Objekttyp: **Miscellaneous**

Zeitschrift: **Tec21**

Band (Jahr): **136 (2010)**

Heft 49-50: **Schutz im Untergrund**

PDF erstellt am: **19.03.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

AN WEIHNACHTEN NICHTS NEUES



01 Abgehängte und mit steuerbaren LED bestückte Lichterketten erzeugen einen dreidimensionalen Lichtkörper über der Zürcher Bahnhofstrasse (Bild: Roger Frei, Zürich)

Dieses Jahr sieht alles anders aus. Oder doch nicht? Die Bahnhofstrasse in Zürich hat eine neue Weihnachtsbeleuchtung. «Lucy» heisst die Lichtinstallation und ersetzt die umstrittenen Leuchtstäbe, die nur fünf Jahre in Aktion waren.

Ob die neue Weihnachtsbeleuchtung wirklich neue Eindrücke verschafft? «Sinnliches Ereignis», «warme Atmosphäre» und «Geborgenheit» sind die Schlagwörter, mit denen «Lucy» von den Initianten im Vorfeld charakterisiert wurde. Versprochen hat man warme Lichtwolken und einen sanften Lichterregen, was seit dem 25. November 2010, der offiziellen Inbetriebnahme von «Lucy», während eines Abendspaziergangs durch die vorweihnachtliche Einkaufsmeile überprüft werden kann. Aber kennen wir das nicht schon?

EMOTIONALE REAKTIONEN

Die 275 Leuchtstäbe von «The World's Largest Timepiece» der Architekten Gramazio & Kohler aus Zürich hatten am 3. Januar 2010 endgültig ausgeleuchtet. Markus Hünig, Präsident der Vereinigung Zürcher Bahnhofstrasse (VZB), erklärt, dass nach den ersten kritischen Stimmen gegen die Leuchtröhren eine Umfrage gezeigt hätte, dass die Weihnachtsbeleuchtung von der Bevölkerung als wenig weihnachtlich, als zu technisch und futuristisch wahrgenommen wurde. Mit erstaunlicher Härte und viel Emotionen wurde die Diskussion um die Absetzung der mittlerweile international bekannten Weihnachtsbeleuchtung geführt. Um die Gemüter zu beruhigen, beschloss die Vereinigung Zürcher Bahnhofstrasse mithilfe von zwölf Sponsoren, einen Studienauftrag für eine neue Weihnachtsbeleuchtung zu veranstalten. Das Team des St. Galler Lichtplaners Charles Keller reichte in Zusammenarbeit mit dem Luzerner Architekten Daniele Marques, dem Zürcher Kunstschaffenden Adrian Schiess und der Firma Artemide aus Mailand das Siegerprojekt «Lucy» ein: 150 000 Licht emittierende Dioden (LED) hängen auf unterschiedlicher Höhe an senkrechten Kabeln. Anders als vor fünf Jahren sind LED, die warmweisses Licht geben, mittlerweile erhältlich und bezahlbar. Vier verschiedene Weisstöne und einige Farbtupfer lassen ein Lichtermeer entstehen, das an den alten, von vielen schwer vermissten Lichterbaldachin erinnert.

BEWÄHRTES REZEPT

Der Bezug zur vorletzten Weihnachtsbeleuchtung sei durchaus gewollt, erklärt die VZB, erinnere «Lucy» doch stark an die 20 000 Glühbirnen, die von 1971 bis 2004 die Herzen und die Atmosphäre erwärmt haben. So gesehen ist der Schritt zurück zu Altbewährtem eine Konsequenz aus der Lektion, die man über die fünf letzten Jahre gelernt hat: Am traditionellsten aller Feste etwas Neues aufzutischen, wird nicht immer goutiert.

