



2



1

# «Zum Glück hatte ich noch nie eine Schreibblockade»

Esther Pauchard ist Psychiaterin und Krimiautorin. Der Spagat zwischen beiden Welten gelingt der Thunerin dank ihres Gartenhäuschens und der Selbstverteidigungsmethode Krav Maga.

Text: Manuela Enggist Bilder: Fabian Hugo

**1 Meine Oase** «Zu Hause habe ich mir in unserem Gartenhaus mein kleines Refugium eingerichtet. Hierhin ziehe ich mich zurück, wenn ich in Ruhe schreiben will. Und ab und zu nutzen auch meine Töchter den Ort, um ihre Hausaufgaben zu machen.»

**2 Mein Ritual** «Ich lese täglich, oft am Abend. Ab und zu aber auch nachmittags, wenn ich Zeit finde. Komischerweise immer weniger Krimis, sondern immer mehr Romane und Sachbücher.»

**3 Meine Inspiration** «Samuel Hess ist ein befreundeter Fotograf. Seine Bilder hängen überall bei uns zu Hause. Die Fotografie in unserem Schlafzimmer zeigt den Thunersee und dahinter die Stockhornkette.»

**Name** Esther Pauchard (49)  
**Wohnort** Thun BE  
**Das läuft bei mir** «Meinen ersten Krimi schrieb ich vor 15 Jahren. Ich wollte damals einfach herausfinden, ob ich das kann, denn das Schreiben hat mich schon als Kind gereizt. Mein erstes Werk wurde gut aufgenommen, und ich hatte zum Glück noch nie eine Schreibblockade. Vor Kurzem ist mein siebter Krimi «Jenseits der Gier» erschienen. Da ich mich immer gerne herausfordere, plane ich, im kommenden Jahr einen Ratgeber herauszugeben, in dem ich meine Palette an psychotherapeutischen Werkzeugen für jedermann zugänglich mache. Die Medizin ist aber viel zu spannend, um nur noch zu schreiben. Deswegen werde ich auch als Psychiaterin weiterarbeiten.»

Bilder: zvg



3



4



6

**4 Mein Ausgleich** «Ich leide an einem angeborenem Hüftproblem, zudem habe ich ein verkürztes Bein. Vor zehn Jahren habe ich mit Krav Maga begonnen. Das ist eine aus Israel stammende Selbstverteidigungsmethode. Mein Trainer Bruno Trachsel hat mir gezeigt, dass mein Körper trotz meiner Beeinträchtigung mehr kann, als ich dachte.»

**5 Mein Arbeitsplatz** «Ich arbeite psychotherapeutisch in der Ambulanten Suchtbehandlung Berner Oberland (ASBO). Ein schönes Setting ist mir wichtig, damit sich meine Patienten wohlfühlen.»



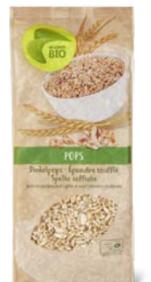
7

**6 Mein Ziel** «Bevor ich mit dem Krav-Maga-Training begonnen habe, waren lange Wanderungen undenkbar. Nun bin ich bereits zweimal zur Lobhornhütte gewandert. Das ist ein grosser Triumph für mich.»

**7 Meine Begleitung** «Winnie ist quasi ein Hund im Katzenfell. Sie ist sehr auf Menschen bezogen und folgt uns auf Schritt und Tritt.»



5



**Mein Migros-Liebblingsprodukt**  
«Zum Frühstück esse ich jeden Morgen Dinkel pops. Trocken, ohne Milch oder Joghurt, nur mit einem Kaffee dazu. Das macht mich glücklich.»