Sie scheut auch ungepflegte Füsse nicht

Jael Waber aus Wettingen hat die Ausbildung zur Podologin EFZ mit Note 5,6 abgeschlossen – als Beste in der ganzen Deutschschweiz.

Ursula Burgherr

Die Füsse tragen unseren gesamten Körper durchs Leben. Auf ihnen lastet enormer Druck. Oft werden sie in zu enges Schuhwerk eingezwängt und punkto Pflege vernachlässigt. Wer hat zum Beispiel gewusst, dass man die Fusssohlen genau wie die Hände täglich eincremen sollte?

«Handinnenflächen und Fusssohlen sind die einzigen Körperstellen ohne Talgdrüsen. Deshalb befettet sich die Haut dort nicht selbst und braucht Unterstützung, um nicht trocken oder gar rissig zu werden», erklärt Jael Waber. Die 24-Jährige weiss, wovon sie spricht. Sie ist eine von rund 22 Fachkräften im renommierten Institut Kosmetik + Podologie Ursula Dort, das in Fislisbach und Wettingen ansässig ist.

Diesen Sommer hat die junge Frau ihre Ausbildung zur Podologin EFZ abgeschlossen. In der praktischen Prüfung erreichte sie zusammen mit zwei anderen Mitschülerinnen unter rund 40 Teilnehmenden aus der ganzen Deutschschweiz die Bestnote 5,6. «Als Belohnung gab es einen Weiterbildungsgutschein», sagt Waber. Den kann sie gut gebrauchen. Die Podologie beziehungsweise die medizinische Fusspflege erfordert neben sorgfältigem Handwerk ein grosses Wissensspektrum und geht weit über die kosmetische Pédicure hinaus.

Bei einer Behandlung wird zuerst eine Anamnese gemacht; dabei wird die Krankheitsvorgeschichte aufgenommen und ein aktueller Fuss-Status erstellt. Neben Nagelpflege, Hornhaut- und Hühneraugenentfernung sowie Massagen werden eingewachsene Nägel bei Bedarf mit Nagelspangen behandelt oder Orthesen zur Entlastung von verformten Zehen angelegt.

Hornhaut und eingewachsene Zehennägel gehören in fachkundige Hände, sagt Podologin Jael Waber. Bild: Ursula Burgherr

Unappetitlich findet Waber in ihrem Beruf nichts. Selbst wenn sie jemanden mit ungepflegten oder riechenden Füssen vor sich hat, bleibt sie gelassen. «Ich freue mich dann umso mehr, wenn die Person, die ich behandelt habe, sich wohler als vorher fühlt und über das Ergebnis glücklich ist.»

Jael Waber kam auf Umwegen zu ihrem heutigen Traumberuf. Eigentlich wollte sie Fachfrau Gesundheit werden und in einem Altersheim arbeiten. Doch eine Überbelastung an beiden Händen, die eine schwierige Operation erforderte, machte ihr einen Strich durch die Rechnung. «Ich musste mich umorientieren und war erst einmal planlos.» Zur Überbrückung machte sie ein Handelsdiplom und jobbte in Gärtnereien.

Beim Schnuppern in verschiedenen Berufen stiess sie auf die Podologie und entschloss sich, ein Praktikum zu machen. «Heute bin ich mit meiner Tätigkeit glücklicher denn je», bekundet sie und zeigt ihr strahlendes Lächeln. In zwei Jahren will sie die weiterführende Ausbildung zur Podologin HF absolvieren. Dann kann sie auch Risikopatienten mit Vorerkrankungen behandeln.

Die Do's und Dont's in der Fusspflege

Ob sie sich einmal selbstständig machen will, steht in den Sternen. Die in Bern und Basel aufgewachsene Fachfrau träumt erst einmal davon, mit ihrem Partner in den Ferien die Welt zu bereisen. Sie ist sportlich, schöpft Kraft aus ihrem Glauben und bezeichnet sich als Frohnatur. Auf ihrer Hand ist eine aufgehende Sonne eintätowiert.

