

Gemüsekooperative Bioloca startet mit der Feldarbeit

Gemeinsam Gemüse anbauen

UMWELT – Wer sein eigenes

Gemüse anbauen möchte, jedoch weder Feld noch Garten hat, kann dies gemeinsam mit anderen auf einem Feld im Neuhauser Chlafental tun – in der Schaffhauser Gemüsekooperative Bioloca. Am Samstag erfolgte der erste gemeinsame Arbeitseinsatz.

Daniel Thüler

Neuhausen. Die im November gegründete Schaffhauser Gemüsekooperative «Biolo» ermöglicht es ihren Mitgliedern, auf einem gemeinsamen Feld auf dem Betriebsgelände des Neuhauser Bauernhofes Chlaffental ihr Gemüse anzubauen und es über ein Gemüseabo zu beziehen. «Unter der Leitung eines fachkundigen Gärtners arbeiten die Mitglieder dem Feld mit», erklärt Initiantin Nora Winzeler. «Nach der gemeinsamen wöchentlichen Ernte packen sie das Gemüse in Taschen ab, die dann an alle Mitglieder verteilt werden.»



Mitglieder der Gemüsekooperative Bioloca bauen auf dem Feld im Neuhauser Chlaffental einen Folientunnel für den Gemüseanbau auf. Bild: Daniel Thül

Beteiligung, Gemüseabo und Mitarbeit

Um bei «Bioloca» mitmachen zu können, muss jedes Mitglied einmalig mindestens einen Beteiligungsschein von 250 Franken lösen (für den Bezug eines Gemüseabos sind mindestens zwei nötig). Mit dem Beteiligungskapital werden die langfristigen Investitionen wie Maschinen, Folientunnel und Arbeitsgeräte

getätigt. Die Finanzierung der laufenden Kosten der Kooperative – beispielsweise Saatgut, Lohn des Gärtners, Arbeit des Bauern oder Miete der Räume – erfolgt über die Gemüseabos, die 1100 Franken pro Jahr kosten (im ersten Jahr nur 780 Franken, da das erste Gemüse erst Anfang Juni geerntet und verteilt werden kann). Zudem müssen die Mitglieder pro

Jahr einen Arbeitseinsatz von mindestens vier Tagen (oder acht Halbtagen) leisten. «Hierfür erhalten die Mitglieder jede Woche eine Tasche voll frisches, saisonales und biologisch produziertes Gemüse – das entspricht in etwa dem Wochenkonsum von zwei Personen», sagt Nora Winzeler. «Das Risiko tragen die Mitglieder gemeinsam – fällt eine Ernte kleiner aus, gibts weniger Gemüse, wächst das Gemüse üppig, sind die Taschen umso voller.»

Folientunnel errichtet

Angebaut werden unterschiedlichste Gemüsesorten wie Spinat, Brokkoli, Kohlrabi, Lauch, Fenchel und so weiter. Der Folientunnel ermöglicht es zudem, dass im Winter Nüssler und asiatische Salate sowie im Sommer Tomaten, Peperoni, Zucchini, Gurken und Auberginen geerntet werden können. Am vergangenen Samstagmorgen trafen sich die Mitglieder, oft in Begleitung ihrer Kinder, um rechtzeitig vor dem ersten Schnee den Folientunnel zu errichten.

Weitere Infos unter: www.biologa.ch

Vortrag der Spitäler Schaffhausen: «Der Herzinfarkt – gestern, heute, morgen»

Bei Herzensangelegenheiten zählt jede Minute

GESUNDHEIT – Jürg Peter, leitender Arzt Kardiologie der Spitäler Schaffhausen, informierte in seinem Vortrag über die Entstehung, Behandlung und Prognose des Herzinfarkts. Vor allem aber legte er dem gefüllten Vortragsaal das richtige Verhalten bei akuten Symptomen ans Herz.

Lara Gansser

Schaffhausen. Ein akuter Schmerz in der Herzgegend ist das wohl bekannteste Symptom für einen Herzinfarkt. Doch die lebensgefährliche Krankheit kann sich auch durch andere Anzeichen erkennen lassen: Rücken-, Kiefer- und Bauchschmerzen können oftmals auf einen Herzinfarkt hinweisen. Das Wichtigste ist, in so einem Fall richtig zu reagieren. Sobald sich etwas Ungewohntes bemerkbar macht, sollte sofort gehandelt werden – jede Minute zählt.