Jenny Keller, dipl. Arch. ETH / Architekturjournalistin, text.jennykeller@gmail.com

WEITERE INFORMATIONEN

Bauherrschaft: Vereinigung Zürcher Bahnhofstrasse (VZB), Zürich
Entwurf und Planung: ARGE Daniele Marques, Luzern; Charles Keller, St. Gallen; Adrian Schiess, Zürich
Ingenieure: Kummler + Matter, Zürich
Lichttechnik: Artemide Illuminazione, Mailand
Stahlseile (Längs- und Querseile): 12 000 m
Eigengewicht und Windlasten: 110 t
Zugkraft auf Längsseile: 15 kN
Kristalle: 11 575 Kunststoffgehäuse mit je zwei LED à 0.125 W bestückt
Lichtraster: 3.2 × 2.4 × 1.6 m
Stromverbrauch: 3 kW

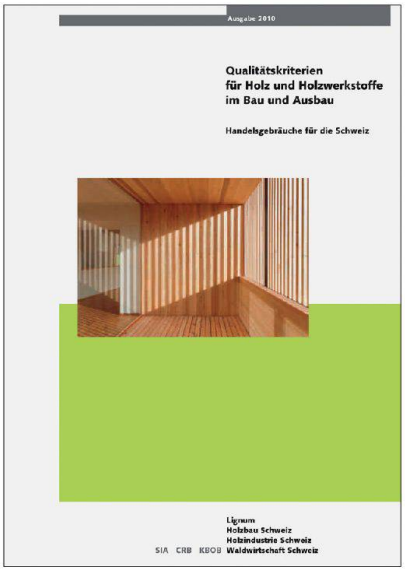
NEUER PRÄSIDENT DER VERLAGS-AG

Walter Joos, dipl. Ing. ETH/SIA und Publizist, ist am 17. November 2010 zum Präsidenten der Verlags-AG der akademischen technischen Vereine gewählt worden.

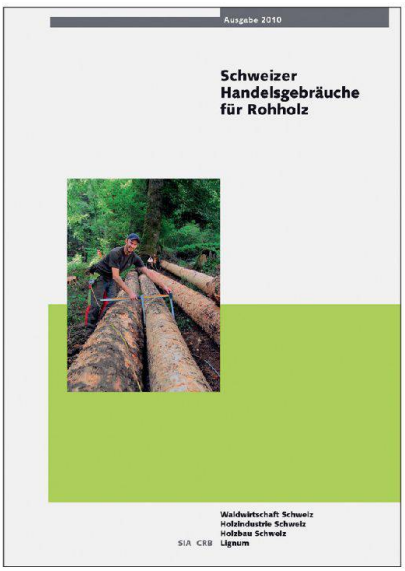
(seatu) Der ehemalige Redaktor der «Schaffhauser Nachrichten» und Inhaber der «Jowal Intelligence GmbH» hat bereits im Frühsommer interimistisch die Nachfolge von Rita Schiess, dipl. Arch. ETH/BSA/SIA, angetreten. Er ist, gemeinsam mit Verlagsleiterin Katharina Schober, für die Umsetzung der neuen Strategie des Unternehmens verantwortlich.
Der mehrheitlich im Eigentum des Schweizerischen Ingenieur- und Architektenvereins (SIA) stehende Verlag, der im vergangenen Jahr einen Umsatz von knapp 3.8 Millionen Franken auswies, besitzt Redaktionen in Zürich, Lausanne und Lugano und beschäftigt sich mit seinen gut 20 Mitarbeitenden in erster Linie mit der Herausgabe der Fachzeitschriften «TEC21», «TRACÉS» und «archi».
Die im Hotel Widder in Zürich tagenden Aktionärinnen und Aktionäre wählten zudem Christiane Brasseur, dipl. Arch. ETH/SIA, als neues Mitglied des Verwaltungsrates. Die beiden bisherigen Verwaltungsräte Jean-Jacques Jacquier, dipl. Ing. ETH/SIA, und Franco Poretti, dipl. Arch. ETH/SIA, wurden als Nachfolger von Walter Joos zu Vizepräsidenten ernannt.

NEUER KNIGGE FÜR DEN HANDEL MIT HOLZ

Seit 1. September 2010 sind in der Schweiz neue Holzhandelsgebräuche in Kraft. Die neuen «Schweizer Handelsgebräuche für Rohholz» umfassen nun nicht allein Regeln für Rundholz, sondern auch für Industrie- und Energieholz. Für Architekten und Planerinnen bieten die neu geltenden «Qualitätskriterien für Holz und Holzwerkstoffe im Bau und Ausbau» gesicherte Grundlagen für eine produktneutrale Ausschreibung von Holz und Holzwerkstoffen.



