

Zürich

Zürich brutal
Ein Buch zeigt eine vom Klassenkampf durchfurchte Stadt.

25



Panoramafahrt
Der erste offizielle Zug rollte über die Durchmesserlinie.

21

«Lieber tausendmal auf den Uetliberg, als depressiv zu werden»

Die SP-Politikerin und frühere ZKB-Bankrätin Liliane Waldner leidet seit 30 Jahren an multipler Sklerose. Statt Medikamente zu schlucken, lebt sie wie eine Spitzensportlerin. *Ein Porträt von Ruedi Baumann*

Die Schockdiagnose multiple Sklerose erhielt Liliane Waldner 1993 - nachdem sie seit 1985 mit Schmerzmitteln gegen Rheuma behandelt worden war. «Ich wusste gleich: Dieses Urteil heisst lebenslänglich», sagt sie heute. Waldner war damals persönliche Mitarbeiterin der legendären Zürcher Stadträtin und SP-Ständerätin Emilie Lieberherr. Diese hat bis zu ihrem Tod 2011 nie erfahren, dass ihre engste Mitarbeiterin an MS leidet. «Emilies Bild von mir war, dass ich kerngesund bin und vor Kraft strotze.» Also lernte Waldner von allem Anfang an, gegen ihre schlimme Krankheit anzukämpfen.

Der Kampf liegt in Waldners Genen. Ihr Vater war der Freiheitskämpfer und erste ugandische Staatspräsident Yusuf Kironde Lule, der 1979 Diktator Idi Amin stürzte. Und Liliane ist die Folge eines Techtelmechtels ihrer Mutter mit dem attraktiven Akademiker und ugandischen Leichtathletikchampion Lule, der die Schweizer Englischstudentin zum Ball an der schottischen Uni Edinburgh eingeladen hatte. Liliane wuchs im Stadtzürcher Kreis 4 in ärmlichen Verhältnissen auf, ihre Mutter arbeitete als Serviererin.

«Als Kind war ich ein Wunder»

Auf Bitte von Ständerätin Emilie Lieberherr stellte der damalige SP-Bundesrat und Aussenminister Pierre Aubert die Verbindung zu Waldners Vater Yusuf Lule her. Ihr Vater lebte in London im politischen Exil. Er besuchte sie und ihre Mutter später mehrfach in der Schweiz. «Mein Vater war für mich wie ein alter Bekannter, den ich lange nicht mehr gesehen hatte - die Gene haben sofort gewirkt», sagt sie heute. Ihre dunkle Hautfarbe hat Waldner zeitlebens nie als Nachteil empfunden. Im Gegenteil: «Als Kind war ich wie ein kleines Wunder, und als Politikerin wurde ich schneller bekannt - vor allem auch, weil ich so typisch schweizerisch wirkte.»

Typisch schweizerisch? Wenn Fleiss, Zuverlässigkeit, ein unbändiger Wille und ein soziales Gewissen Schweizer Tugenden sind, dann ist Liliane Waldner tatsächlich typisch schweizerisch. Sie liess sich zur Betriebsökonomin ausbilden, war Einkäuferin bei der Telefonfabrik Albiwerke (heute Siemens) und wechselte dann zum Statistischen Amt der Stadt Zürich, wo sie erste Erhebungen zu Marktmietzinsen verfasste. Von Emilie Lieberherr entdeckt, hat sie Reden verfasst, Untersuchungen zur Langzeitarbeitslosigkeit geführt, die Opferhilfestelle aufgebaut und Grundlagen für eine neue Drogenpolitik erarbeitet.

Steife Finger beim Schreiben

In dieser Zeit fühlte Liliane Waldner erstmals ein Kribbeln im Fingerbereich. Auf der IBM-Kugelkopfmachine vertippte sie sich immer häufiger. «Ich bemühte mich, als eine der Ersten auf dem Computer schreiben zu dürfen. Da brauchte ich meine Tippfehler nicht länger mit Tipp-Ex zu korrigieren.» Aus heutiger Sicht sagt sie: «Das war typisch für MS-Patienten - sie sind Meister im Kaschieren.»

Waldner versteckte ihre Krankheit und ihren manchmal etwas steifen, unsicheren Gang so gut wie möglich. Nachdem sie 1986 in den Kantonsrat gewählt worden war und 2003 in den Bankrat der Zürcher Kantonalbank, informierte sie bloss die SP-Fraktion und ihre Bankratskollegen. Sie lebte schon damals nach dem Motto: «Als MS-Patientin muss man 200 Prozent leisten, um 100 Prozent zu funktionieren.»

