

Hohe Ehre für Ämtler Psychiater

Fabian Kraxner wurde in Paris mit dem «Early Career Fellowship Price» ausgezeichnet



Fabian Kraxner wurde in Paris für seine Verdienste um die Nachwuchsförderung der Psychiatrie und Psychotherapie ausgezeichnet. (Bild zvg.)

Als erster Schweizer überhaupt durfte Fabian Kraxner aus Hedingen den «Early Career Fellowship Price» der europäischen Psychiatriegesellschaft entgegennehmen. Die hohe Auszeichnung wurde ihm in Paris überreicht.

VON THOMAS STÖCKLI

In 42 Ländern wird er ausgeschrieben, der «Early Career Fellowship Price» der europäischen Psychiatriegesellschaft. Die mit über 80 000 Mitgliedern wichtigste Psychiatrie-Vereinigung des Kontinents zeichnet damit seit 2008 Nachwuchspsychiater aus. Nebst dem Prestige-Faktor sind diese dann in einer aktiven Rolle zum europäischen Psychiatrie-Kongress eingeladen, Anreise und Übernachtungen inbegriffen.

Einer der fünf diesjährigen Preisträger ist Fabian Kraxner, Oberarzt am Spital Affoltern und Gemeinderat in Hedingen. Mit dem Zug ist er nach Paris gereist, um am 25. März die Auszeichnung für seine langjährigen Verdienste um die Nachwuchsförderung der Psychiatrie und Psychotherapie entgegenzunehmen – als erster Schweizer überhaupt.

Klimawandel und dessen Einflüsse auf die psychische Gesundheit

Am Psychiatrie-Kongress vom 25. bis 28. März waren diesmal – nebst dem Austausch von neuen Erkenntnissen in verschiedenen Fachgebieten – der Krieg in der Ukraine und seine Auswirkung

auf die Psyche ein grosses Thema, aber nicht das einzige: Fabian Kraxner leitete einen Workshop zum Thema Klimawandel und dessen Einflüsse auf die psychische Gesundheit. «Mit Temperaturen über 30 Grad nehmen auch Reizbarkeit und Schlafstörungen proportional zu», weiss er. Dazu kommen die Klima-Angst als solche und indirekte Auswirkungen, etwa wenn Naturkatastrophen die Existenz bedrohen, weil der Lebensraum oder auch die Lebensgrundlage gefährdet sind. Kurz gesagt: «Der Klimawandel führt längerfristig zu vermehrten psychischen Belastungen», so Kraxner.

Spannend seien insbesondere die verschiedenen Perspektiven im sehr internationalen Publikum gewesen, blickt Fabian Kraxner zurück. So habe sein Impuls-Vortrag eine lösungsorientierte Diskussion ausgelöst. Das sieht er denn auch als grosses Plus eines solchen Kongresses, wenn man gemeinsam an Themen arbeiten könne, statt jeder für sich im stillen Kämmerlein: «Was in einem Land funktioniert, lässt sich vielleicht auch in ein anderes Gesundheitssystem übertragen.»

Eiffelturm und Musée d'Orsay

Nebst den Aktivitäten am Kongress blieb noch etwas Zeit, die kulturellen und gastronomischen Vorzüge von Paris zu entdecken. So sei er unter anderem auf dem Eiffelturm und im Musée d'Orsay gewesen. Und schliesslich sind ihm auch soziale Kontakte an solchen Kongressen ein Anliegen: «Sich mit guten Freunden und interessanten Gesprächspartnern zu umgeben, stärkt die mentale Gesundheit», so Kraxner.

Neue Gartendeko im Familienzentrum

Am Mittwochnachmittag, 29. März, kreierten im Familienzentrum 15 bastelbegeisterte Mitglieder und Freunde aus PET-Flaschen, Metalldosen und Holzstücken Upcycling-Gartendekorationen.

Zahlreiche bunte Windräder, glitzernde Windspiele, hängende Wildbienenhotels und verspielte Steckblumen fanden Platz im grossen Garten des Familienzentrums. Die Schmuckstücke machen den Spielplatz jetzt noch schöner und kinderfreundlicher und können jederzeit bewundert werden. So oder so gibt es dort einiges zu entdecken.

In diesem Jahr sind noch weitere solche Aktionen geplant, zum Beispiel «Verschönerung des Gartenspielplatzes», wo jede und jeder, ob Klein oder Gross, in einer geselligen Nachmittagsrunde zusammen mit dem Familienzentrum-Team die kreative Hand anlegen, eigene Ideen einbringen und sich so gestalterisch verewigen kann. Familienzentrum

Infos: www.familienzentrum-bezirk-affoltern.ch.



Dekoratives für den Garten. (Bild zvg.)

