

Armenienhilfe sammelt für Wasserprojekt

An einem Fundraising-Anlass gaben die Verantwortlichen der Schaffhauser Armenienhilfe einen Rückblick auf die Projekte während Corona und blickten ein wenig in die Zukunft. Und sie sprachen über eine schwierigen geopolitischen Lage, in der sich das Land befindet.

Mark Liebenberg

Mehr als drei Jahrzehnte nachdem ein schweres Erdbeben die damalige Sowjetrepublik Armenien heimsuchte und sich Radio-Munot-Mann Pino Ciaccio und der spätere SN-Chefredaktor Norbert Neinger mit Hilfsgütern auf den Weg machten, spenden Schaffhauser Firmen und Privatpersonen nach wie vor für das Land im Südkaukasus. Pro Jahr rund 100 000 Franken, wie der Präsident der Stiftung «Hilfe für Armenien», Zeno Geisseler, am Dienstag in einem kleinen Überblick über die laufenden und künftigen Projekte erzählte.

Geisseler hiess eine stattliche Zahl von Gönnern und Interessierten im Zunftsaal zum Kaufleuten willkommen – «es ist ja eine Weile her, seit wir so zusammenkommen konnten», sagte er. Und schilderte am Beispiel des Dorfes Landjik im Nordwesten des Landes, welche Art der Hilfe die Stiftung betreibt: Sie hat sich im vergangenen Jahrzehnt auf Infrastrukturprojekte fokussiert. Nicht weniger als vier Kindergärten, eine Tagesklinik und eine komplette Wasserversorgung sind in den vergangenen Jahren gebaut worden. Es handle sich um Einrichtungen für Kinder im Vorschulalter, so Geisseler. «Sie können dort betreut werden und essen, damit ihre Eltern einer Arbeit nachgehen können.» Nicht wenige davon, so ergänzte die neue Stiftungsrätin Claudia Ellenberger, halten sich wochenlang als Arbeitspender im Nachbarland Georgien auf. Die Hilfe der Stiftung beschränkt sich überdies auf strukturschwache Regionen des 3-Millionen-Landes – in der Hauptstadt Eriwan merke man als



Tourist bisweilen wenig mehr davon, dass man sich in einem Entwicklungsland befindet.

In einem Publikumstalk mit Mike Baronian und Pino Ciaccio spürte Moderator Matthias Wipf den Anfängen der Stiftung

Matthias Wipf beim lockeren Publikumstalk mit dem langjährigen Stiftungsrat Mike Baronian.

BILD MICHAEL KESSLER

nach. Ciaccio erinnerte sich anekdotenreich an die Anfänge zurück. Mittlerweile war er unzählige Male vor Ort, einer der Kindergärten ist sogar nach ihm benannt. «Das hat mich damals umgehauen, als ich das erfahren habe», sagte Ciaccio.

Der als Kind armenischstämmiger Eltern in Israel geborene und in Kanada aufgewachsene, als CEO der Cilag Schaffhausen eher zufällig auf die Armenienhilfe aufmerksam gewordene Mike Baronian, lernte die Heimat seiner Vorfahren indes erst durch die Stiftung richtig kennen. «Es war in den Neunzigern ein Land, das am Boden lag», sagte er. «Mir war klar: wir müssen helfen. Und das ist heute noch so.»

Feindlich gesinnte Nachbarländer

Heute schaut Baronian mehrmals pro Jahr persönlich vor Ort zum Rechten – oder er lässt sich durch vertrauensvolle Personen vor Ort Bericht erstatten. Strikte würden nur Infrastrukturprojekte an die Hand genommen, für die Finanzierung von Betrieb, Unterhalt, Energie und den Löhnen seien die lokalen Behörden zuständig.

Angesprochen auf den seit Jahrzehnten andauernden bewaffneten Konflikt mit Aserbaidschan um die Bergregion Nagorno-Karabach, meinte Baronian bloss: «Ich wünsche den beiden Ländern endlich Frieden, ständig im Krieg mit dem Nachbarn zu leben kann doch keine Zukunft sein.» Dass das gegen die Ukraine Krieg führende Russland als Schutzmacht für Armenien aufrtritt, lasse sich nicht wediskutieren, so der heute bei Bern lebende Unternehmer. «Der Westen hat eine stärkere Einbindung Armeniens zu lange vernachlässigt. Klar ist, dass das Land militärische Sicherheit braucht gegen seine ihm feindlich gesinnten Nachbarn.»