Die gängigen Medikamente gegen multiple Sklerose - eine entzündliche Erkrankung des zentralen Nervensystems - hat Liliane Waldner seit der Diagnose abgelehnt. «Ich hatte die Beipackzettel studiert und bekam Angst vor den Nebenwirkungen.» Das können Depressionen, Herzinfarkt oder ein Hirnschlag



Mit eisernem Willen: Liliane Waldner wandert mitten in der Stadt Zürich die Sihl entlang. Foto: Georgia Müller

sein. «Lieber marschiere ich tausendmal auf den Uetliberg, als depressiv zu werden», sagte sie sich - und tat es. Waldner war schon lange SAC-Mitglied, ist früher mit Steigeisen und Seil geklettert und hat viele 30 bis 60 Kilometer lange Märsche absolviert, zum Beispiel von Zürich nach Luzern. «Das ist meine Art des Aufbaumens», sagt sie.

Der Kampf liegt in Waldners Genen. Ihr Vater war Yusuf Lule, Freiheitskämpfer und Ex-Präsident Ugandas.

Je weiter die Krankheit fortschritt, desto mehr kniete sich Liliane Waldner hinein. Sie lebt, trainiert und isst heute wie eine Spitzensportlerin. Den endgültigen Kick dazu gab ihr ein schlimmer Schub ihrer unheilbaren Krankheit in den Jahren 2009 und 2010. «Da spürte ich je-

Flusswandern als Therapie

weils im Bett nicht mehr, ob ich überhaupt noch Beine habe.» Ihre Neurologin wollte sie bei der Invalidenversicherung anmelden. Doch wegen der Propaganda der SVP gegen Scheininvaliden, ihrer Position als Bankrätin und ihrem eisernen Willen war Waldner dagegen. Sie tauschte ihr Auto gegen ein SBB-GA - und begann Pläne zu schmieden.

Länge von 30 Kilometern abwandern. Dank GA übernachtet sie dabei wenn immer möglich zu Hause und stückelt ihre Wanderungen. Das Ziel ist jeweils die Quelle eines Flusses - Waldner wandert also immer bergauf. «Das ist sicherer und gesünder.»

Ihre erste Krise hatte Liliane Waldner am oberen Lauf der Aare. Bei Innertkirchen wird die Schlucht immer enger, und die Wanderwegtafeln wechseln auf Weiss-Rot-Weiss: «Bergwanderweg». Zuerst haben ihr die Knie gezittert - «diese Schwierigkeitsstufe habe ich mir schon lange nicht mehr zugetraut, aber ich habe es ganz langsam und vorsichtig geschafft». Waldner, die meistens allein unterwegs ist, spricht - ganz Bankrätin - von «Risikomanagement».

Täglich 1000 Treppenstufen

In den letzten drei Jahren ist Liliane Waldner an die Quellen der meisten Flüsse vorgestossen. Manchmal brauchte sie zwei Anläufe, zum Beispiel für den Aufstieg zum Lucendro-Pass und zur Quelle der Gotthard-Reuss. Noch ausstehend ist vor allem der Lunghin-Pass, die einzige dreifache Wasserscheide Europas (Inn, Julia und Mera). Dem Inn im Engadin folgte Waldner letzten Winter auf Winterwanderwegen. Gerne würde sie noch Schneeschuhlaufen lernen. «Das ist eine zusätzliche Koordinationsübung.»

Das Training ist beeindruckend. Waldner steht zwischen fünf und sechs Uhr auf. Dann folgen im Wohnzimmer 50 Minuten ausgeklügelte Gymnastik mit Dehn- und Koordinationsübungen und etwas Jonglieren zum Dessert. Dann sind die täglichen 1000 Treppenstufen an der Reihe. In ihrem neunstöckigen Wohnhaus geht Waldner siebenmal alle Treppen hoch und fährt mit dem Lift wieder runter; solange es geht, nimmt sie gar zwei Stufen auf einmal. «Wenn

ich in der Stadt auf ein Tram warte, dann stehe ich möglichst lange auf einem Bein», sagt Waldner. «Und wenn ich am Morgen mein Haus verlasse, gehe ich zuerst im Storchenschritt.» Sie will sich damit antrainieren, ihre Füsse möglichst weit zu heben, um das Schleifen am Boden zu vermeiden. Zudem absolviert Waldner einmal pro Woche Physio- und Reiththerapie

Entspannung mit Hanftee

Liliane Waldner hat auch in Sachen Ernährung und Therapie ein ganz spezielles Krisenmanagement entwickelt. Wenn ihr Körper von den Füßen bis hinauf in den Brustkorb kribbelt und sich die Gelenke taub anfühlen, reibt sie sich mit Eiswürfeln ein und badet im kalten Wasser. Wenn es im Winter draussen trockenen Pulverschnee hat, wälzt sie sich im Badekleid darin.