ANZEIGE

Lass die Natur mal machen.

Für die Magie eines blühenden Gartens braucht es nicht viel, nicht einmal einen Bau- und Gartenmarkt. Die meiste Arbeit macht die Natur sowieso von allein.

Na gut, dann lass sie doch. Lass sie frei. Lass alle Pflanzen Wurzeln schlagen, wachsen, sogar wuchern. Und lass die Vorstellung los, was ein perfekter Garten ist.

Dann erhältst Du nicht weniger als ein Paradies, gestaltet von Wind, Wasser und tierischen Besuchern. Von in der Luft befindlichen Samen.

Plötzlich ist alles ganz einfach: Du musst weniger giessen und düngen. Unkraut ist kein Unkraut mehr, wenn Du es nutzt. Und die schönste Saatmischung ist sowieso der Zufall.

Also lass es zu. Und Du wirst staunen, was Dein Garten alles kann.

hornbach.ch

HORNBACH
Es gibt immer was zu tun.

Spannender Kasperli-Brunch

40 Personen kamen am Sonntag, 26. März, zum ersten Sonntagsbrunch des Jahres ins Familienzentrum Bezirk Affoltern.

Gegen 10 Uhr führten frischer Kaffee und Gipfelduft die angemeldeten Familien in den oberen Saal. Zum reichhaltigen Brunchbuffet gehörten frische Brötchen, Gipfeli, Zopf, fruchtige Konfitüren und Gelees, leckeres Muesli, vitaminreicher Obstsalat, Fleisch- und Käseplatten, verschiedene Salate, süsse Kuchen und Crêmes, sowie warme Waffeln und Crêpes. Im 2. Stock war für die Kinder die Kinderhüeti geöffnet, wo sich alle nach Lust und Laune austoben konnten und somit die Langeweile keine Chance hatte. Um 13 Uhr rief Chantal Perin von Kasperli Zipfelmütze alle Kinder zusammen zu einem spannenden Kasperli-Abenteuer. Der Zauberer, das Krokodil und ein Zaubertrank waren mit an Bord und erzählten eine spannende und amüsante, aber auch lehrreiche Geschichte. Aufgrund der positiven Resonanzen kommt der Kasperli am Sonntag, 17. September, wieder. *Familienzentrum*

Infos: www.familienzentrum-bezirk-affoltern.ch.



Nach dem Brunch bot Chantal Perin ein Kasperli-Abenteuer. (Bild zvz.)

FORUM

Jugendarbeit Hedingen – quo vadis?

Im «Anzeiger» vom 28. Februar war zu lesen, dass in der Stadt Affoltern die Umgestaltung im Jugendtreff weitergeht und dabei die Jugendlichen einbezogen werden. War die Jugendarbeit nicht auch einmal ein Thema in der Gemeinde Hedingen? Ein Rückblick: In der Dorfzeitung (September 2020) war es dem Gemeinderat ein wichtiges Anliegen, die Bedürfnisse der Jugend zu erfassen und den Bereich Jugend anzupassen. Dazu sollte ein Strategieprozess Grundlagen liefern und Massnahmen ergriffen werden – leere Worte ohne Inhalt?

Als erste Massnahme wurde im gleichen Artikel erwähnt, dass auf eine Wiedereröffnung des Jugendtreffs verzichtet wird... Eine Nachfrage im Herbst 2020 beim damaligen Gemeindegeschreiber ergab, dass zum Thema Jugendangebot/-arbeit Strategie-Workshops im Frühling 2021 geplant seien. Über Entscheide werde im Anschluss kommuniziert. Gab es keine Entscheide? Bei einer weiteren Anfrage im Sommer/Herbst 2021 war die Antwort, dass die Jugendarbeit keine Priorität habe, da es keine Beschwerden aus der Bevölkerung

Bunte Luftballons und Zuckerwatte

Girls Night in der Bibliothek Wettswil

Was den Mamas in Wettswil recht ist, ist den Töchtern nur billig. Die Bibliothek Wettswil möchte einen Treffpunkt für alle Generationen im Dorf bieten.

Im vergangenen Jahr wurde erstmals die Ladies Night – mit Wiederholung – durchgeführt und fand viel Anklang bei den Wettswilerinnen. Schülerinnen der Primarschule entdeckten die dekorierte Bibliothek und «mussten» sich die Erzählungen ihrer Mütter anhören. Kein Wunder forderten die Mädchen einen solchen Anlass für sich. Die Bibliothek nahm den Wunsch auf und lud alle Mädchen ab 11 Jahren am 31. März zur ersten Girls Night in die Bibliothek Wettswil ein. Der Andrang war gross, viele Girls meldeten sich gleich in Gruppen an und sogar Gäste aus dem Islisberg durften begrüsst werden.

