

# Ein Stück von Müttern für Mütter

**DAS ZELT** «Traumfrau Mutter» ist ein komödiantisches Stück über den alltäglichen Wahnsinn im Leben von Müttern: übertrieben, hysterisch und trotzdem köstlich amüsant.

Jede Mutter hat ihn einmal geleistet, den Schwangerschwur. Das Versprechen, garantiert nicht wie alle anderen Mütter zu werden. Hier über Windeln zu diskutieren, da über die unterschiedliche Qualität von Babybrei zu debattieren, Tragetuch-Wickel-Kurse zu besuchen und Erziehungsratgeber zu lesen.

Und am Ende nimmt die klischeehafte Mütterlichkeit trotzdem jede Familienfrau ein – wenn auch in unterschiedlich starkem Ausmass. «Traumfrau Mutter», die Mundartadaption der kanadischen Komödie «Mom's the World», demonstriert das Worst-Case-Szenario. Die Satire ballt die mütterlichen Alltagsquerelen zu einem nahezu beängstigenden Kummerknäuel. Sie zeigt sechs Mütter, die auf dem Zahnfleisch gehen.

## Grosser Penis, nackte Frau

Linda (Tonia Maria Zindel), Jill (Franziska von Fischer), Alison (Wanda Wylowa), Deborah (Barbara Terpoorten) Robin (Meret Hottinger) und Barbara (Bigna Körner) kommen aus unterschiedlichen Ecken. Jill genoss ein unabhängiges Leben mit Sushi, Cüpli und Happenings, bevor sie schwanger wurde. Barbara war schlank und rank, was sich durch die Schwangerschaft schnell änderte. Robin war eine



**Schauspielerinnen und Mütter:** In «Traumfrau Mutter» verpulvern sie eine geballte Ladung Klischees und Wahrheiten über das Mutterdasein. *Andre Juchli/zvg*

Partynudel sondergleichen, bevor ihre Tochter Lilly zur Welt kam. Und jetzt sind sie alle gleich – sie sind Mütter.

Was sie seither mit ihren Kindern und Partnern erleben, bringt das vorwiegend weibliche Publikum zum Schreien und freudigen Toben. Zum Beispiel als Robin im übergrossen Penis-

kostüm die sexuelle Ungeduld der Männer darstellt. Oder als Barbara in der Hallenbadgarde-robe nicht lange hadert, als ihr Kind verschwindet. Und splitternackt hinterherrennt.

## Zielpublikum: Mütter

Schnell wird klar: «Traumfrau Mutter» ist ein Stück von Müt-

tern für Mütter. Was sich auf der Bühne zwischen den übergrossen Dekobausteinen abspielt, kann für andere zu einseitig und zu blödelig rüberkommen. Oder eben ein weiterer Grund zu sagen: So wie die werde ich nie.

Wer selber Kinder hat, kann dem pointenreichen Spektakel dagegen viel abgewinnen. Die

Szenen sind nicht nur amüsant und aus dem Leben gegriffen, sondern auch eine wohltuende Bestätigung, dass der Schwangerschwur wohl oder übel eine Illusion ist. *Miriam Lenz*

**Vorstellungen in Bern:** Samstag, 8., und Sonntag, 9. Januar, 20 Uhr, Das Zelt. [www.daszelt.ch](http://www.daszelt.ch)

# Die finnische Sauna ist seine Bühne

**SAUNAMEISTER** Jean-Marc Nigg verrichtet seine Arbeit bei 95 Grad Celsius. Der 61-jährige Berner arbeitet als Saunameister im Bernaqua im Westside. Wenn er für seine Gäste den Aufguss macht, ist das Unterhaltung pur.

