerano der Figur. Blazer und Hose sind aus weicher Viskose, was der Trägerin einen angenehmen und leichten Tragekomfort verspricht.

Fehleinkauf? Natürlich Fehlanzeige! Unsere Stylistin hat alles rund um Passform, Farben, Muster und Schnitte auf die Kundin «zugeschneidert». Mit ihrer Erfahrung hat sie Mirjam gezeigt, wie einzelne Kleidungsstücke, Schuhe und Accessoires originell und stilvoll miteinander kombiniert werden können. Das lässt Mirjams Modeherz endgültig höher schlagen.

Mutiger und kreativer

Unterdessen posiert Remo (55) in den Räumlichkeiten von PKZ Men Basel bereits für die Lichtprobe. Die Temperaturen sind angenehm kühl, trotzdem ist unser männliches Model in ein veritables Shoppingfieber verfallen. Inspiriert von den professionellen Tipps von Melanie wird er bei der Wahl der Kleidungsstücke mutiger und zugleich kreativer.

Remo probiert ein farbig gemustertes Hemd mit einer Hose, die bereits zu Hause im Schrank hängt. Er schaut in den Spiegel und lacht: «Früher bin ich eher grau-weiss-schwarz unterwegs gewesen.» So verlässt Remo ausgetretene Wege, doch will ihn Melanie nicht in einen zu bunten Hund verwandeln. «Schliesslich muss die Kleidung zu ihm passen und seinen Charakter unterstreichen», betont die Stylistin und ergänzt, dass vor allem der Tragekomfort der gesamten Garderobe wichtig sei.

Moderner, sportlicher Look

So dürfen Remos heiss geliebte Sneaker nicht fehlen. Das hat Melanie durch ein Vorgespräch schon gewusst und stellt mit Leichtigkeit zwei, drei typengerechte Outfits zusammen. Remo entscheidet sich für den modernen und zugleich sportlichen Look. Dieser ergibt sich aus der Farbkombo von leuchtendem Blau und Grau. Steht ein Geschäftstermin an, so kann Remo mit wenigen Handgriffen die inwendige Daunenweste entfernen und das Sakko klassisch tragen.

So vergeht dieser Fashion-Tag im Nu. Am Ende bleibt bei Mirjam und Remo ein neues Selbstbewusstsein, gepaart mit einem glücklichen Lächeln im Gesicht – und dem einen und anderen perfekt gewählten Kleidungsstück im Gepäck.

Michelle Dankner

Kuratierte Artikel sind erhältlich auf PKZ.CH oder in den Filialen PKZ MEN Basel (Freie Strasse 3–5) und PKZ WOMEN Basel (Falknerstrasse 19).

Auf stylischen Sohlen

Wie bei diesem Modell erscheint ein Schuh dank abgesetzter Sohle gleich hochwertiger. Wichtig zu wissen: Farblich sollte sich der Schuh nicht zu sehr von der Hose abheben, das Bein wirkt dann kürzer.

Foto: Pino Covino

Remo mag es sportlich und leger. Doch fürs Business dürfte der Look moderner und formeller sein. Der Turnschuh darf als Basic gerne stehen bleiben.

> **„Den Gürtel im Ton der Hose wählen.**

Foto: Pino Covino

Bei Remo hat sich Melanie für einen modernen, aber trotzdem sportlichen Look entschieden. Die Farbkombination von blau und grau verleiht Modernität. Sportlich wirkt das Sakko dank eingebauter Daunenweste. Wählt Remo anstelle einer Businesshose eine Chino und einen modernen Turnschuh, wird das ganze einen Ticken mehr trendy. Sollte er trotzdem die Business-Variante bevorzugen, entfernt er einfach die innere Weste und kombiniert dazu eine elegante Hose und die gepflegten Schuhe.

Allrounder

Ein wollener Rollkragenpullover ist Basic – und die perfekte Ergänzung zu Hemd oder Shirt. Der Allrounder ist nicht nur Business-tauglich, sondern auch sportlich kombinierbar und verleiht dem Träger sofort eine gewisse Modernität.