Aktuell sammelt die Stiftung für die komplette Erneuerung der Wasserversorgung des 900-Seelen-Dorfes Landjik.

Robert Spichiger erhält Preis für aussergewöhnliches Engagement

Im Hotel Kronenhof überreichte der Ambassador Club Schaffhausen am Dienstagabend zum 27. Mal den «Ambassador»-Preis. Robert Spichiger wurde für sein Engagement als Geschäftsführer der Tagesstätte «Sunnegg» in Thayngen geehrt.

Sonja Dietschi

SCHAFFHAUSEN. Robert Spichiger ist ein Tausendkassa der Freiwilligenarbeit. Nach der Pensionierung 2014 lehnte er sich nicht zurück, sondern begann sogleich, sich in diversen Gremien und Vorständen in seiner Wohngemeinde Thayngen zu engagieren. Vor diesem Hintergrund wählte ihn der Ambassador Club Schaffhausen zum diesjährigen Preisträger. Insbesondere seine Rolle als Geschäftsführer des gemeinnützigen Vereins «Sunnegg – für Menschen mit Demenzerkrankung» stand bei der Preisverleihung im Hotel Kronenhof am Dienstagabend im Zentrum.

Das Haus «Sunnegg» in Barzheim ist eine Tagesstätte, in der bis zu vier Gäste am Tag von einer Pflegefachfrau sowie geschulten Freiwilligen betreut werden. In seiner Rede informierte Spichiger die Anwesenden, dass es etwa 1700 Demenzerkrankte im Kanton Schaffhausen gebe und zwei Drittel von ihnen noch zu Hause lebten: «Die Selbstständigkeit der Erkrankten nimmt stetig ab und muss durch die Angehörigen kompensiert werden.» Diese sollen einerseits entlastet werden, andererseits ist der Aufenthalt für die Gäste so individuell wie möglich auf ihre Interessen und Bedürfnisse zugeschnitten.

Philipp Brühlmann, ehemaliger Gemeindepräsident Thayngens, betonte in seiner Laudatio den «unfassbaren Mehrwert», der die Gründung der Ta-

gesstätte «Sunnegg» für die Gemeinde darstellt. Seiner Meinung nach hat es Spichiger sehr verdient, den Ambassador-Preis zu erhalten: «Mit seinem unermüdlichen Engagement steht er ganz oben in der Champions League der Freiwilligenarbeit.» Und doch hätte Spichiger nie ein «Tamtam» um seine Person gewollt.

Das war mit ein Grund, warum er vom Ambassador Club Schaffhausen gewählt wurde, wie Präsident Josef Montanari in seiner Ansprache sagte: «Das ist die DNA der Preisauszeichnung, wie sie der Ambassador Club lebt.» Es sollten Leistungen ausgezeichnet werden, die noch zu wenig bekannt seien, «der Preis lebt von der Bekanntmachung».

Der Verein «Sunnegg» ist Teil der Alzheimervereinigung Schaffhausen. Deren Präsidentin Katharina Manz sprach in ihrem Referat einerseits vom Angebot, das Betroffenen und deren

Angehörigen zur Verfügung steht. Diese rein informativen Abschnitte wurden immer wieder durch ihre sehr persönliche Erfahrung ergänzt. Ihr Ehemann war selber an Demenz erkrankt. Sie schilderte einen «schwierigen» Tag im Leben, an dem er erneut die Körperhygiene verweigerte, und sie eine Idee hatte. Sie sagte zu ihm: «Aber ICH muss wieder einmal duschen. Ich komme aber schlecht an den Rücken. Hilfst du mir?» Ihr Mann steigt mit ihr unter die Dusche und lässt, nachdem er sie gewaschen hat, dasselbe mit sich geschehen. Für Manz «ein seltener, schöner Moment der Intimität». Sie erzählt auch von ihrer schönen «Abschiedsreise» nach Portugal, wohin sie früher häufig zusammen verreist sind. Manz schloss ihr Referat mit den Worten: «Es gibt auch Sternstunden in einer Partnerschaft mit einem Demenzerkrankten, Perlen an der Erinnerungskette.»