An Jean-Marc Niggs Arbeitsort herrscht Hochbetrieb. Stündlich wollen bis zu 50 Gäste in der finnischen «Feuer und Eis»-Sauna im Bernaqua die Winterkälte vergessen. Wenn die Saunagänger Körper an Körper Platz genommen haben, beginnt Niggs grosser Auftritt. Der Bad- und Saunameister betritt mit dem Aufguss den Raum und stellt sich vor. Meist ist dies gar nicht nötig, man kennt «Schami» im Bernaqua gut. Er erklärt seinen Gästen den Aufguss, den er zubereitet hat. «Die Inhaltsstoffe versuche ich mit blumigen Worten zu umschreiben», sagt Nigg. Das klingt so: «Heute habe ich etwas ganz Besonderes für euch zusammengemixt. In meinem Botich hat es Eukalyptusextrakt, dazu habe ich einen Schuss Pfefferminze gegeben. Ein Hauch von Zitrone frisch das Ganze auf und soll euch ins Schwitzen bringen.» Oft bleibt es zwischen Nigg und seinen Saunagästen nicht beim

Gespräch über die Aufgussduftstoffe: «Die Palette reicht vom banalen Smalltalk bis zur philosophischen Diskussion.»

## Arbeit bei 95 Grad Celsius

Nigg ist einer von 12 Saunameistern und -meisterinnen, die im Bernaqua arbeiten, und er verrichtet wie alle andern seine Arbeit auch im Erlebnisbad. Stündlich werden die Arbeitsplätze gewechselt, denn die Tätigkeit im fast 100 Grad Celsius heissen Raum ist hart. In der «Feuer und Eis»-Sauna giessen die Meister den duftenden Aufguss auf den Ofen, sodass sich die Luftfeuchtigkeit erhöht. Dann wedeln sie mit einem Tuch mehrmals jedem Gast die heisse Luft zu. Während eines Honigaufgusses wird an alle Honigverteilt, der am ganzen Körper eingerieben wird.

Nigg verrichtet bei Backofentemperatur bis zu 20 Minuten körperliche Arbeit. «Es gibt Tage, da hält man die Hitze weniger aus», sagt Nigg, der selber seit 40 Jahren überzeugter Saunagänger ist. «Doch eigentlich ist es immer eine Frage der Einstellung. Bin ich positiv eingestellt auf die Hitze, so macht sie mir nichts aus.» Trotzdem, vier Aufgüsse pro Tag sind auch für den Profi an der oberen Grenze.

Der Saunameister ist – im Gegensatz zu den Saunagängern – angezogen bei seiner Arbeit. Ständig um nackte Leiber zu sein, das ist für Nigg vollkommen natürlich. Er bekundet seine liebe Mühe mit Leuten, die sich für ihre Nacktheit schämen oder den Badeanzug in der Sauna anbehalten möchten. «Das sind wir streng; in der Sauna ist man aus hygienischen Gründen nackt. Wer Kleidung trägt, wird rausgeschickt.»

## Eigene Sauna zu Hause

Wasser und Wärme begleiteten Nigg schon in seiner Tätigkeit als Berufstaucher und Tauchlehrer auf der Insel Elba und in Kenia. Bevor der Harley-Davidson-Fahrer und Hobbykoch zum Saunameister in Bern wurde, besuchte er als Gast das Bernaqua praktisch jeden Tag. Und das, obwohl er bereits seit 30 Jahren zu Hause eine eigene kleine Sauna hat. Als er erfuhr, dass Saunameister gesucht würden, konnte er mit seiner Arbeit von heute auf morgen beginnen, er kannte das Verfahren ja bereits in- und auswendig.

In der Winterzeit haben Nigg und seine Kollegen im Bernaqua Hochsaison. Aber: «Wirkliche Saunaliebhaber machen keinen Unterschied zwischen Sommer und Winter.» Der Saunagang entfalte seine positive Wirkung erst, wenn man sich regelmässig und über längere Zeit der Hitze aussetze, sagt der Saunameister. Im Sauna-Herkunftsland Finnland war Jean-Marc Nigg noch nie. Eine Reise dorthin will er aber auf jeden Fall einmal in Angriff nehmen. *Annina Hasler*

**Alle Informationen** zum Angebot im Bernaqua unter: [www.bernaqua.ch](http://www.bernaqua.ch)



**Mit seinen Aufgüssen** bringt Jean-Marc Nigg seine Saunagäste im Bernaqua bei 95 Grad Celsius zum Schwitzen. *Stefan Anderegg*

## Besser Esser

### Butterzartes im «Anker»

Abends, bei steifer Brise und Temperaturen unter dem Gefrierpunkt, gingen die Besseresser im Restaurant Anker an Bord und wurden warm empfangen. Der Anker ist eine jener Beizen, in denen statt Designermöbel noch währschaftes Mobiliar in urchigen Lokaltäten steht. Währschaftes kommt hier auch aus der Küche.

