

# Webserie «Gastro Story» gipfelt im Pop-up-Restaurant Mampf

Am Wochenende ging in der Werkstatt Chur das Pop-up-Restaurant «Mampf» über die Bühne. Die Gastgeber Nina Fopp und Jan Smüde Edelbauer nahmen die Besucher während drei Tagen mit auf eine kulinarische Weltreise. Der Event war Höhepunkt und Abschluss des Nachwuchsprojektes «Gastro Story» von GastroGraubünden. Seit August konnte die Instagram-Community des Verbandes beim Aufbau des Mampf mitwirken und die Gastgeber bei verschiedenen Entscheidungen unterstützen.

Mit rund 220 Gästen war das Mampf vollständig ausgebucht. «Wir haben wohl etwas richtig gemacht», freut sich Gastgeberin Nina Fopp und Jan Smüde Edelbauer ergänzt: «Die Leute verbrachten eine gute Zeit bei uns, das hat Spass gemacht. Die Reaktionen fielen durchwegs positiv aus». Auch GastroGraubünden-Geschäftsführer

Marc Tischhauser zieht eine positive Bilanz: «Es ist erfreulich, dass das Interesse am Mampf und dem Thema Gastro-Unternehmertum so gross war. Unser Ziel haben wir definitiv erreicht».

## Gerichte von Sansibar bis Sapporo

Auf dem Teller landeten abends dreizehn, mittags neun Gerichte, jedes aus einem anderen Land. Den Anfang machte Italien mit gefüllten

Venere-Arancini. Weiter ging es unter anderem mit Japan und einem kleinen Sushi-Plättchen, Israel mit geröstetem Blumenkohl an Tahin-Sauce und Argentinien mit einer Prättigauer Rindshuft und Chimichurri. Die Produkte dazu wurden, wenn immer möglich, von regionalen Produzenten bezogen. Neben der Regionalität war auch der Aspekt «Foodsave» für das Projekt wichtig. So hat die Küchencrew die Tellergrössen ganz bewusst geplant und Gemüse zweiter Qualität verwendet, das sonst im Abfall landen würde. Im Sinne von «to good to go» konnten am Sonntag ab 15 Uhr die übrig gebliebenen Gerichte abgeholt werden – ein Angebot, das rege genutzt wurde.

## Weiterbildung für Gastronominnen und Gastronomen

Mit dem Projekt macht GastroGraubünden auf die Herausforderungen im Gastgewerbe aufmerksam. Der Verband empfiehlt Gastronominnen und Gastronomen,

sich vor dem Start gut vorzubereiten. An der Hotel und Gastronomie Fachschule in Chur bietet GastroGraubünden praxisorientierte Ausbildungen, Fachkurse und Seminare dazu an.

[www.gastrogr.ch/gastrostory](https://www.gastrogr.ch/gastrostory)



Bild: ROB NICOLAS

Sichtlich zufrieden mit dem Resultat ihres Nachwuchsprojekts: GastroGraubünden-Geschäftsführer Marc Tischhauser und Präsident Seppo Caluori.

## Dä Gamliel meint

*Carlo und kein Ende. Was hat sich der nicht therapierbare Carlo bisher alles zu Schulden kommen lassen und was haben die speziell auf ihn abgestimmten Behandlungen gebracht? Ausser horrenden Kosten absolut nichts. Ich nehme an richtig zu liegen, dass dafür die Steuerzahler gerade stehen müssen. Wenn dem so ist, ersuche ich die zuständige Behörde, meinen Beitrag ab sofort an Tierschutzvereine umzu- leiten. Vielleicht denken andere wie ich?*

Wir beraten Sie gerne  
Telefon 081 253 57 77

## Bündner Nachrichten

über 20 000 Haushaltungen  
info@buendner-nachrichten.ch  
www.buendner-nachrichten.ch



## Geflügelstall «Swiss»

vollisoliert, für ca. 25 Tiere, 400 x 170 cm mit Wintergarten, Normalpreis: Fr. 6300.–  
**Aktionspreis: Fr. 5750.–**  
Tel. 071 868 77 66  
[www.glovital.ch](http://www.glovital.ch)