Qualitätskriterien für Holz und Holzwerkstoffe im Bau und Ausbau. Handelsgebräuche für die Schweiz, Ausgabe 2010.
Hrsg.: Lignum/Holzbau Schweiz/Holzindustrie Schweiz/Waldwirtschaft Schweiz; Partner: SIA/CRB/KBOB. Broschüre im Format A4, 138 Seiten mit zahlreichen Abbildungen. Preis Fr. 75.–, Preis für beide Dokumente im Paket Fr. 117.–



Schweizer Handelsgebräuche für Rohholz, Ausgabe 2010
Hrsg. Waldwirtschaft Schweiz/Holzindustrie Schweiz/Holzbau Schweiz/Lignum; Partner: SIA/CRB. Broschüre im Format 12.5×18 cm. 110 Seiten, Ringbindung, mit zahlreichen Abbildungen. Umschlag und alle Seiten laminiert. Preis Fr. 55.–

Die seit 1983 geltenden Handelsgebräuche für Schnittholz sind in die Jahre gekommen und wurden der Praxis schon lange nicht mehr gerecht. Zudem wurde vor sieben Jahren die Norm SIA 164 durch eine neue Holzbaunorm (SIA 265) ersetzt – seitdem fehlt eine entsprechende Erscheinungssortierung für Bauholz und Hobelwaren. Dazu kommt, dass sich zahlreiche neue Produkte auf dem Markt etabliert haben, insbesondere beim verleimten Vollholz und bei den Massivholzplatten (Brettsperrholz). Dafür fehlten einheitliche Festlegungen. Dies führte beispielsweise dazu, dass im Bauwesen Holzprodukte mit Qualitätsbezeichnungen bestellt wurden, bei denen weder das Produkt selbst noch die vorgegebenen Qualitätsbezeichnungen definiert waren.

MEILENSTEIN FÜR DIE HOLZBRANCHE

2007 wurde über eine Branchenumfrage der Bedarf nach einer Revision der Holzhandelsgebräuche für die gesamte Produktionskette Holz geklärt. Nach dieser Situationsanalyse verständigten sich die Initianten – die schweizerischen Verbände aus Waldwirtschaft, Holzbau und -industrie sowie die Lignum – über Inhalt, Gliederung und Form dieses Projekts. Sie legten zudem die Organisationsform zur Erarbeitung neuer Holzhandelsgebräuche fest.

Die neuen Holzhandelsgebräuche lehnen sich weitgehend an das europäische Normenwerk an. Im Sinne eines nationalen Anwendungsdokuments sind ergänzend dazu landesspezifische Gebräuche und Regeln erfasst. Im Vergleich zum bisher Geltenden ist in der neuen Fassung der Horizont weiter und umfasst Bretter, Kanteln, Hobelwaren, Bauholz inklusive verleimtes Holz und Brettschichtholz sowie die Holzwerkstoffe. Es ist darin definiert, welche Anforderungen ein Produkt ohne spezielle Vereinbarung zu erfüllen hat. Für Bauherren und Architekten herrscht jetzt mehr Klarheit: Die Erscheinungsklassen für erhöhte, normale oder auch nicht definierte Anforderungen an das Aussehen – Auslese-, Normal- und Industriequalität – sind festgelegt. Die Kürzel für die Erscheinungsklassen aller Sortimente sind nun vereinheitlicht: bei Brettern auf 1, 2, 3 usw., bei Hobelwaren und Bauholz auf A, N und I; also gleichbedeutend mit Auslese, Normal und Industrie.

