



FOTOS SF DRS/OSCARALESSIO



Ruhiger und «herzöffener» geworden: Christine Albrecht in den Neunzigerjahren als Fernsehansagerin (kleines Foto) und heute.

WAS MACHT EIGENTLICH?

Achtsam

Christine Albrecht Die letzte Schweizer TV-Ansagerin ist heute Coach für ein entspanntes Leben.

«Es war ein trauriger Moment, als ich meine langjährige Arbeit verlor», erinnert sich Christine Albrecht, «zugleich war es eine Ehre, dass ich die letzten Ansagen im Schweizer Fernsehen machen durfte.» Die 48-jährige Ostschweizerin findet, dass es richtig war, dass die Fernsehansagerinnen abgeschafft wurden. «1997 waren Ansagen nicht mehr zeitgemäss.» In den sechs Jahren, in denen Albrecht vor der Kamera stand, wurde oft mehr über ihr Aussehen als über ihre Arbeit selber diskutiert. «Mein Grosi regte sich auf, wenn mir die Stylisten ein Ribeli (Haarknoten) machten, während ich es schön fand, wenn sie mir die Haare hochsteckten!»

Unter der Fanpost, die Christine Albrecht damals bekam, war jedes Jahr auch eine Handvoll Heiratsanträge. Natürlich nahm sie keinen davon an. Dafür eroberte sie das

Herz des späteren Vaters ihrer beiden Kinder, der – wie sie betont – kein Verehrer, sondern ein Berufskollege war. Schon bald nach der Geburt ihres ersten Sohns erweiterte sie ihre Ausbildungen zur Paartherapeutin und zum körperzentrierten Coach. «Ich hatte realisiert, dass mein Talent nicht nur im Schreiben liegt, sondern vielmehr im Zuhören und Nachfragen.» Heute hilft sie den Klienten, die sie in ihrer Praxis in Männedorf ZH sowie in Zürich berät, beim Lösen ihrer Knoten: «Damit sie zu einem achtsamen und entspannten Leben finden.»

Durch ihre Arbeit als Therapeutin, aber auch Ausbilderin für tibetisches Heil-Yoga und Meditation hat sich Christine Albrecht auch selbst stark weiterentwickelt: «Gegenüber früher bin ich ruhiger, kraftvoller, fokussierter und herzöffener geworden.» ● RHÖ