Verwöhn-Programm

Die Eingangsdekoration mit 100 Ballons entlockte den Besucherinnen gleich «Ahs» und «Ohs». Die ersten Selfies entstanden schon zwischen Tür und Angel. Den alkoholfreien Willkommensdrink genossen die Mädchen sichtlich und begaben sich zielstrebig zum Mittelpunkt der Bibliothek. Diesen kennen sie aus den Besuchen mit den Schulklassen. Die Ideengeberin, Christine Rufener, stellte das Programm vor: Getränke und Essen, Frisuren- und Schminktipp, Fotos mit Polaroidkamera, Disco und Kleidertauschbörse.

Natascha und Fiona von Zollinger Hair berieten die Girls make-up-tech-



Ein Tor aus Luftballons wies zur Girls Night in der Bibliothek Wettswil. (Bild zvz.)

nisch und kreierten Frisuren, wie es nur Profis können. Der Andrang war gross; jedes Girl wollte sich auf diesen Stuhl setzen und verwöhnen lassen. Für die selfie-erprobten Kinder gabs eine Knacknuss: Fotos mit einer Polaroidkamera und einer Erinnerungs-Fotowand. «Wie funktioniert diese Kamera?» «Oh, da kommt ja Papier raus!» «Komm, machen wir ein Selfie!» Was auch gelang...

Auf der kulinarischen Seite erinnerte die Popcornmaschine und der typische Duft an einen Kinobesuch. Die knusprigen Pizzas vom Restaurant Milia's fanden reissenden Absatz, obwohl die Kids offenbar bereits Raclette, Hamburger, Spaghetti zum Abendessen hatten. Und wo blieb jetzt diese angekündigte Zuckerwatte? Da kommt sie: Juliane Rieder mit ihrer Original-Zuckerwattemaschine. Juliane ist Leiterin der Mädchenriege Wettswil und

kennt viele der Mädchen aus dem Turnverein. Die Schlange vor dem Zuckerwattenstand war lang – alle wollten sich gleichzeitig eine «Watte» gönnen. «Was, man kann sogar aus verschiedenen Aromen auswählen?» Zuckerwatte ist eine klebrige Angelegenheit – vor allem wenn sie frisch zubereitet wird; Boden und Regale der Bibliothek konnten abgedeckt werden – Gesichter und Haare der Kinder leider nicht!

Ladies Night am 2. Juni

Fazit der ersten Girls Night: 40 satte, glückliche, klebrige Mädchen; die wiederkommen wollen! Und ein Hinweis für die Mütter und alle interessierten Frauen: Am Freitag, 2. Juni, steigt die 3. Ladies Night in der Bibliothek. Billette sind ab sofort für 20 Franken in der Bibliothek erhältlich. *Karin Auf der Maur*



Lilian Baumgartner (links) und Sonja Estermann mit Kantonsrat Thomas Schweizer bei der Nominationsversammlung. (Bild zvz.)

Grüne nominieren zwei Ämtlerinnen

Die Nominationsversammlung der Grünen Kanton Zürich hat die Nationalratsliste für die Wahlen 2023 beschlossen. Auf der Liste sind auch zwei Kandidatinnen aus dem Bezirk.

Lilian Baumgartner interessierte sich schon als Kind für Politik. Der Schutz der Natur ist für sie ein Herzensanliegen und so war sie Mitglied beim WWF und bei Greenpeace. 2005 zog sie mit ihrer Familie nach Affoltern und gründete zusammen mit Hans Läubli die Grüne Partei im Bezirk Affoltern. Vor ihrem Umzug war sie Kantonsrätin in Zug. Lilian Baumgartner ist Mitglied der Kommission Energie und Klima der Stadt Affoltern, welche das Label Energiestadt anstrebt. Mit einer Petition hatten die Grünen fünf Jahre zuvor genau dies gefordert. Die reformierte Kirche Affoltern hat das vergleichbare Zertifikat «Grüner Güggel» bereits erreicht. Auch in diesem Prozess hat Lilian Baumgartner in der Arbeitsgruppe mitgewirkt. Im Jahr 2022 durfte sie in Affoltern die 1.-August-Rede halten.