Mustergültig

Auch hier verweilt das Auge gerne etwas länger. Die Musterungen im Oberbereich des Hemds verhelfen zu einer streckenden Optik und sind total im Trend. Von floralen Prints bis hin zu Karos und Streifen: bunt darf es auf jeden Fall sein.

Perfekter Begleiter

Mal ein Wochenende auf Kurzurlaub? Dann ist der Weekender Ihr idealer Begleiter. Praktisch und lässig ist das Gepäckstück für den Herrn. Für Stilbewusste gibt es von Leder, Baumwolle bis hin zu robustem Segeltuch diverse Varianten.

Foto: Pino Covino

Die richtigen Proportionen sind unerlässlich. Melanies Styling-Tipp: Die Sakko-Ärmel enden im Idealfall an den Handgelenken, ein- bis maximal zwei Finger breit vor der Daumenwurzel.

Fotos: zVg

Grunge-Echo

Das Overshirt wird heute casual als Alternative zur Jacke getragen, offen oder zugeknöpft. Dieses Stück hat seinen Ursprung in den 90er-Jahren – Grunge und Curt Cobain – und ist heute ein Must-have für den modischen Mann.

Gürteltier

Männer aufgepasst! Ein Gürtel ist oft notwendig und dazu ein schmuckes Accessoire. Aber er neigt dazu, die Körperlinie zu unterbrechen. Deswegen sollte darauf geachtet werden, dass je nach Körpermerkmalen der Gürtel im Ton der Hose gewählt wird.

Let's Twist again

Mögen Sie es mal etwas unkonventioneller? Musterungen verleihen der Kleidung einen eigenen Twist. Karo steht für Sportlichkeit und wirkt in der Verbindung grau-blau trotzdem elegant.

Foto: Pino Covino

Bei nicht sehr grossen Menschen stehen Proportionen und Schlichtheit im Fokus. Die Silhouette wird verlängert, indem das Outfit farblich aufeinander abgestimmt wird. Auch der Schuh orientiert sich an der Hosenfarbe. Vermeiden Sie gegenläufige Töne, sie schneiden den Körper entzwei.

> **„Musterungen verleihen der Kleidung einen Twist.**

Eine Lanze für den Mantel

Von den Männern nur stiefmütterlich eingesetzt, empfehlen wir hier den Mantel als Allrounder. Immer elegant und modern, kann er locker über einem Anzug getragen werden.

Angeschnallt

Die Besonderheit dieses Schuhs ist seine verstellbare Schnalle. Mit ihr geht auch ein Träger mit hohem Rist bequem durch den Alltag. Der ursprüngliche Mönchsschuh steht für mühelose Eleganz und gehört in jeden Kleiderschrank.

Für Männer mit Tiefgang

Foto: zVg

Die Uhrenmanufaktur Oris feiert jedes Jahr ihre Ortschaft Hölstein und ihre Geschichte mit der Hölstein Edition, einem speziellen, limitierten Zeitmesser für Menschen, die mechanische Uhren lieben. Zum 119. Geburtstag stellte Oris im Juni 2023 die Taucheruhr Aquis vor. Sie hat ein auffallendes, violettes Zifferblatt; auf dem ebenfalls violetten Gehäuseboden ist der Oris-Bär in seiner Taucherausrüstung abgebildet. *zen*

oris.ch

Chamäleon

> **«Turn and face the strange.»**

«Dreh dich um und stelle dich dem Fremden.» Diese programmatischen Worte adressierte David Bowie zu Beginn seiner Karriere im Hit «Changes» an sich selbst. Mut zur Veränderung aufzubringen, aus einer Wandlung neue Kraft zu schöpfen, das zog sich wie ein roter Faden durch die Biographie von David Bowie, diesem Mensch gewordenen Chamäleon der Pop-Geschichte. Ob als androgyner Glam-Rocker Ziggy Stardust, als kühl-distanzierter Thin White Duke oder als dandyhafter Yuppie – die Musik-Ikone hat sich nicht nur musikalisch stets neu erfunden. *tok*

David Bowie, «Changes», 1971

Foto: zVg

Reduziert aufs Essenzielle

Eigentlich arbeitet Maurizio Ceraldi als Anwalt. Nicht, um Karriere zu machen, sondern sich zu leisten, wofür sein Herz wirklich brennt: reisen auf seinem Velo. Gerade ist er wieder für vier Monate aufgebrochen – nach Tadschikistan, Kirgisistan, Kasachstan und Usbekistan.