Risikofaktoren meiden

Zu Beginn des Vortrags erklärte Jörg Peter den anatomischen Aufbau der Herzgegend. Durch die Darstellung des



Jürg Peter referierte im Kantonsspital über das Thema Herzinfarkt. Bild: Lara Gansser

menschlichen Gefässsystems sowie der Blut- und Nervenbahnen führte er das Publikum in das Thema ein. Diverse Abbildungen der geschädigten Gefässe stellten die Ursachen für eine akute Herzattacke dar. Bei einer inneren Verletzung – dies kann auch nur ein kleiner Riss sein – werden die Gefässe durch die Entweichung von Fettkörpern zu eng. Die Fettkörper verschliessen die Arterie und gewisse Gebiete des Herzens können nicht mehr durchblutet werden.

Der wohl grösste Risikofaktor ist das Rauchen. Es schädigt die Innenauskleidung der Blutgefässe und treibt so die Verkalkung der Arterien voran. Übergewicht sorgt für Diabetes und erhöhten Blutdruck, was vermehrt zu einem Herzinfarkt führen kann. Auch ungesundes und fettiges Essen fördert das Auftreten

einer Herzattacke. Jedoch kann es sogar beim Meiden aller Faktoren, regelmässiger Bewegung und sportlichen Aktivitäten zu einem Herzinfarkt kommen, beispielsweise aufgrund der Genetik oder eines Schicksalsschlages.

EKG als Untersuchungsmethode

Nach dem Eintreten der Beschwerden ist das Zeitmanagement das Wichtigste. «Anstatt den Hausarzt aufzusuchen oder direkt in die Notaufnahme zu fahren, sollte der Rettungsdienst 144 informiert werden», so Jörg Peter. Die zuständigen Ärzte kommen dann sofort zu dem Betroffenen nach Hause und führen direkt ein EKG (Elektrokardiogramm) durch, um die elektrische Aktivität des Herzmuskels aufzuzeichnen. So können die Sanitäter schnellstmöglich feststellen, in welchem Zustand die Person ist und das weitere Vorgehen festlegen.

Bewegung zur Heilungsunterstützung

Im Vergleich zu 1970 ist die Sterberate der Herzinfarkt-Erkrankten erheblich gesunken. Dies liegt vor allem an den modernen Technologien, welche die Spitäler heutzutage anwenden. Während früher grösstenteils Bettruhe verordnet wurde, liegt heute der Schwerpunkt auf regelmäs-

siger Bewegung. Auch die neu entwickelte, ambulante, kardiale Rehabilitation als Mit-hilfe zur Heilung ist eine erfolgreiche Me-thode. Dabei erstellen speziell ausgebildete Teams umfassende Programme, damit die Herzpatientinnen und -patienten mög-lichst schnell wieder ihre gewohnten All-tags- und Freizeitaktivitäten aufnehmen können. Das Programm besteht überwie-gend aus sportlichen und entspannenden Tätigkeiten, welche die Betroffenen zu einem besseren Wohlbefinden führen. Je-doch muss den Patientinnen und Patienten bewusst sein, dass es keine hundertprozen-tige Heilung gibt. Wer einmal betroffen war, trägt ein erhöhtes Risiko für einen weiteren Herzinfarkt. Eine lebenslange Be-handlung ist in allen Fällen notwendig.

Kompetente Fragerunde

Um den Zuhörerinnen und Zuhörern das Handeln bei einer unerwarteten Herzattacke näher zu bringen, demonstrierte Jürg Peter einen Defibrillator und verdeutlichte, dass sich dieses Instrument heutzutage an den meisten öffentlichen Orten befände und man damit im Ernstfall Leben retten könne. Eine öffentliche Fragerunde schloss den eindrücklichen und informativen Vortrag des leitenden Arztes lückenlos ab.

«Schaffhauser Komitee gegen die Eheverbotsinitiative» gegründet

Initiative verbietet Ehe für Schwule und Lesben

POLITIK – Bei einer Annahme der nationalen CVP-Initiative «Für Ehe und Familie – gegen die Heiratsstrafe» würde in der Verfassung die Ehe ausschliesslich als Lebensgemeinschaft von Mann und Frau definiert. Ehen zwischen gleichgeschlechtlichen Paaren wären damit ausgeschlossen.

