

Lernen will gelernt sein

Für viele Studierende steht die Prüfungszeit vor der Tür. Nicht immer einfach, den Fokus zu bewahren.

NIKOLA STOSIC

Die Tage werden kürzer und kälter, der erste Schnee lässt nicht mehr lange auf sich warten. Für die meisten Studenten bedeutet dies, dass die Prüfungszeit vor der Tür steht. Nun geht es langsam, aber sicher darum, die Notizen aus den dunkelsten Ecken und herumliegenden Mäppchen herauszuholen und mit Lernen anzufangen. Leichter gesagt als getan. Von den Tausenden von Seiten Pflichttexten, die man noch nicht gelesen hat, weil man ja noch so viel Zeit hatte, bis zu den Essays, die man irgendwann noch abgeben sollte. Wo soll man da bloss anfangen?

Lernen klingt ja einfach. Aber wenn die Prüfungen noch ganze zwei Wochen entfernt sind, ist die Fliege an der Wand halt interessanter als die Geschichte der Schweiz, und das Zimmer aufräumen wird plötzlich – ach – zu einer überlebensnotwendigen Aufgabe, ja sogar zum Spass. Wie meistern die Freiburger Studenten also die Prüfungsvorbereitungen, und auf was verzichten sie während dieser Zeit?

Keine Zeit vergeuden

Zu Beginn sollte jegliche Ablenkung beseitigt werden. «Am besten Pferdeklappen kaufen, dass man auch ja nicht irgendwie auf blöde Ideen kommt.» (Lea W.) Weiter sollte die sonst vergeudete Zeit genutzt werden; also beim Zufahren halt mal das Buch statt das Smartphone hervorheben. Anstelle der langweiligen Zusammenfassungen, die dann länger als die eigentlichen Bücher zu sein scheinen, gibt es gute Alternativen. «Ich sitze mit Mitstudenten zusammen, und wir diskutieren, tauschen uns aus und lernen somit.» (Michelle M.) Man sollte sich auch genügend Freiräume lassen beim Lernen und Pausen einplanen. «Ich habe mal einen Zeitplan gemacht, wann ich was machen sollte, da habe ich aber mittlerweile schon wieder über den Haufen geworfen, weil ich nicht wusste, wie lange ich für die Sachen brauche.» (Janine W.)

Genügend Schlaf

Was den Verzicht angeht, sind die Meinungen gespalten. «Ich verzichte auf soziale Aktivitäten, sprich Ausgang. Ich schaue aber, dass ich genug Schlaf und ein bisschen Bewegung bekomme.» (Theoda W.) Zu sehr stressen sollte man sich aber nicht. «Lieber zwei Stunden mehr schlafen, dafür ein Kapitel weniger anschauen.» (Renato F.) Oder einfach weiter machen wie gewohnt: «Ich versuche nicht, auf etwas zu verzichten, so stresse ich mich weniger.» (François Y.)

Die Prüfungsvorbereitung hat immer zum Studentenleben gehört. Deshalb wird sich auch diese Generation durch diese Zeit schaukeln. Wichtig ist, sich an den kleinen Dingen zu erfreuen. «Das Beste sind die Mitleidenden.» (Katrin B.) Und nicht vergessen: Prüfungen kann man notfalls wiederholen, Partys nicht. Und Augenringe gehören in dieser Saison ohnehin zum guten Ton. Cheers.



(v. l.): Jonas Aebischer, Fabio Gross, Marc Aeby und Rouven Steinemann vor dem Kollegium Heilig Kreuz in Freiburg.

Bild Philip Kessler/zvg

Energie in Kompaktformat

Mit ihrer **Maturaarbeit** wollen Marc Aeby, Jonas Aebischer, Fabio Gross und Rouven Steinemann hoch hinaus: Sie haben ein Bonbon entwickelt, das dem Körper Energie spendet.

TATJANA PÜRRO

Im Rahmen des Company-Programmes ermöglicht der Verein Young Enterprise Switzerland (YES) auch dieses Jahr wieder Jugendlichen aus der ganzen Schweiz die Gründung eines Miniunternehmens. Vier Studenten aus dem Kollegium Heilig Kreuz wagen sich zusammen an dieses Projekt. Ihre Firma heisst fribonbon AG, und ihr neuartiges Produkt soll Konsumenten zu neuem Schwung verhelfen.