VORTEILHAFT AUCH FÜR DIE ENDKUNDEN

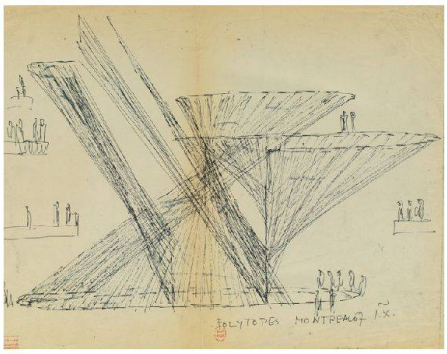
Dieses Projekt zur Neufassung der Holzhandelsgebräuche wurde 2008 mit massgeblicher finanzieller Unterstützung des Aktionsplans Holz (Förderprogramm des Bundesamts für Umwelt BAFU) und des Selbsthilfefonds der Schweizer Wald- und Holzwirtschaft SHF in Angriff genommen. Das Werk wurde zielgerichtet und zügig umgesetzt. Zusammen mit dem Dokument «Schweizer Handelsgebräuche für Rohholz, Ausgabe 2010» ist eine einfache und klare Verständigung im Rahmen der Produktionskette Holz bis hin zum Endkunden gegeben. Nun ist es an den beteiligten Partnern, diese neuen Normierungen durchzusetzen. Dies braucht noch Zeit, denn in den verarbeitenden Betrieben der Holzindustrie müssen die neuen Gebräuche beispielsweise den Mitarbeitenden vermittelt und diese entsprechend ausgebildet werden, darüber hinaus sind sie den Architekten und Ingenieuren bekannt zu machen. Die nun vorliegenden, schlüssig gegliederten Dokumente mit ihren klaren Begriffsdefinitionen werden das Ihre dazu beitragen, dem neuen Knigge für den Handel mit Holz zum Durchbruch zu verhelfen.

Charles von Büren, Fachjournalist,
bureau.cvb@bluewin.ch

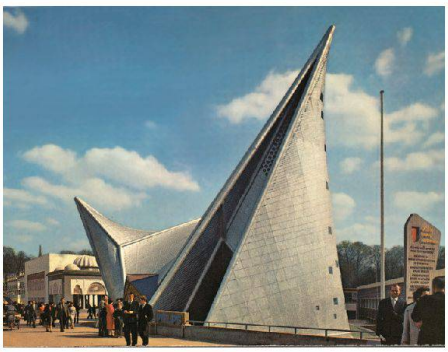
TEC21-LESERSERVICE

Bestellen Sie die hier besprochenen Bücher bequem per Mail! Schicken Sie Ihre Bestellung unter Angabe des gewünschten Buchtitels, Ihres Namens sowie der Rechnungs- und Lieferadresse an leserservice@tec21.ch. Im Regelfall erhalten Sie innerhalb von drei Werktagen von unserem Auslieferungspartner Buchstämpfli die Buchsendung mit Rechnung und Einzahlungsschein. Für Porto und Verpackung werden pauschal Fr. 7.– in Rechnung gestellt.

MUSIKALISCHE RÄUME



01 Studie für den «Polytope de Montréal», ca. 1967, Tinte auf Papier



02 Postkarte des Philips-Pavillons in Brüssel, 1958 (Abbildungen: Iannis Xenakis Archiv, Clichès Bibliothèque Nationale de France, Paris)

Eine Ausstellung zeigt das architektonische Werk des vor allem als Komponist für zeitgenössische Musik bekannt gewordenen Iannis Xenakis und stellt einen Zusammenhang zwischen den grafischen Zeichnungen, den Musik-Partituren und den architektonischen Entwürfen her.

In der ersten amerikanischen Retrospektive des Komponisten, Architekten und Ingenieurs Iannis Xenakis stehen die Zeichnungen, Konzepte und musikalischen Skizzen im Vordergrund. Dies liegt jedoch weniger daran, dass die Ausstellung vom Drawing Center in New York organisiert wurde, als an der Tatsache, dass Xenakis in grafischen und mathematischen Studien sowohl die räumliche Organisation der Klänge als auch deren Orchestrierung zuerst visualisiert hat, bevor er sie schliesslich in Noten oder Skripte umsetzte. Sie bilden sozusagen die gemeinsame Ebene, auf der sich die verschiedenen Berufsfelder des gebürtigen Griechen treffen. Besonders deutlich wird dies in dem eigens entwickelten Kompositionsprogramm «UPIC» von 1977, in dem gezeichnete Formen in elektronischen Sound überführt werden und den direkten Zusammenhang zwischen der Hand und der hörbaren Welt zeigen.