Ich brauche nicht viel.» Es gibt wohl nur wenige Menschen, die diese Aussage so ernst meinen wie Maurizio Ceraldi (50). Denn als Anwalt, der im Rechtsdienst einer Versicherung arbeitet, könnte er durchaus viel «brauchen» respektive: anhäufen. Stattdessen ist er Mieter einer kleinen Wohnung in Basel und sagt: «Genauso fühle ich mich wohl. Denn je kleiner der Raum, den man hat, desto weniger kann man eben anhäufen.»

Stattdessen nimmt er sich immer wieder Auszeiten. Ausgedehnte Auszeiten. Man muss wissen: Maurizio Ceraldi ist ein leidenschaftlicher Velofahrer. Langstrecken, Touren, die nicht Stunden oder Wochen dauern, sondern Monate – oder gar Jahre. 2011 etwa umradelte er während zweier Jahre den afrikanischen Kontinent, 2006 bereits fuhr er von Liestal, wo er aufwuchs, über die Seidenstrasse nach Tibet. Das war seine erste grosse Reise.

> **«Wie viele Kilometer er dabei zurücklegt, ist ihm einerlei.**

Essen, Erholung und Schlaf

Er fuhr durch Island und Bolivien, pedalte durch Ladakh, war in Europa unterwegs, in Kleinasien, dem Pamir. Und genau dort, in diesem unwegsamen Gebirge, das westlich an Hindukusch und Himalaya grenzt, ist er bald wieder unterwegs. Gerade ist er nämlich gestartet, ist nach Duschanbe geflogen, der Hauptstadt Tadschikistans, und von dort losgeradelt. Bis zu seiner Rückkehr im Dezember wird er durch Kirgisistan fahren, durch Kasachstan und Usbekistan. Wie viele Kilometer er dabei zurücklegt, ist ihm übrigens einerlei – und die Route plant er jeweils kurzfristig.

So eine Reise sei ein Zurückkommen aufs Essenzielle, die totale Reduktion auf das, was wirklich zähle. Und das sei eben nicht das Materielle. «Wenn ich unterwegs bin, geht es ums Unterwegssein, um Essen, Erholung und Schlaf. Und es geht um menschliche Kontakte, darum, den Geist zu öffnen und den Horizont zu erweitern, sich Zeit zu nehmen und Zeit zu geben.» Natürlich entstehen dabei Freundschaften. Und das sei unbezahlbar.

1

2

In Afrika (1), bei der tadschikischen Familie vor ein paar Wochen (2), 2006 in Nepal (3), vor ein paar Tagen beim Lake Zorkul mit den afghanischen Bergen im Hintergrund (4).

3

4

Fotos: zVg

Ceraldi erzählt von einem Beispiel. Schon vor 17 Jahren einmal war er in Zentralasien unterwegs. Im kleinen Dorf Choshtchandez in Tadschikistan wurde er von einer Familie verköstigt und reich beschenkt. «Momente, die ich nie vergessen werde», erinnert er sich. Und die Familie genauso wenig.

Übermannt von Emotionen

Denn zwar schoss Ceraldi Fotos, doch im Dorf gab es weder Internet noch so etwas wie Adressen. Nun fuhr er wieder durch dieses kleine Dorf, erkannte die Bank, auf der er sich damals ausgeruht, das Haus in der Nähe, in dem er Unterschlupf und Wärme gefunden hatte – und schliesslich die Familie, die noch immer da lebt und sich so dermassen freute über den unerwarteten Gast, dass auf die Umarmungen so manche Freudenträne folgte. «Bei Abdul und seiner Familie vorbeizuschauen, war ein wichtiger Punkt auf dieser Reise.»