«Für uns ist fribonbon nicht einfach eine Maturaarbeit», erklärt CEO und Produktionsleiter Marc Aeby gleich zu Beginn des Gesprächs, «wir sind ambitionierte Jungunternehmer, und dies ist unser erstes Unternehmen.» Seine Teamkollegen Rouven Steinemann, Fabio Gross und Jonas Aebischer stimmen ihm zu: «Dieses Projekt ist für uns ein Start-up. Uns geht es nicht nur um eine gute Maturanote, sondern auch darum, ein funktionierendes Unternehmen zu gründen.» So war dem Vierer-Team

aus dem Kollegium Heilig Kreuz auch von Anfang an wichtig, ein Produkt zu entwickeln, das innovativ und nützlich ist und sich auf dem Markt durchsetzen kann.

Alternative zu Energy-Drink

«Für uns war recht schnell klar, dass wir etwas vermarkten wollen, dass in irgendeiner Art Energie spendet», erläutert Fabio Gross die Überlegungen der Gruppe. Heute sei der Kaffee- und Energy-Drink-Konsum von vielen Arbeitstätigen und Schülern sehr hoch. Das Produkt von fribonbon soll nun eine natürliche Alternative zu diesen Getränken darstellen. «Ausserdem sollte es etwas sein, das man schnell einnehmen kann und das langanhaltende Energie spendet», erklärt Rouven Steinemann. Nach reiflicher Überlegung kam der Gruppe die passende Idee: ein Bonbon, das nicht nur neue Kraft gibt, sondern auch im Geschmack überraschend und erfrischend ist. «Es soll unbekannte Aromen verbinden und der breiten Masse

gefallen», sagt Fabio Gross, der für das Marketing der Firma zuständig ist.

Mit Dehly AG in Marly

Die Produktidee war erst der Anfang; nun musste eine Firma gefunden werden, die sich bereit erklärte, die Pastillen zu produzieren. Durch Zufall kam fribonbon nach langer Suche in Kontakt mit der Dehly AG mit Sitz in Marly, die sich auch bereit erklärte, den vier Studenten mit der Entwicklung zu helfen. «Wir haben sogar grosse Firmen wie die Halter AG angefragt und überall eine Absage bekommen», sagt Jonas Aebischer, «manchmal sucht man einfach zu weit, dabei war die Lösung direkt vor unserer Haustür.»

Mithilfe des Chefs der Dehly AG entdeckte fribonbon eine Rezeptur, die kurz- wie auch längerfristig Kraft gibt: Inhaltsstoffe wie die Kola-Nuss und die Tropenfrucht Guarana, die fünfmal mehr Koffein enthält als die Kaffeebohne, sollen für einen gehörigen Energie-Boost sorgen. Dabei ist das

Ganze ohne Gelatine produziert und sogar vegan.

Nach intensiver Arbeit und verschiedensten Versuchen sind nun die ersten Prototypen der Bonbons zur Degustation bereit. Powerup heissen die roten Pastillen, die in der Konsistenz an die Kult-Cassis-Bonbons aus der Migros erinnern. Geschmacksrichtung und Form sind noch nicht festgelegt: Granatapfel/Maracuja oder Grapefruit stehen als mögliche Aromen zur Verfügung; eine Geschmacksrichtung verwirrend exotisch, die andere spritzig und mit einem leicht scharfen Nachgeschmack. «Durch Konsumentenbefragungen wollen wir nun herausfinden, was den potenziellen Kunden am besten gefällt. Danach werden wir uns richten», sagt Marc Aeby. Und spenden denn die Bonbons auch wirklich Energie? «Es wirkt bei allen anders, aber durch Selbstversuche und Kundenmeinungen können wir sagen: Sie wirken sogar sehr gut!»

Mehr unter: www.fribonbon.com

AUS DER FERNE



Ramona Walthert

Korea für Beginner

Das Land der Morgenstille macht seinem Namen alle Ehre. Zumindest in der betriebsamen Hauptstadt Seoul. Nachts sind wohl alle Bewohner auf den Strassen, in den Restaurants, Clubs und Parks anzutreffen, aber am Morgen danach wird man sich fragen, wohin denn alle verschwunden sind. Der grosse Betrieb fängt erst wieder nach neun Uhr an, wenn die ersten Kurse an der Universität beginnen und die Geschäfte langsam ihre Türen öffnen.

Bekannt ist das Land auch für seine moderne Technik, und damit sind neben den koreanischen Grössen wie Samsung und Hyundai vor allem auch die Toiletten angesprochen. Sie haben oft eine dazu gehörende Fernbedienung, welche natürlich nur auf Koreanisch angeschrieben ist, und so muss ich mich den eingestellten Funktionen, wie beispielsweise geheizten Toilettenringen, einfach anpassen. Einen Kontrast zu all dieser Modernität bildet der klassische Abfalleimer, der für das gebrauchte WC-Papier zur Verfügung steht, denn dieses darf man nicht einfach hinunterspülen.