Die Speisekarte wurde eben erst neu gestaltet und wird frisch ab Druck vorgelegt. Auf den 12 Seiten sind sämtliche 41 Gerichte farblich abgebildet. Und in den Sprachen Deutsch, Französisch, Italienisch, Spanisch, Englisch und Japanisch wird den Gästen guten Appetit gewünscht. Die Auswahl ist gewaltig: unter anderem Salate, Fitnesssteller, Currys, Käseschnitten und Fondues, Fisch und Muscheln, Schnitzel, Berner Teller, Beef Steak Tatar und auf x-Arten zubereitete Röstigerichte. Diese werden in Stielpfannen auf einem Holzuntersatz serviert – inklusive Schweizer Fähnchen, das mittendrin steckt. Als Supplement gibts im Anker noch Spezialkarten mit Pasta und Pizzen.

Wir nehmen uns Zeit und studieren Foto um Foto. Weil wir wissen, dass die Portionen gross sind, lassen wir es bei je einem Hauptgang bewenden: Fitnesssteller (29 Fr.) und Bourguignonne-Stein (32 Fr.). Ersterer besteht aus grilliertem Kalbfleisch und mehreren frischen und feinen Salaten. Das andere Gericht (neu im Anker) wird mit einem heissen, hufeisenförmigen Stein im Teller serviert. Darauf brutzeln leise und gemütlich die Rindluftwürfeli vor sich hin. Sie sind butterzart. Pommes und die drei Saucen von der feineren Art. In der Küche war ein Food-Carver am Werk: Die Tomate kommt in Form eines Schmetterlings kunstvoll geschnitten daher. Wir schlürfen eine Flasche Pinot noir aus dem Wallis, sie ist ihren Preis (40 Fr.) mehr als wert – genauso wie das Essen. *Die Besseresser*

## Restaurant Anker

Schmiedenplatz 1/Kornhausplatz 16, 3000 Bern 7. Tel. 031 311 1113. Täglich geöffnet, So nur bis 18 Uhr. [www.roeschti.ch](http://www.roeschti.ch)

## INFOS

**Auf dem Tisch** Währschaftes Schweizer Spezialitäten dominieren die Speisekarte im Anker. Nebst solchen Gerichten werden an die zwei Dutzend Pizzen angeboten (kleine und grosse Portionen). Auch Pastaliebhaber kommen auf ihre Kosten.

**Abgerechnet** Das Preis-Leistungs-Verhältnis stimmt. Ein reich garnierter Wurst-Käse-Salat etwa kostet 18 Franken. Ein Entrecôte mit hausgemachter Kräuterbutter 37 Franken. Auch die Weine sind moderat im Preis.

**Aufgefallen** Die freundliche und flinke Bedienung, das heimelige Interieur.

**Abgefallen** Nichts – ausser das nasskalte Wetter beim Verlassen des Restaurants.

[www.besseresser.berner-zeitung.ch](http://www.besseresser.berner-zeitung.ch) Essen im «Anker» – schreiben Sie uns Ihre Meinung.

## GEGEN DIE KÄLTE

**Wellness** Das Bad Bernaqua ist nicht die einzige Wellness-Oase in Bern. Wer es orientalistisch mag, kann sich im **Hamam und Spa Oktogon** im Marzili bei einer Öl-massage, im Sultanbad oder im Dampfbad verwöhnen lassen. Richtig durchgeknetet wird man in der **Knetbank**. An der Wagnerstrasse kommt der geplagte Kör-

per in Genuss verschiedener Massagen. Die Knetbank führt ebenfalls eine Sauna sowie ein Dampfbad. Auch die städtischen **Hallenbäder Hirschengraben** und **Wyler** verfügen über eine Saunalandschaft. Im Hirschengraben kann man zudem im Dampfbad oder im türkischen Bad entspannen. *dhl*