



ROBERT PÖLZER
Chefredakteur

Es ist nie zu spät

Die Angst vor dem sozialen Abstieg ist eine der größten Ängste unserer Gesellschaft. Meist sind es die nach außen hin sichtbaren Zeugnisse dieses Abstiegs, die uns vor Scham im Boden versinken lassen. Das teure Leasing-Auto, das der Verschuldung zum Opfer fällt. Die Luxusuhr, die nicht mehr das Handgelenk, sondern die Auslage im Pfandhaus schmückt. Die schönen Kleider, die man sich plötzlich nicht mehr leisten kann. Der Familienvater, der jeden Tag pünkt-

Gedanken fassen konnte. Ich habe mich unheimlich geschämt und stand emotional vor der größten Herausforderung meines Lebens.“ Doch Sandra Völker gab sich nicht auf. „Als ich anfing, alten Ballast loszulassen, kamen plötzlich lauter gute Sachen auf mich zu. Ich spürte richtig, wie mein Leben wieder anfängt zu fließen.“ Im April war das Insolvenzverfahren abgeschlossen. Sandra Völker ist wieder schuldenfrei. Sie lebt heute von drei Jobs – Schwimmlehrerin, Lagerarbeiterin in einer Boutique und sie organisiert Seminare, um anderen Menschen Mut zur Veränderung zu machen. Mein Motto lautet: „Hinfallen, aufstehen und weitermachen!“

Wir kommen mit viel weniger aus, als wir glauben. Zum Glückhsein braucht man kein dickes Bankkonto. Und was der Nachbar denkt, hilft einem nicht weiter. Wem es gelingt, sich von diesem Ballast zu befreien, der findet seine innere Ruhe. Und die Kraft, sein Schicksal in die eigene Hand

zu nehmen. Egal, wie alt man ist. Egal, wie verzweifelt man ist. Es ist nie zu spät für einen neuen Weg. Diese Erkenntnis wiegt mehr als jeder Luxus.

Zu haben, was man will, ist Reichtum – es ohne Reichtum tun, ist Kraft.



SANDRA VÖLKER
Nach Insolvenz und Scheidungsdrama hat die Weltklasseschwimmerin wieder festen Boden unter den Füßen

lich sein Haus verlässt, damit niemand merkt, dass er keinen Job mehr hat. Wir können einen solchen Gesichtsverlust oft schwerer ertragen als die tatsächliche Notlage selbst.

Die ehemalige Weltklasseschwimmerin Sandra Völker ist durch diese Hölle gegangen. Nach dem Ende ihrer Laufbahn und einer gescheiterten Ehe mit einem unkontrollierten Mann rutschte sie in die Privatinsolvenz. „Ich hatte 100 000 Euro Schulden bei 14 Gläubigern“, sagt die alleinerziehende Mutter von zwei Töchtern. „Meine Existenzängste waren so übermächtig, dass ich keinen klaren

BESTELLEN SIE
die News der Chefredaktion:
www.bunte.de/CRnewsletter

SCHREIBEN SIE mir Ihre Meinung:
r.poelzer@bunte.burda.com

Immunschwäche durch Zinkmangel?



Nässe, Wind und Kälte bestimmen jetzt wieder das Wetter. Schnell hat man sich da eine Erkältung eingefangen. Ein intaktes Immunsystem ist deshalb besonders wichtig. Mit dem Spurenelement Zink stärken Sie bei Zinkmangel gezielt Ihre Abwehrkräfte.

Unizink® 50 gleicht Zinkmangel aus, stärkt so Ihr Immunsystem

- Hohe Bioverfügbarkeit
- Sehr gut verträglich
- Nur 1 Tablette pro Tag genügt meistens
- In Ihrer Apotheke



www.unizink50.de

Unizink® 50. Wirkstoff: Zink-Aspartat. Zur Behandlung von Zinkmangelzuständen, die ernährungsmäßig nicht behoben werden können. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Köhler Pharma, 64665 Alsbach.