**Kaufe Pelze**, Trachten und Abendgarderoben, Taschen, Gold- und Diamant-Schmuck zu Höchstpreisen. Bruch- und Zahngold, Luxus- und Taschenuhren, Münzen, Tafel- silber, Zinn, Briefmarken, Stand- und Wanduhren, Antiquitäten, Möbel, Gemälde, Gobelins, Teppiche, Bücher, Porzellan, Kristall, Puppen, Schreib- und Nähmaschinen, Instrumente, Plattenspieler, LPs, Kameras, Objektive u.v.m., auch Sonntags  
**Herr Freiwald, Tel. 076 727 83 61**

## Zu verkaufen in Brissago TI Bauland

643m<sup>2</sup> an bester Aussichtslage mit 1169m<sup>2</sup> Wald. Ohne Verpflichtungen!  
Im Preis inbegriffen sind:  
– 1 Parkplatz bereits erstellt 16m<sup>2</sup>  
– Anteil an Schräglift  
**Alles zusammen Fr. 420 000.–**  
**WIR-Anteil Fr. 120 000.–**



Via Signor in Croce 20B – 6612 Ascona  
kahofer@ticino.com – Tel. +41 79 621 81 91

## KantonsspitalGlarus

Medizinische Kompetenz für die Region

Für unser polyvalentes Labor (Hämатologie, klinische Chemie, Immunologie, Gerinnung, Immunhämатologie, Exkrete und Andrologie) suchen wir **per sofort oder nach Vereinbarung** eine/n

## Dipl. Biomedizinische/n Analytiker/in HF 50 - 100%

### Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Für weitere Auskünfte steht Ihnen, Frau Martina Ruoss Leitung Labor, gerne zur Verfügung, Telefon 055 646 39 80, E-Mail: [martina.ruoss@ksgl.ch](mailto:martina.ruoss@ksgl.ch)

Detaillierte Angaben zur Stelle finden Sie unter: [www.ksgl.ch/arbeit-bildung/offene-stellen](http://www.ksgl.ch/arbeit-bildung/offene-stellen)

Wir freuen uns Sie kennen zu lernen und erwarten Ihre schriftliche oder elektronische Bewerbung mit den üblichen Unterlagen an:  
**Claudia Imsand, Kantonsspital Glarus AG, Burgstrasse 99, 8750 Glarus**  
E-Mail: [personal@ksgl.ch](mailto:personal@ksgl.ch), [www.ksgl.ch](http://www.ksgl.ch)

## sprechstunde doktor stutz

Wegen grosser Nachfrage  
Verlängerung der IDIAG Rückentage

## 6-wöchige Rückenstudie - 50 Teilnehmer gesucht!

80% der Bevölkerung leiden mindestens einmal in ihrem Leben an Rückenschmerzen. Damit es erst gar nicht so weit kommt oder falls bereits Beschwerden da sind, sollte die Rumpfmuskulatur trainiert werden. Da jeder Rücken individuell ist, ist für eine möglichst effektive und zielgerichtete Trainingsplanung zuvor allerdings eine sorgfältige Analyse der Wirbelsäule wichtig.

Eine Analyse mit der Idiag M360 bietet die Grundlage, um gezielte präventive oder therapeutische Massnahmen zu ergreifen wie z.B. die Kräftigung der Rückenmuskulatur oder die Mobilisierung blockierter Wirbelsäulensegmente. So können nachhaltig Rückenbeschwerden vorgebeugt oder gelindert werden.

Mit einer 6-wöchigen Rückenstudie wollen wir auf die Wichtigkeit eines stabilen und beweglichen Rückens hinweisen und zu einer aktiven Prophylaxe animieren.

Greifen Sie zum Telefon! Sie haben ausser Rückenschmerzen nichts zu verlieren!

Jetzt Anmelden!

**ENGGIST**  
Therapie und Fitness

Ihrem Rücken zuliebe  
081 515 01 10

Enggist AG • Therapie und Fitness • Grossbruggerweg 4 • 7000 Chur  
[info@medicalfitness.ch](mailto:info@medicalfitness.ch)