Maurizio Ceraldi klappert nicht irgendwelche Fotospots ab, ist nicht unterwegs, um zu zeigen, wo er überall war; er ist unterwegs um des Unterwegsseins willen, darum, wirklich zu leben. So formuliert er das nämlich: «Zu reisen ist intensiv; eine Zeit, in der man wirklich lebt.» Und dann, nach einer kurzen Pause, fügt er noch an: «ausserhalb des Hamsterrads der Schweiz». Und das Velo, das sei dafür das perfekte Reisemittel. Er ist sich bewusst, wie privilegiert er ist, dass er das alles überhaupt erleben kann. Weil er gesund und frei sei, in einem reichen Land lebe und ihm auch seine Arbeitgeberin entgegenkomme. Wie viele Kilometer er dabei zurücklegt, interessiert ihn nicht. Trotz allem sei so ein Trip auch für ihn jedes Mal ein Abenteuer. Und das dürfe man nicht aufschieben. «Machen!», lautet darum seine Parole. «Und wenn ich gesund bleibe, will ich das auch noch im hohen Alter machen; so tanke ich Kraft.»

Lucas Huber

> **«Es geht darum, sich Zeit zu nehmen und Zeit zu geben.»**

Foto: Pino Covino

Maurizio Ceraldi am Tag vor seiner Abreise nach Zentralasien. Gepackt wird nur, was auf dem Fahrrad Platz hat.

Ich packe meine Sachen …

Was hat man eigentlich dabei auf so einer Reise auf dem Velo? Nicht viel. Maurizio Ceraldi zählt auf: Zelt, Schlafsack und -matte, Kissen, Benzinkocher, eine kleine Reiseapotheke, Rasierzeug («gepflegt zu sein ist wichtig»), etwas Kleidung, Regen- und Sonnenschutz, Kamera und Smartphone, Seife, eine Rolle WC-Papier. Und dann natürlich das Wichtigste: Wasser und Lebensmittel. Reis, Pasta, Zwiebeln, Trockenfrüchte und – seine Allzweckkalorienquelle – Haferflocken.

Sieht gefährlich aus und ist es wahrscheinlich auch, aber Maurizio Ceraldi hat die Kontinente der Welt bisher ohne grössere Probleme durchradelt.

Die Empfangsdamen der ABA Aeschenplatz Zahnklinik sind freundlich und einfühlsam.

Foto: zVg

Erfolgreich: PRGF®-Technik für den Knochenaufbau bei Patienten.

Neue Zahnimplantate und neue Technik

ZAHNIMPLANTATE OHNE KNOCHENAUFBAU

Die Zahnärzte der ABA Aeschenplatz Zahnklinik können Implantate auch setzen, wenn nur noch wenig Knochen vorhanden ist. Damit bleibt den Patienten ein oft monatelanger Knochenaufbau erspart.

Neue spezielle Implantate

Die neuen BLX-Implantate ermöglichen einerseits einen schnelleren und einfacheren Halt. Andererseits kommt bei der Implantation die bewährte All-On-Four-Technik und in gewissen Fällen zusätzlich die PRGF-Technik zum Tragen. Das Zusammenspiel und die Handhabung dieser Techniken ermöglicht oft das Setzen der Implantate auch ohne Knochenaufbau und ohne Kieferhöhlen-Operation (Sinuslift) oder zumindest eine Reduktion zu einem Mini-Knochenaufbau.

PRGF-Knochenaufbau

Die erfahrenen Zahnärzte können auf sehr viele Implantate in verschiedenen Längen und Dicken zurückgreifen und finden so in den meisten Fällen eine Lösung auch bei wenig Knochenvolumen. Sollte ein Knochenaufbau wirklich nötig sein, setzt die ABA Zahnklinik eine neuartige biotechnologische PRGF-Methode mit körpereigenen Wachstumsfaktoren zur Unterstützung des Knochenaufbaus ein.

In der ABA Aeschenplatz Zahnklinik stehen die neuesten Geräte und Hilfsmittel. So können Patientinnen und Patienten auf grossen Bildschirmen mitverfolgen, wie der Zahnarzt plant. Über allfällige Schmerzen beim Zahnersatz sollte man sich keine allzu grossen Sorgen machen. «Wir haben grosse Erfahrung mit schmerzstillenden Massnahmen», sagt Dr. med. dent. Daniel Marschall, Msc, Msc, Msc. Bei Angstpatienten kommt eine Behandlung unter Medikation, Lachgas-Analgesie oder Totalnarkose in Frage.