Auf Schwierigkeiten stosse ich auch beim Essen. Die Stäbchen, mit denen in Korea gegessen wird, sind nicht rund wie chinesische Stäbchen, sondern flach und aus Metall, was die Sache erheblich erschwert. Ausländer brauchen hier zweimal so lang zum Essen wie die Einheimischen. Neben den Stäbchen und dem Löffel ersetzt eine grosse Schere die Funktion des Messers: Alles, was nicht in einem Bissen herunterzubekommen ist, wird einfach zerschnitten, egal ob Gemüse, Nudeln oder Grillfleisch. Speziell an Korea ist auch die rote Pfefferpaste, mit der nicht gespart wird und deretwegen das koreanische Essen zu Recht als das schärfste in ganz Asien bezeichnet wird. Ein hochroter Kopf, Schweissperlen auf der Stirn und eine laufende Nase gehören deshalb zum Alltag.

Gerade für abenteuerliche Esser bietet die einheimische Küche Möglichkeiten ohne Grenzen. Nicht schlecht ist beispielsweise der rohe und noch lebende Oktopus, den man gut und lange kauen muss, damit sich die Saugnapfe beim Herunterschlucken nicht mehr an den Zähnen festmachen und man erstickt. Oder die Snacks, wie zum Beispiel geröstete Seidenraupen und gegrillte Tintenfischarme, die überall auf den Strassen verkauft werden. Insgesamt ist das koreanische Essen allerdings frisch, gesund, und es schmeckt mir hervorragend. Es ist so vielfältig, dass sich für jeden Geschmack etwas finden lässt.

Ramona Walthert ist 21 Jahre alt, wohnt in Rechthalten und verbringt zurzeit ein Austauschjahr an der Korea University in Südkorea. Für die FN berichtet sie von ihren Erlebnissen und den Besonderheiten des Landes.

Innovationen auf dem Guetzle-Markt

Schon bald fängt die zauberhafte Guetzlizeit an. Neue Innovationen kommen auf, welche das Guetzlen erleichtern sollen. Gleichzeitig stellt sich die Frage, ob der Zauber des Guetzlens auf diese Weise nicht verloren geht.

JANINE JUNGO

Das Guetzlen gehört seit jeher zur Weihnachtszeit dazu. Ob nun Brunzli, Mailänderli oder Zimtsterne: Pünktlich zum Fest lassen sich bei beinahe jedem auf dem Tisch die leckeren Gebäcke finden. Doch immer mehr Menschen fehlt ganz einfach die Zeit, um sich der oftmals aufwendigen Guetzlibäckerei zu widmen. Aus diesem Grund lassen sich in den zurzeit in die Häuser flatternden Katalogen immer mehr Backutensilien finden, die darauf angelegt sind, möglichst viele Guetzli in möglichst kurzer Zeit zu produzieren. Beispielsweise gibt es Rol-

len, die früher lediglich zum Auswallen des Teiges gedacht waren und nun gleich die Guetzli-Formen inklusive haben, um in kurzer Zeit möglichst viele herzustellen. Oder es gibt auch Backmatten, auf denen man den Teig auswalen kann, um danach anhand eines in die Matte integrierten Lineals möglichst viele und möglichst perfekte Guetzli zu zaubern.

Süsse App-Formen

Für gestresste Leute die ideale Lösung, so scheint es, doch für diejenigen, die mit Leidenschaft ans Werk gehen, geht der Zauber des Guetzlens durch solche Innovationen

verloren. Denn die erwähnte Rolle hilft beispielsweise zwar bei der schnellen Massenproduktion, schränkt aber gleichzeitig die Auswahl an Formen ein, da sie sich auf Sterne, Schneemänner und Weihnachtsbäume beschränkt. Angesichts der immens gestiegenen Auswahl an Ausstechformen stellt sich dies als Nachteil heraus. Für jeden, so scheint es, gibt es die perfekte Form. Die Hundetatze für Hundeliebhaber, die verschiedenen App-Formen für all diejenigen, die ihr iPhone nur ungern aus der Hand geben, oder aber aufgefärschte, aber dennoch traditionelle Formen. Ist es ausserdem nicht viel schöner, in

mühseliger Kleinstarbeit Guetzli für Guetzli auszusteichen, um am Ende des Tages stolz die Anzahl unterschiedlicher Gebäcke zu verkünden? Und freut man sich als Beschenker nicht viel mehr über die manchmal nicht allzu perfekte Guetzli, die aber von Herzen kommen und von denen man sicher sein kann, dass sie handmade sind? Was oft vergessen wird, ist die Tatsache, dass es beim Guetzlen nicht nur darum geht, zu backen, sondern darum, Zeit mit seinen Liebsten zu verbringen und seine Kreativität auszuleben. So lasst uns abschwören den neuen Versuchen und lasst das Backen beginnen.