Josef Montanari (l.), Robert Spichiger und Patrik Bolliger.

BILD MICHAEL KESSLER

Sonnenschutz-Einmaleins: So schützen Sie sich richtig

Es wird heiss, und die Sonne brennt vom Himmel. Wer sich draussen aufhält, braucht im Sommer einen besonders guten Sonnenschutz. Die wichtigsten Fragen und Antworten in fünf Punkten.

1 Wann sollte man sich nicht an der Sonne aufhalten?

Am Mittag sind die Sonnenstrahlen am gefährlichsten, da die Strahlung dann am stärksten ist. Denn je höher die Sonne am Himmel steht, desto intensiver ist die Strahlung auf der Erde. Deshalb sollte man auf direkte Sonneneinstrahlung zwischen 11 und 15 Uhr wenn möglich ganz verzichten. Verschieben Sie also Gartenarbeiten, Sport und sonstige Aktivitäten im Freien auf den Morgen oder den Abend.

2 Welche Auswirkungen hat die Sonne auf verschiedene Hauttypen?

Menschen mit heller Haut reagieren empfindlicher auf UV-Strahlung als dunkelhäutige. Die Wissenschaft unterscheidet zwischen sechs Hauttypen. Hellere Haut enthält weniger Pigmente und hat deshalb auch eine kürzere Eigenschutzzeit als dunklere. Doch auch dunklere Hauttypen sollten sich vor der Sonne schützen, denn auch sie können einen Sonnenbrand erleiden. Informieren Sie sich über Ihren persönlichen Hauttyp, bevor Sie an die Sonne gehen.

3 Was sagt der Lichtschutzfaktor aus?

Sonnencremes gibt es mit Lichtschutzfaktor (LSF) 12, aber auch 20, 30 oder 50. Doch was ist mit LSF überhaupt gemeint? Der LSF sagt aus, wie viel Mal länger Sie sich eingecremt in der Sonne aufhalten können. Und so berechnen Sie, welchen Sonnenschutzfaktor Sie be-

nutzen sollten: Um die Sonnencreme mit dem geeigneten LSF zu finden, teilen Sie also die Sonnenzeit in Minuten durch Ihre Eigenschutzzeit. Diese ist abhängig von Ihrem Hauttyp. Eine Sonnencreme mit LSF 50 schützt also nicht besser vor der Sonne als eine mit LSF 20, sondern einfach länger. Dies gilt jedoch nur bei einer genügend dicken Schicht Creme, und auch dann ist man nicht vollständig vor der Kraft der Sonne geschützt.

4 Wie viel Sonnencreme sollte man auftragen?

Laut einer Faustregel soll sich ein durchschnittlicher Erwachsener für einen ausreichenden Schutz mit mindestens sechs Teelöffeln eincremen. Das sind mit etwa 2 Milligramm pro Quadratzentimeter auf dem ganzen Körper circa 30 Gramm. Auch bei Kindern sollte mit dem Auftragen von Sonnenschutz nicht gespart werden. Durch ihre junge und auch dünnere Haut ist die Barrierefunktion noch nicht vollständig ausgeprägt, und sie reagiert somit viel empfindlicher auf UV-Strahlen.

5 Welche Kleidung hilft am besten gegen die Sonne?

In der Regel schützen Kleider die Haut am besten vor der Sonne. Dicke und dicht gewobene Textilien schirmen die Haut effektiv vor der UV-Strahlung ab. Von Gewebe zu Gewebe gibt es jedoch Unterschiede. So haben Textilien aus Kunstfasern wie etwa Polyester generell eine höhere Schutzwirkung als beispielsweise Baumwolle. Zudem kommt es auf die Farbe an: Dunkle Farbtöne wie dunkelblau oder schwarz lassen weniger UV-Strahlen passieren als helle Farben wie beige oder weiss. Die Kopfhaut schützen Sie am besten mit einem Sonnenhut. Vergessen Sie auch die Sonnenbrille nicht: Achten Sie beim Kauf ausserdem auf eine CE-Kennzeichnung. (eku/gmu)