KAUM BEKANNTES WERK

Während Xenakis elektronische Musik zu seinen Lebzeiten auf der ganzen Welt aufgeführt wurde, ist sein architektonisches Werk weniger bekannt. Bisher ging er als Mitarbeiter von Le Corbusier (1947–1959) am Philips-Pavillon in Brüssel 1958 in die Architekturgeschichte ein (vgl. TEC21, 27-28/2010). Dass er für die formale Umsetzung eines Hyperparabols, das ihm am besten für die musikalische Präsentation des elektronischen achtminütigen Stücks «Poème électronique» von Edgar Varese und der farbigen Bildpräsentation von Le Corbusier geeignet erschien, alleine verantwortlich war, hat auch Le Corbusier selbst später eingestanden. Nach der Weltausstellung in Brüssel jedenfalls fand der Architekt ein ausgewechseltes Schloss an der Bürotür vor und war entlassen. Er selbst hatte ein Eintrittsstück von zweieinhalb Minuten für den Pavillon realisiert, was aber ebenso in Vergessenheit geraten ist wie seine Co-Autorschaft. Während Le Corbusier seinem Mitarbeiter eine «magenähnliche Grundrissskizze» überlassen hatte, veränderte dieser die ursprüngliche Idee in einen unregelmässigen sphärisch gekrümmten Raum, wie er freistehend bis anhin noch nicht realisiert worden war.

TON- UND LICHTSPEKTAKEL

Nach seinem Weggang von Le Corbusier arbeitete Xenakis weiter an privaten Aufträgen, die in der Ausstellung erstmals zu sehen sind. Unter dem Begriff «Polytopes» entwickelte er an verschiedenen Orten Musik-Events, wie das 56-Minuten-Stück «Le Persepolis», das 1971 in den Ruinen von Persepolis uraufgeführt wurde. Dieses Stück wurde nun in Los Angeles nachinszeniert.

1967 kreierte er für den französischen Pavillon des Architekten Jean Faugeron den «Polytope de Montréal»: 1200 weisse und farbige Lichter hingen an konischen Stahlkabeln in den Raum und waren so programmiert, dass sich alle 25stel-Sekunde das Muster änderte. Zugleich wurde die Musik von vier Seiten des sechsgeschossigen Raumes über Lautsprecher eingespielt, wobei die Zuhörer auf Plattformen in verschiedener Höhe platziert waren. Für die Anordnung der Zuhörer im Raum und zu den Musikern interessierte sich Xenakis besonders und fertigte dazu 1964 für sein Stück «Terretektorh» verschiedene Studien an. Die Zuhörer sassen in der aufgeführten Fassung unter den 88 Musikern, die in einem Kreis angeordnet waren. Erstere sollten sich von Ort zu Ort bewegen, um je nach der neuen räumlichen Konstellation andere Töne zu hören. Dargestellt hat Xenakis dies in einer baumkronenähnlichen Studie, in der die Bewegungen der Zuhörer als dynamische Kreiszirkulationen abgebildet werden.

HAUS FÜR EINEN KOMPONISTEN

Besonders interessant in der Ausstellung ist das Projekt für ein Wohnhaus des Komponisten Roger Reynold in San Diego, an dem Xenakis von 1984 bis1991 arbeitete. Es handelt sich hier um sein einziges amerikanisches Projekt, aber auch um eines der wenigen von ihm entworfenen Wohnhäuser. Die miteinander zellenähnlich verbundenen Wohnräume sind um ein zweistöckiges Zentrum gruppiert, das wie La Tourette – für dessen Innendesign Xenakis als Projektleiter von Le Corbusier1954 zuständig war – eine ondulierende Glasfassade besitzt, die durch die Unregelmässigkeit der Fensterrahmen zueinander rhythmische Klänge assoziieren. Durch die kontinuitätslosen Übergänge und organischen Formen mutet das Haus wie eine Aneinanderreihung von verschiedenen Stimmungszonen an. Durch die Lage des Grundstückes verteuerte sich das Projekt aber und wurde letztlich nicht umgesetzt.

