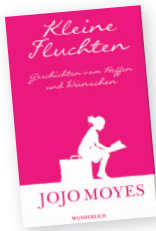


## Buch-Tipp



### Kleine Fluchten

Kleine Fluchten brauchen wir alle. Momente, die den Alltag in Frage stellen und uns einen neuen Blick auf unser Leben ermöglichen. In diesen neun Geschichten – liebevoll illustriert von Daniela Terrazzini – sind es vermeintlich kleine Ereignisse, ein gefundenes Handy, eine vertauschte Sporttasche, ein missglücktes romantisches Wochenende, die für einen Augenblick das Fenster in ein anderes Leben öffnen.



### Rette mich, wer kann

Vom Mann verlassen, ohne Job und ohne Zuhause landet Jette in einem ungewöhnlichen Wohnprojekt. Für maximal zwölf Wochen erhalten frisch Getrennte hier Zuflucht – und Lebenshilfe. Um ihr Leben in den Griff zu bekommen, fasst Jette einen Plan: Sie will diese Frist nutzen und sich selbst rundum «optimieren». Die anderen Mitbewohner wollen ihr dabei helfen.

Nur Nick ist skeptisch.



### Mein Herz in zwei Welten

«Trag deine Ringelstrumpfhosen mit

Stolz. Führe ein unerschrockenes Leben. Fordere dich heraus. Lebe einfach.» Diese Sätze hat Will Louisa mit auf den Weg gegeben. Doch nach seinem Tod brach eine Welt für sie zusammen. Es hat lange gedauert, aber endlich ist sie bereit, seinen Worten zu folgen, und wagt in New York den Neuanfang. Doch sie muss feststellen, dass die Gefahr gross ist, sich selbst

# Durchblick bei Brillen und Linsen

Brille oder doch lieber Kontaktlinsen – beide Lösungen verfügen über eine grosse Zahl an Möglichkeiten. Die Beantwortung der Frage findet sich aber nicht im «entweder oder» sondern im «sowohl als auch».



**Walter Meier**  
Federer Augenoptik  
Buchs  
Tel. 081 750 05 40  
wm@federerbuchs.ch  
www.federerbuchs.ch

**W**enn das Sehen nachlässt, durchlaufen Jung und Alt einen ähnlichen Prozess, der sich massgeblich in der Dauer, nicht aber in den aufeinanderfolgenden Stufen unterscheidet. Nimmt man die entstandene Unschärfe erstmals wahr, wollen es viele erst nicht wahrhaben: die Augen werden zusammengekniffen, die Tatsache wird ignoriert, man rückt näher oder ferner, je nachdem. Bei manchen setzt Müdigkeit ein, bei anderen sogar Kopfweg. Irgendwann wird die Vermutung Realität und es folgt der Satz: «Ich brauche eine Brille.» Je nach Eitelkeit und Eigenbild wird diesem Gedanken von so manchen Betroffenen mit Argwohn begegnet. Einerseits ist damit das Eingeständnis verbunden, nicht mehr gut zu sehen, andererseits verändern Brillen den Look, die Wahrnehmung der Persönlichkeit. Dann scheint die Linse die bessere Alternative, denn die ist weitgehend unsichtbar. Ausser Frage steht, dass schlechtes Sehen korrigiert werden muss. Bleibt nur noch die Entscheidung, ob Brille oder Linsen.

### Brille schafft Persönlichkeit

Gerade die Tatsache, dass Brillen die Persönlichkeit unterstreichen, den Typ verändern und dem Träger beziehungsweise der Trägerin einen neuen Look geben, ist ein klares Pro. Brillen sind weit mehr als ihr Hauptzweck. Sie sind ein Accessoire, Teil von Mode und verleihen Individualität. Gerade diese Argumente sprechen dafür, dass immer mehr Frauen und Männer mehr als eine Brille im Besitz haben. Je nach Anlass und Situation entscheiden sie sich für die unterschiedlichen Modelle. Farben,



Foto: pd

Brille oder Linsen? Immer öfter fällt die Entscheidung auf beides.

Formen und Materialien stehen in schier unendlichen Varianten zur Auswahl. Aussehen wie ein Architekt, eine Kreative, ein Intellektueller, Pilotin, Draufgänger oder Romantikerin? Mit der richtigen Brille kein Problem. Brillen haben heute hohen Tragekomfort, sind leicht zu pflegen und korrigieren jede Form von Fehlsichtigkeit. Zudem schützen Brillen vor Fremdkörpern und UV-Strahlung. Es spricht also fast alles für den Griff zur Brille.

### Linsen schaffen Bewegungsfreiheit

Wenn bestimmte Sportarten die Freizeit prägen, sind Linsen die perfekte Wahl. Ob Fussball, Schwimmen, Eishockey oder Tennis: Linsen bieten hohen Tragekomfort, nehmen bei Stössen und Schlägen keinen Schaden und stören auch bei Erschütterungen nicht. Aber nicht nur im Sport haben Linsen unschlagbare Vorteile. Linsen beschlagen bei hoher Luftfeuchtigkeit und Temperaturveränderungen nicht, verdecken kein Make-up und bei Regen stören Tropfen nicht die Sicht. Ansonsten können Linsen alles, was auch Brillen leisten. Die Verwen-

dung von Tages-, Wochen-, Monats- oder Jahreslinsen haben Einfluss auf die Pflege. Nur punkto Typveränderung und Accessoire geht die Brille als Sieger hervor. Selbst Alterssichtigkeit, die sogenannte Presbyopie, kann heutzutage mit Linsen korrigiert werden. Es spricht also fast alles für den Griff zu Linsen.

### Die Antwort liegt im UND

Die Vielfalt, die das Leben bietet, führt zur Beantwortung der rhetorischen Frage, ob nun Brillen oder Linsen die beste Wahl sind. Es geht nicht um ein «oder» sondern um das «und». Die vielen Facetten, die der Alltag bereit hält, sind Teile der Antwort. Immer mehr Menschen haben heute mehrere Brillen und Linsen zur Hand. Eine Brille für die Arbeit am Computer, eine zum Lesen oder Autofahren, ein Modell zur eleganten Kleidung und eine für die Biketour. Zum Schwimmen und für's Fussballtraining kommen Linsen zum Einsatz. Typische Linsenträger greifen am Abend im privaten Rahmen gerne zur Brille, während wiederum Brillenträger im Sommer gerne die Linse wählen in Kombination mit einer modischen Sonnenbrille ohne optische Gläser.