

Grüezi, wie geht es Ihnen?

Eine Frage, die oft nur rhetorisch ist. Aber die GlücksPost hört hin. Sie gibt den unterschiedlichsten Menschen eine Plattform und will wissen, wie sie sich fühlen. Diese Woche: **Werner Hofstetter** (100), pensionierter Gemüsebauer aus Maur ZH.

Von Nell Andris

«Ich fühle mich gesund, einzig meine Augen sind nicht mehr gut, ich werde mir den grauen Star operieren lassen, sonst kann ich in Zukunft keine Kreuzworträtsel mehr lösen, was ich sehr bedauern würde. Seit ich denken kann, lese ich die GlücksPost, früher «Zofinger Zeitung». Man hört oft, dass einem etwas wehtun muss, wenn man älter ist, doch das ist Blödsinn. Ich habe jedenfalls weder Schmerzen noch schlucke ich Medikamente. Meine Vitalität habe ich der richtigen Ernährung zu verdanken, ich esse nur pflanzliche Sachen. Milchprodukte und Fleisch mochte ich schon als Kind nicht. Meine Mutter wurde aus Krankheitsgründen Vegetarierin, als ich elf Jahre alt war. Anfang der 30er-Jahre haben wir in Maur bei Zürich Bio-Gemüse angebaut und das, was unsere Familie nicht brauch-

«Ich galt immer als Aussenseiter»

te, auf dem Bürkliplatz-Markt verkauft. So fand ich als erster Bio-Gemüsebauer ein gutes Auskommen und konnte heiraten und eine Familie gründen. Mein Sohn hat sechs Töchter, die wiederum zehn Kinder haben. Die Besuche meiner Tochter erfreuen mich, sie ist auch meine Begleitung, wenn ich irgendwohin muss. Meine Frau ist vor zehn Jahren gestorben. Bis vor einem Jahr habe ich selbstständig gelebt und alles alleine gemacht. Ich habe einfacher gekocht als hier im Heim, aber es hat mir besser getan, jedenfalls war ich früher nie erkältet. Ich galt immer als Aussenseiter, umso



mehr freut es mich, dass ich nun als lebendes Beispiel dafür gelte, dass veganes Essen nachhaltig gesund ist. Altersgebresten müssen nicht sein, sie sind meist das Resultat von jahrzehntelanger Fehlernährung! Schön, dass es jetzt viele junge Leute gibt, die keine tierischen Produkte essen und sich für die Rechte der Tiere einsetzen. In letzter Zeit hat sich diesbezüglich viel getan, auch in den Medien, und das ist notwendig. Die Herstellung von Fleisch und Milchprodukten verschlingt enorm viel Wasser und Getreide und macht die Umwelt kaputt. Ich bin überzeugt, dass grosse Ver-

Rüstig, gesund und voller Lebensfreude: Der 100-jährige Werner Hofstetter im Altersheim Sonnengarten in Hombrechtikon.

änderungen auf uns zukommen werden. Gleichzeitig weiss ich auch, dass man Geduld haben muss und alles richtig kommt, wenn die Zeit dafür reif ist. ✿

ZUR PERSON

Name: Werner Hofstetter

Geburtstag: 5. Februar 1911

Familie: einen Sohn, eine Tochter, sechs Enkelinnen, zehn Ur-Enkelkinder

Beruf: pensioniert; war Gemüsebauer, Marktfahrer und Selbstversorger

Was ich liebe: fröhliche und humorvolle Menschen, die Natur, Kirschen, GlücksPost-Kreuzworträtsel lösen

Was ich nicht mag: Streit, Tierfabriken, Milchprodukte, unreifes Obst, Krautstiel, Arztbesuche