Sonja Estermann aus Knonau hat bei den Kantonsratswahlen im Februar 2023 auf dem zweiten Platz ein gutes Resultat erreicht. Nach einer Ausbildung und einigen Jahren Berufserfahrung als Fachfrau Gesundheit absolviert die 29-jährige zurzeit ein Masterstudium im Bereich Geschichte und Germanistik mit

dem Ziel, bald auf Gymnasialstufe unterrichten zu können. Dazu absolviert sie parallel das Lehrdiplom. Klimawandel, Nachhaltigkeit und Biodiversität sind Sonja Estermann besonders wichtig. Sie hat sich als Junge Grüne und in der Klimaschutzbewegung engagiert. Gezielte Massnahmen zur Biodiversitätsförderung sind ihr wichtig, um dem drastischen Insektenchwund entgegenzuwirken. So engagiert sie sich in der Freizeit für die Erhaltung einer vielfältigen Schmetterlingspopulation.

Grüne Bezirk Affoltern

Der «Anzeiger» nimmt Zuschriften an redaktion@affolteranzeiger.ch gerne an. Ein Leserbrief muss mit Namen sowie vollständiger Adresse und Telefonnummer des Verfassers oder der Verfasserin versehen sein und soll in maximal 2000 Zeichen ein Thema aus der Region aufgreifen. Ein Recht auf Publikation eines Leserbriefs besteht nicht. Die Redaktion entscheidet über die Titelseite und behält sich Kürzungen vor. Bitte haben Sie Verständnis, dass wir über nicht publizierte Leserbriefe keine Korrespondenz führen. (red.)

ANZEIGEN

Versicherungs-Ratgeber der Mobiliar

Die Generalagentur Affoltern am Albis der Mobiliar informiert.

Zelt- und Campingferien sorglos geniessen

Eine Spritzfahrt mit dem neu ausgebauten VW-Bus oder zelten auf dem Campingplatz: Der Sommer lockt nach draussen. Mit unseren Tipps sind Sie auch für die Zeit unter freiem Himmel bestens vorbereitet.

Keine Flipflops am Steuer

Trotz Sommerfeeling und Hitze ist vom Fahren mit Flipflops abzuraten. Zwar sind gemäss Strassenverkehrsgesetz bequeme Schuhe nicht verboten, im Schadenfall kann es je nach Fehlverhalten aber zu Leistungskürzungen kommen. Beispielsweise wenn Sie vom Pedal abrutschen und nicht ausreichend bremsen können. Ein Unfall ist schnell passiert – auch wenn Sie nichts dafür können. Werden Sie in einen Unfall verwickelt oder gar verklagt? Dann ist es hilfreich, neben der normalen Autoversicherung Zusatzdeckungen aus der Reiseversicherung eingeschlossen zu haben – besonders im Ausland. Im Notfall bietet diese internationale Pannenhilfe rund um die Uhr oder kümmert sich um Streitigkeiten als Folge des Verkehrsunfalls.

Wohin mit den Wertsachen?

Nur schnell eine Runde im nahe gelegenen See schwimmen: Lassen Sie auf keinen Fall Ihre Wertsachen unbeaufsichtigt im Zelt liegen. Hinterlegen Sie Schmuck, Ausweise und sonstige Wertsachen gegen einen Beleg an der Rezeption Ihres Campingplatzes. Sollte dennoch etwas abhanden kommen, hilft Ihnen die Hausratversicherung weiter. Über die Zusatzdeckung «einfacher Diebstahl auswärts» sind Gegenstände wie Smartphones, Portemonnaie oder Sonnenbrillen bis zur vereinbarten Versicherungssumme gedeckt. Möchten Sie in den Ferien auch auf Ihre liebgewonnenen Erbstücke nicht verzichten, macht je nach Betrag eine Wertsachenversicherung Sinn. Damit ist dann auch die kostbare Uhr des Grossvaters versichert, sollte sie verlorengehen.

Wohnmobil-Interieur richtig versichern

Das Wohnmobil ist für viele wie ein zweites Zuhause und entsprechend ausgestattet. Wer viel Zeit und Geld in den Ausbau investiert hat, sollte auch den Versicherungsschutz gut prüfen. Sogenannte «mitgeführte Sachen», die dauernd im Wohnmobil sind, wie Campingmöbel, Bettdecken und Grill können in eine Motorfahrzeugversicherung eingeschlossen werden. Für alle weiteren Sachen kommt in der Regel die Hausratversicherung auf. Achten Sie darauf, hier den Zusatz «einfacher Diebstahl auswärts» einzuschliessen.

Gerne beantworten wir Ihre Fragen:

Sie erreichen uns unter Telefon 044 762 50 60 oder via E-Mail auf affoltern@mobiliar.ch

Im Schadenfall: 044 762 50 20



Thomas Naef
Generalagentur Affoltern am Albis
Generalagent

die Mobiliar
mobiliar.ch

dema Liegenschaften Pflege

Glas-, Stein-, Gebäude-, Unterhalts-, Fassaden- und Teppichreinigungen
Hauswartungen und Transporte

T 044 761 85 55
www.demaag.ch