Damit einen die Füsse gut durchs Leben tragen können, gilt es einiges zu beachten. Neben dem regelmässigen Eincremen der Füsse empfiehlt Waber für Zuhause Fussbäder mit Ölen oder Kräutern, die auch die Durchblutung anregen. «Störende Hornhaut sollte man von einer Expertin entfernen lassen. Es gibt zwar Geräte für den Eigengebrauch. Aber damit wird oft zu viel Hornhaut abgetragen. Das kann zu Schmerzen oder Entzündungen führen», weiss sie aus Erfahrung.

Immer wieder begegnen ihr in der Praxis auch Patientinnen und Patienten mit eingewachsenen Nägeln, die sie vorher zu kurz geschnitten haben. «Wiederholt kommen auch Kundinnen zu uns, die in den Ferien ein Fusspflege-Studio mit mangelhaften Hygiene-Standards besuchten und unter Pilzbefall leiden. Da ist grosse Vorsicht geboten», meint sie.

Blasen, die nicht richtig versorgt oder mit Blasenpflastern geschützt werden, wenn sie aufgeplatzt sind, können zu Infektionen führen. Es empfiehlt sich, die überreizten Stellen überprüfen zu lassen. «Wir beraten auch präventiv, damit sie erst gar nicht mehr entstehen», sagt Waber.

Feuchte Beinwickel und Fussgels bringen gerade an heissen Tagen Erleichterung. Kastanienextrakt wirkt abschwellend und Menthol kühlend. Jael Waber ist überzeugt: «Wer gesunde, schmerzfreie und gepflegte Füsse hat, kann sich über mehr Lebensqualität freuen.»

SVP will in den Gemeinderat

Mischa Meile kandidiert für den frei werdenden Sitz in der Birmenstorfer Exekutive. Es kommt zur Kampfwahl.

Nachdem Marcel Zehnder (parteilos) an den kommenden Wahlen im Herbst aus persönlichen Gründen nicht mehr kandidieren wird, wird ein Sitz im Gemeinderat von Birmenstorf frei. Die SVP Birmenstorf schlägt dafür Mischa Meile vor. Weil auch Ukë Balaj für die Mitte in den Gemeinderat einziehen will, kommt es am 28. September zur Kampfwahl (die AZ berichtete).

«Gemessen an den Listenstimmen der Grossratswahlen 2024 sind wir die wählerstärkste Partei in Birmenstorf, aber nicht im Gemeinderat vertreten», schreibt die SVP Birmenstorf in einer Mitteilung. «Dies möchten wir mit der Kandidatur von Mischa Meile nun ändern.»

Ortspartei FDP unterstützt die Kandidatur

Der 53-Jährige wuchs in Birrhard und Zürich auf, wohnt seit 30 Jahren in Birmenstorf und ist Vater von zwei erwachsenen Söhnen. Meile ist Unternehmer und führt seit 20 Jahren eine eigene Firma im Bereich Architektur, Verwaltung und Baumanagement mit Sitz in Birmenstorf.

Unternehmer Mischa Meile soll die SVP Birmenstorf im Gemeinderat vertreten. Bild: zvg

Die SVP Birmenstorf ist überzeugt, dass es dringend erfolgreiche Unternehmer im Gemeinderat braucht. Denn in einem Unternehmen lerne man, klar zu planen, vernünftig mit Ressourcen umzugehen und gute Lösungen für die Kundschaft zu finden. Mit Mischa Meile verfüge sie über einen hervorragenden Kandidaten, der genau dieses Kriterium erfüllt.

Er erkenne die Herausforderungen und könne klare Prioritäten setzen, begründet die SVP Birmenstorf seine Kandidatur. Er habe den Blick fürs Wesentliche und bringe unternehmerisches Denken ein. Zudem kenne er das Gewerbe und unterstütze dieses aktiv. Weiter seien ihm schlanke Strukturen und effiziente Prozesse wichtig. Ziele halte er stets vor Augen und Ressourcen setze er gezielt ein.