Dr. Marschall , Dr. med. dent. M. Hickl , Dr. med. dent. R. Pirwerdjan und med. dent. T. M. Burger (v.l.n.r.) haben grosse Implantologie Erfahrungen.

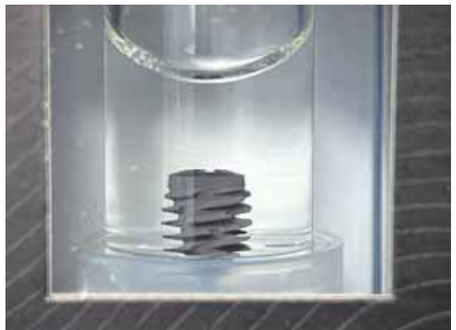
40% Eröffnungsrabatt im Jubiläumsjahr 2023
Für Implantatkronen, Veneers, Kronen, Brücken.
Röntgenaufnahmen sind kostenpflichtig (SSO-Tarif, TPW 1.1 Fr.).

Erstberatungen kostenlos

Sorgen über hohe Kosten für ein Zahnimplantat sind oft ebenfalls unbegründet. Die ABA Zahnklinik bietet ein Abzahlungsmodell ab 200 Fr. pro Monat an. Gegenwärtig gibt es 40% Rabatt auf Implantatkronen, Kronen und Brücken aus hochwertigem Zirkon, welche in der Schweiz produziert werden. Bis Ende 2023 sind die Erstberatungen für Kronen, Brücken, Implantate und Prothesen auf Implantaten kostenlos. Nur das oft nötige Röntgen muss bezahlt werden.

ABA Aeschenplatz Zahnklinik
Aeschengraben 26, 4051 Basel
T 061 226 60 00, aba-zahnklinik.ch
Öffnungszeiten
Mo – Sa 7.45 – 21 Uhr

Die neuen BLX-Implantate ermöglichen einen schnelleren und einfacheren Halt.



Neue Wege, neue Perspektiven

Möchten auch Sie sich beruflich neu erfinden? Nach einer Pause wieder in den Arbeitsmarkt einsteigen oder schlicht die Stelle wechseln? Eine Laufbahnberatung ist womöglich die Lösung. Eine Variante bietet viamia, das Portal zur beruflichen Standortbestimmung der Schweiz für alle über 40 Jahre. Das Ziel: Die Berufschancen älterer Arbeitskräfte erhöhen. Indem ihre Perspektiven im Arbeitsmarkt erörtert, ihre Möglichkeiten ermittelt und konkrete Ziele angegangen werden. *luc*

Foto: zVg

biz.bs.ch/viamia, biz.bl.chx

«Eifach uf u dervo»

Fernweh-Hit

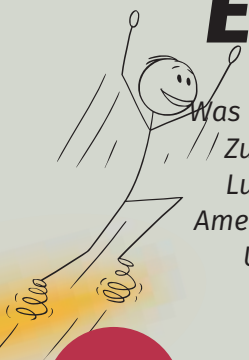
Natürlich, der muss sein. Gölas Fernseh-Fernweh-Hit ist der wahre Schweizer Psalm aller Reisefüdlis, Aussteiger und Auswanderungslustigen. Weil einem die Zehn-ab-Achti-Gesichter im Zug und Tram verleidet sind und man stattdessen vom leichtfüssigen Leben in einem Land des Lächelns ohne Nebel und Regen träumt. Manche setzen diesen Traum tatsächlich um, die meisten aber sprechen bei einer Stange Bier davon und bleiben am Ende doch Zuhause – zu denen zählt Gölä übrigens auch. *tok*

Gölä, «Uf u dervo», 2013

Foto: shutterstock.com

Ein perfektes Wochenende

Was ist eigentlich das Gegenteil von einer Blueschtfahrt? Indian-Summer-Trip vielleicht? Zumindest auf neudeutsch. Fraglos dagegen ist es ein Vergnügen, zu zweit in einer Luxuslimousine der Marke Genesis elegant durch die Landschaft zu kurven und im Ameron Luzern Hotel Flora erst fürstlich zu dinieren und anschliessend zu übernachten. Unsere Partner ermöglichen zwei Personen ein wahrlich perfektes Wochenende.



