



Warum fliegt das überhaupt? Ein Swiss-Pilot erklärt es den Teilnehmern des Flugangst-Seminars am Objekt. Foto: C. Krause

Die Angst vor dem Fliegen überwinden

Die «Fit to Fly»-Seminare von Swiss helfen, entspannt zu fliegen

Von Cornelia Krause

ZÜRICH. Ausführliche Wetterstudien vor dem Abflug und ein rasender Puls bei jedem Ruckeln der Maschine: «Wie sieht es aus mit der erwarteten Gewitterfront über Frankfurt?», nervte ich jüngst einen Flugbegleiter. Mitfühlend empfahl er mir ein Seminar gegen Flugangst.

Wenige Wochen später sitze ich mit zehn Leidensgenossen in einem Seminarraum des Swiss Aviation Training am Zürcher Flughafen. So unterschiedlich unsere Erfahrungen, so ähnlich sind unsere Ängste vor dem Fliegen, der statistisch sichersten Fortbewegungsart. Furcht vor Turbulenzen und technischem Versagen verleiden uns jeden Flug.

Vertrauen in die Technik

Psychologe Thomas Wey erklärt, was die Panik mit unserem Körper anstellt. Mit ruhigem Atmen und Entspannungsübungen sollen wir ihrer Herr werden. Technik-Skeptiker finden Trost bei Swiss-Flugbegleiterin Dominique Messerli und Swiss-Pilot Christoph Ammann. Sogar

der riesige Airbus A380 könne noch segeln, wenn alle Triebwerke ausfielen, beruhigt Ammann. Aber das passiere so gut wie nie, weil alle Systeme mehrfach eingebaut seien.

Und heftige Turbulenzen stressen sogar Messerli. «Nicht weil sie gefährlich sind, sondern weil wir den Service abbrechen müssen.»

Wir setzen uns ins Cockpit einer Maschine und inspizieren die Triebwerke. Ernst wird es am nächsten Tag: Mit einem Airbus fliegen wir nach Wien und zurück. Das mulmige Gefühl ist da, doch danach überwiegt die Erleichterung. Zum ersten Mal frage ich mich nicht: «Warum tue ich mir das bloss an?» Sondern freue mich über die Mozartkugeln im Gepäck.

«Fit to Fly»-Training

Die Swiss bietet einmal im Monat das Flugangstseminar «Fit to Fly» in Zusammenarbeit mit dem Swiss Aviation Training an. Der nächste Termin ist am 22./23. August. Kostenpunkt: 1200 Franken.

Epo dopt auch das Gehirn

GÖTTINGEN (D). Das Dopingmittel Erythropoetin (Epo) kann nicht nur Muskeln auf Trab bringen, sondern auch das Gehirn. Das haben Forscher des Max-Planck-Instituts in Göttingen bei Versuchen mit Mäusen herausgefunden.

Die Resultate könnten für neue Behandlungsstrategien bei schweren Hirnerkrankungen genutzt werden, so die Forscher.

Gesunde Menschen sollten aber auf keinen Fall mit Epo behandelt werden, warnen die Wissenschaftler. SDA

Virus bedroht Pflanze gegen die Malaria

BERN. Ein Virus bedroht Schweizer Kulturen des einjährigen Beifusses. Das hat die Forschungsanstalt Agroscope Changins-Wädenswil (ACW) festgestellt. Aus der Pflanze wird ein Wirkstoff gegen Malaria gewonnen.

Im Wallis wird Saatgut gezüchtet, das besonders reich an dem Wirkstoff ist. Seit einigen Jahren wird dort jedoch ein Verkümmern der Pflanzen beobachtet. Der Schutz der Pflanze ist laut ACW angesichts der Bedeutung für die Malariabekämpfung eine Herausforderung. SDA



Wirkstoff gegen Malaria: Einjähriger Beifuss.



Kontrolle: NEWS-Redaktorin am Jumbolino. Foto: S. Volz

IMPRESSUM

NEWS

Herausgeberin:
NP NEWS Print AG
Werdstrasse 21
8004 Zürich
Delegierter des Verwaltungsrates:
Rolf Bollmann
Chefredaktor: Stefan Regez
Tel. Redaktion: 044 248 56 00
Fax Redaktion: 044 248 56 10
redaktion@newsprint.ch

Beirat: Urs Buess (Basler Zeitung)
Markus Eisenhut (Tages-Anzeiger)
Michael Hug (Berner Zeitung)

National Leitung Werbemarkt:
André Hardmeier
Leitung Innendienst:
Tanja Larghi
Inserateannahme:
Tel. 044 248 56 80
Fax 044 248 56 60
verlag@newsprint.ch

Basel Leitung Werbemarkt:
Harry Zaugg
Innendienst:
Loredana Preite
Inserateannahme:
BZM Werbe AG
Hochbergerstrasse 15
4002 Basel
Tel. 061 639 10 61
Fax 061 639 10 20
loredana.preite@baz.ch

Bern Leitung Werbemarkt:
Matthias O. Hütköper
Leitung Anzeigen-Kundenservice:
Gregory Battaglia
Inserateannahme:
Tel. 031 330 35 59
Fax 031 330 36 12
news@bernerzeitung.ch

E-Paper auf:
www.news.tagesanzeiger.ch

Zürich Leitung Werbemarkt: Andy Bürki
Leitung Anzeigen-Innendienst:
Tanja Larghi
Inserateannahme:
Tel. 044 248 40 30
Fax 044 248 41 91
inserate@tages-anzeiger.ch
Vertrieb: Gilbert Hirzel
Tel. 044 248 62 52
gilbert.hirzel@newsprint.ch