Das Wichtigste sei, so die Ortspartei, dass er sich die Zeit nehme, sich für die Gemeinde aktiv einzusetzen und die Zukunft des Dorfes mitzugestalten. Er möchte selbst anpacken und das Geschehen in der Gemeinde mitentwickeln. Die Gemeinderatskandidatur wird von der FDP Birmenstorf unterstützt. *(az)*

Polizisten als Superman: Repol startet digitale PR-Offensive

Mit Plakaten und neuer Website Verstärkung in Wettingen gesucht.

Die Regionalpolizei Wettingen-Limmattal tritt mit einem neuen digitalen Auftritt an die Öffentlichkeit und wirbt gleichzeitig um Nachwuchs. Seit Juni macht die Repol mit Plakaten und Flyern an stark frequentierten Orten auf sich aufmerksam, die mit einem QR-Code auf eine Informationsseite führen. Dort werden Aufnahmebedingungen, Bewerbungsprozess und Anforderungen an Aspirantinnen und Aspiranten sowie Polizistinnen und Polizisten erläutert.

Eines der Sujets zeigt den 26-jährigen Alessio Vincenzi, der sich vom Fachmann Gesundheit zum Polizisten umschulen lässt. Er befindet sich in der zweijährigen Polizeiausbildung und wird ab Oktober bei der Regionalpolizei als Polizist tätig sein. Auf Plakaten und Flyern ist er in Uniform mit einem Superman-Umhang bestückt. Parallel dazu hat die Regionalpolizei ihre Website erneuert. «Immer mehr Leute wollen jederzeit und online auf Informationen zugreifen, Meldungen machen oder Unterlagen bestellen. Diesem Bedürfnis kommen wir damit nach», lässt sich Repol-Chef Oliver Bär in einer Mitteilung zitieren.

Das Design sei grundlegend überarbeitet worden. Verbesserte Such- und Filterfunktionen, ein klarer Aufbau und eine strukturierte Navigation würden Orientierung schaffen. In der Rubrik «Gut zu wissen» sind unter anderem Informationen zu Defibrillator-Standorten, Fundbüro, häuslicher Gewalt, Notfallnummern und offenen Stellen zu finden.

Unter «A bis Z» hat es etliche Links zu Beratungsstellen, wie man bei Ruhestörung vorgehen soll oder einen entlaufenen Hund als vermisst melden kann. Über den digitalen Polizeiposten «Suisse ePolice» lassen sich Diebstähle, Sachbeschädigungen, Cyberdelikte oder Kontrollschildverluste elektronisch melden.

Mit der neuen Website und Werbekampagne möchte die Regionalpolizei auch die Bevölkerung über ihr Tätigkeitsfeld informieren. Das Einsatzgebiet umfasst rund 55'800 Einwohnerinnen und Einwohner. «Unser Auftrag ist es, für die öffentliche Sicherheit sowie Ruhe und Ordnung in Bergdietikon, Killwangen, Neuenhof, Spreitenbach, Wettingen und Würenlos zu sorgen», schreibt Oliver Bär. Auch nach 30 Jahren sei der Polizeiberuf immer noch sein Traumberuf – ob bei der Verkehrspolizei, Spezialfahndung oder der Sondereinheit, so Bär.

Die Repol Wettingen-Limmattal geriet in der Vergangenheit mehrfach in die Schlagzeilen. Abgänge und interne Spannungen führten dazu, dass die Zahl der Polizistinnen und Polizisten zurückging. Noch 2023 musste die Kantonspolizei Aargau den Frontdienst übernehmen. Sie verstärkt seither den Posten in Wettingen.

Derzeit arbeiten 23 Personen im Korps in Wettingen–16 Polizistinnen und Polizisten, ein Aspirant und sechs Zivilangestellte. Personalsorgen kennen auch andere Regionalpolizeien im Kanton. Mit ihrer Kampagne geht die Repol Wettingen-Limmattal nun aktiv auf die Suche nach Verstärkung. *(cla)*