Und wenn es ihr am Abend schlecht geht, entspannt sie sich mit einer Tasse Hanftee. Den Hanf bekommt sie «unter dem Ladentisch hindurch». Besser wäre, sagt die Vordenkerin der Zürcher Drogenpolitik, «wenn Hanf zu medizinischen Zwecken legal vom Bio-Hof bezogen werden könnte».

Seit einem halben Jahr ist Liliane Waldner nicht mehr Bankrätin. Sie kaschiert ihre Krankheit nicht mehr länger. «Ich habe gemerkt, dass es guttut, sich als MS-Kranke zu outhen.» Im Internet dokumentiert sie ihr Training, ihre Ernährung und sämtliche Wanderetappen entlang von 36 Flüssen minutiös.

Waldners Schlusssatz: «Ich danke jedes Mal Gott, wenn ich heil nach einem langen Marsch zurückgekommen bin.»

Ihren Umgang mit MS und die Wanderungen entlang der Schweizer Flüsse beschreibt Liliane Waldner unter www.fluss-frau.ch

Die Einbrecher haben wieder Hochsaison

Mit Beginn der Winterzeit nimmt die Zahl der Einbrüche zu. Die Polizei rät deshalb zu vermehrter Aufmerksamkeit.

Stefan Hohler

Alle Jahre wieder: In der Herbst- und Winterzeit sind Einbrecher vermehrt am Werk. Die Täter nutzen sowohl die düsteren Tage als auch die früh einsetzende Dämmerung. Im Visier haben sie dabei vor allem Einfamilienhäuser oder die Parterrewohnungen von Mehrfamilienhäusern. Je nach günstiger Gelegenheit versuchen die Diebe, dort spontan einzudringen.

Um dies zu verhindern, hat die Kantonspolizei Zürich gestern eine Präventionsaktion zur Bekämpfung der Einbruchskriminalität gestartet. Gemeinsam mit den beteiligten Polizeikorps und den Partnerorganisationen soll die Bevölkerung mit Plakatsujets und Flugblättern in leuchtenden Farben sowie mit einem Kurzfilm sensibilisiert werden. Begleitet wird die Kampagne von einer verstärkten polizeilichen Patrouillen- und Kontrolltätigkeit. Die präventiven und repressiven Aktionen dauern bis Ende Februar 2016. Die Bevölkerung ist aufgerufen, verdächtige Wahrnehmungen der Polizei sofort über die Notrufnummer 117 mitzuteilen - bei Tag und bei Nacht. Folgendes gilt es zu beachten:

Verdächtige Wahrnehmungen

- Das sind unbekannte Personen, die im Quartier umherstreifen.
- Unbekannte Fahrzeuge, die «suchend» durch das Quartier fahren.
- Ungewohnte Geräusche wie das Klirren von Fensterscheiben oder das Splittern von Holz.

Beim Verlassen der Wohnung

- Haus- und Wohnungstüren sollten immer abgeschlossen sein.
- Gleiches gilt für Fenster, Balkon- und Terrassentüren.
- Ebenfalls sollten gekippte Fensterflügel geschlossen werden.
- Es empfiehlt sich, in den Zimmern Licht brennen zu lassen und so keine Hinweise auf eine allfällige Abwesenheit zu geben.
- Bei längerer Abwesenheit ist es ratsam, die Nachbarn zu informieren.

Am Bellevue herrscht wieder Normalzustand

Zürich - Ein halbes Jahr lang mussten Velofahrer, Automobilisten und Fussgänger rund ums Bellevue Einschränkungen und Umwege in Kauf nehmen. Seit gestern Morgen, 6 Uhr ist diese Ära vorbei. Es herrscht wieder Normalzustand. Wie die Dienstabteilung Verkehr der Stadt gestern mitteilte, sei man dank dem zügigen Voranschreiten der Bauarbeiten und dank der günstigen Witterung «zum frühesten geplanten Termin» im Ziel angelangt.

Der Verkehr kann nun wieder vom Limmat-/Utoquai in den Utoquai in Richtung Rapperswil und von der Quai-Brücke via Schoeckstrasse weiter in die Rämistrasse gelangen. Für Fussgängerinnen und Fussgänger sind die ebenerdigen Verbindungen zwischen der Tramhaltestelle Bellevue und dem Seeufer, zwischen dem Sechseläutenplatz und dem Seeufer sowie zwischen dem Bürkliplatz und dem Stadthausquai wieder benutzbar.

Ab kommendem Donnerstag ist auch das Linksabbiegen vom Bürkliplatz in den Stadthausquai wieder möglich. Im Bereich Bellevuebrücke finden in den nächsten Wochen noch Bauarbeiten beim seeseitigen Trottoir/Radweg statt. Dies hat für Velofahrende sowie Fussgängerinnen und Fussgänger punktuell Einschränkungen zur Folge. (TA)