BASEL

Erstklassig unterwegs

*Die **Luxusautomobilmarke Genesis** hat sich erfolgreich im Premium-Segment etabliert – nicht zuletzt dank einem herausragenden Serviceangebot. Auch integriert Genesis modernste Innovationen – sei es im Bereich Sicherheitsfunktionen, Infotainment-Systeme oder mit einem verstärkten Fokus auf Elektromobilität. **Das Elektro-SUV GV60 wurde mit dem Titel «Schweizer Auto des Jahres 2023» ausgezeichnet.***

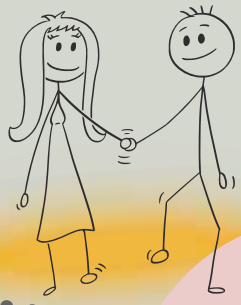
genesis.com

win Indian-Summer-Trip gewinnen

Sie sind über 18 Jahre alt, im Besitz eines Führerscheins und bringen exakt am 14./15. Oktober die Zeit mit, einen zweitägigen Ausflug in die Leuchtenstadt zu unternehmen. Im Preis inbegriffen ist eine Übernachtung im Ameron Luzern Hotel Flora für zwei Personen inklusive Abendessen und Frühstück sowie die Miete eines Genesis-Modells nach Wahl und Verfügbarkeit. Mitmachen unter www.baselaktuell.com/wettbewerb. Teilnahmeschluss ist der Sonntag, 15. September. Die Gewinnerinnen und Gewinner werden im Anschluss benachrichtigt. Viel Glück!

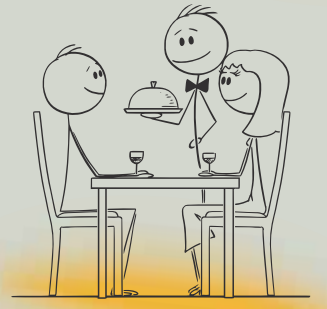
Zwischenhalt im Schloss

Unser Tipp: Über einen kleinen Umweg über die Staffelegg erreichen Sie das Wasserschloss Hallwyl. Das Bijou ist idyllisch im Naturschutzgebiet des Hallwilersees gelegen und zeigt Leben der Adelsfamilie von Hallwyl und deren Untertanen. Im Schlosshof geniessen Sie einen Kaffee und kleine Köstlichkeiten. Nehmen Sie sich die Zeit, es lohnt sich.



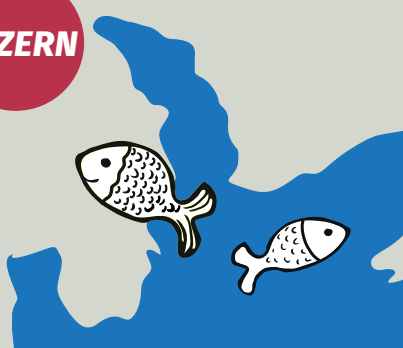
Weisse Schafe, schwarze Schafe

Historische Bauten, Kultur und eine atemberaubende Bergkulisse: Luzern bietet so vieles. Immer empfehlenswert ist die Sammlung Rosengart, die Werke von Picasso bis Klee, von Miró bis Monet vereint. Tipp für Nachtschwärmer: Im weissen Schaf gibt's den perfekten Cocktail – und im schwarzen Schaf die clubbige Verlängerung.



Urban logieren, mediterran dinieren

*Im Zentrum von Luzern empfängt Sie das **Ameron Luzern Hotel Flora.** Das 4-Sterne-Haus verbindet schweizerische Ursprünglichkeit mit urbanem Flair: Natürliche Materialien wie Holz und Leder treffen auf frische Farben und modernes, minimalistisches Design. Im hoteleigenen Restaurant Bacio della Mamma finden Sie authentisches, mediterranes Lebensgefühl und ein Gastroerlebnis wie in bella Italia.*

ameroncollection.com

LUZERN