Schaffhausen. Am 28. Februar 2016 wird eidgenössisch über die CVP-Initiative «Für Ehe und Familie – gegen die Heiratsstrafe» abgestimmt. «Deren Annahme würde einen grossen Rückschritt im Kampf um Gleichberechtigung und nichts anderes

als ein Eheverbot für Lesben, Schwule und Transmenschen bedeuten», erklärt Michael De Vita-Läubli, Gründungsmitglied des les-bi-schwulen Vereins Queerdom Schaffhausen. «Erstmalig und heimlich würde die Ehe in der Verfassung näher definiert – als ausschliessliche Lebensgemeinschaft von Mann und Frau.» Daniel Flachsmann, Co-Präsident von Queerdom, sagt: «Tausenden von gleichgeschlechtlichen Paaren würden damit rücksichtslos Steine in den Weg gelegt. Ihnen würde vorsorglich die zivile Ehe auf Verfassungsebene verunmöglicht.» Peter Rüegg, ebenfalls Co-Präsident von Queerdom, ergänzt: «Die Heirat gilt bis heute als das gesellschaftliche Institut um die lebenslange Liebe und Treue zu besiegeln. Dies soll, zumindest auf ziviler Ebene,



Sind gegen die «Eheverbotsinitiative»:
Bernhard Egli, Michael De Vita-Läubli, Daniel
Flachsmann (hinten) sowie Peter Rüegg und
Iren Eichenberger (vorne, jeweils v.l.). Bild: dat.

auch für gleichgeschlechtliche Paare möglich sein – schliesslich kennt Liebe keine rechtliche Grenzen.»

Diese Problematik wurde auch von Iren Eichenberger, ÖBS-Kantonsrätin und -Grossstadträtin, sowie Bernhard Egli, Kantonalvorstand GLP Schaffhausen, erkannt. «Die CVP-Initiative führt ein überholtes Familienbild in die Verfassung ein», erklärt letzterer. «Der Staat hat nicht vorzuschreiben, ob man heiraten soll oder nicht und wer wen heiraten darf und wen nicht.» Iren Eichenberger fügt an: «Die CVP verkauft das C aus ihrem Namen: Sie schliesst gleichgeschlechtliche Paare von der Ehe aus, welche genau die Werte leben, die sie eigentlich bewahren will.»

Um die Annahme der Initiative zu verhindern, haben die Genannten das überparteiliche «Schaffhauser Komitee gegen die Eheverbotsinitiative» gegründet. (dat.)



27.11. - 23.12.15

SONDERÖFFNUNGSTAGE ERDINGER URWEISSE HÜTT N:
SO 27.12. - DO 31.12.2015 (SILVESTERPARTY)

ÖFFNUNGSZEITEN:
MONTAG - FREITAG: 15:00 - 21:00 UHR
SAMSTAG - SONNTAG: 11:00 - 21:00 UHR
(GASTRO BIS 22:00 UHR, ERDINGER URWEISSE HÜTT N BIS 23:00 UHR)

HIGHLIGHTS

- ★ ERDINGER URWEISSE HÜTT N
- ★ NOSTALGISCHES KINDERKARUSSELL
- ★ KUNSTHANDWERK
- ★ ORIGINAL FEUERZANGENBOWLE
- ★ STIFTUNG KINDERBLICK SCHLITTSCHUHBAHN
- ★ 50.000 FUNKELNDE LICHTER

UND VIELES MEHR



**50 LIEBEVOLL DEKORIERTE
WEIHNACHTSMARKTHÜTTEN**



**NOSTALGISCHES
KINDERKARUSSELL**



**KÜNSTLER:
KLAUS BUBBA
CHRIS METZGER
HÜTTENDUO O.V.M.**

**STIMMUNGSVOLLES
BÜHNENPROGRAMM**



**HOCHWERTIGE GASTRONOMIE
UND NOSTALGISCHE
FEUERZANGENBOWLE**

EINTRITT FREI

PARTNER














**TISCHRESERVIERUNGEN IN DER ERDINGER
URWEISSE HÜTT N ONLINE MÖGLICH UNTER:**

www.WEIHNACHTSMARKT-SINGEN.de