Lilian Pfaff, Kunst- und Architekturhistorikerin, lpfaff@gmx.net

AUSSTELLUNG

Die Ausstellung «Iannis Xenakis: Composer, Architect, Visionary» läuft noch bis zum 4.2.2011 im Pacific Design Center, Museum of Contemporary Art Los Angeles. Öffnungszeiten: Di–Fr 11–17 Uhr; Sa und So 11–18 Uhr. Weitere Informationen: www.moca.org

KATALOG

Der Katalog zur Ausstellung mit Essays von Ivan Hewett, Carey Lovelace, Sharon Kanach und Makhi Xenakis ist im Webshop des Museums für 25.– US-Dollar erhältlich: www.mocastore.org/collections/exhibition-catalogues

BÜCHER

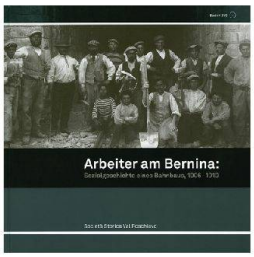
«DAS TUNNELWERK»



Unia/Implenia (Hrsg.): Das TunnelWerk. Neat-Baustelle Sedrun. 2010. 286 Seiten, diverse Abbildungen. D, F, I. 22.5 × 22.5 cm. Fr. 25.–

(nc) Zum Durchstich des längsten Eisenbahntunnels der Welt würdigen die Gewerkschaft Unia und die ARGE Transco den Einsatz der beteiligten Mitarbeitenden mit diesem Buch. Moritz Leuenberger lobt in seinem Vorwort die Arbeit der Mineure, BauingenieurInnen oder PlanerInnen, zu Wort kommen auch Vertreter von Bund, Kanton, SBB oder AlpTransit. Sie lassen die wichtigsten Bauetappen Revue passieren oder berichten von den Herausforderungen während der Bauzeit. Nebst Beiträgen über den Arbeitsalltag auf der Baustelle Sedrun und die Geschichte der heiligen Barbara würdigt das Buch die 580 beteiligten ArbeiterInnen mit einer Fotogalerie.

«ARBEITER AM BERNINA»



Società Storica Val Poschiavo (Hrsg.): Arbeiter am Bernina: Sozialgeschichte eines Bahnbaus, 1906–1910. Desertina Verlag, Chur, 2010. 152 S., Hardcover mit DVD, 21 × 21 cm. Fr. 35.–, ISBN 978-3-85637-392-4

(dd) Die Bahnstrecke über Albula und Bernina ist bezüglich Bautechnik und Linienführung eine Meisterleistung, seit Juli 2008 zählt die Linie der Rhätischen Bahn zum UNESCO-Welterbe. In der Publikation erzählen die Autoren in kurzen Texten aus dem Leben der Arbeiter; von der Bevölkerung auf den Baustellen, von Lohn und Arbeitszeit, von Arbeitsschutz und Unfällen. Neben einer Übersichtskarte der Berninabahn von 1908 enthält das Buch zahlreiche Fotografien sowie eine DVD mit Ruedi Bruderers Film «Strapatschs al Bernina – Fatiche al Bernina – Knochenarbeit am Bernina». Stellvertretend für die vielen Arbeiter erzählen hier Vertreter der Familie Beti die Geschichte der harten Winterarbeit am Bernina.

BÜCHER BESTELLEN

Schicken Sie Ihre Bestellung an leserservice@tec21.ch. Im Regelfall erhalten Sie innerhalb von drei bis fünf Werktagen die Buchsendung mit Rechnung und Einzahlungsschein. Für Porto und Verpackung werden pauschal Fr. 7.– in Rechnung gestellt.

KURZMELDUNGEN

LANGZEITGEDÄCHTNIS IM STOLLEN

Seit 35 Jahren dient der Barbarastollen im Schwarzwald (D) als «Zentraler Bergungsort der Bundesrepublik Deutschland». Der Tunnel des stillgelegten Schauinsland-Bergwerks bei Oberried steht als einziges Objekt in Deutschland unter Sonderschutz nach der Haager Konvention. In 400 m Tiefe sind in über 1450 Behältern die Stationen deutscher Geschichte für die Nachwelt deponiert, gebannt auf Mikrofilm. Am 23. Oktober 1975 wurden die ersten fotografierten Dokumente von hoher national- und kulturhistorischer Bedeutung eingelagert, mittlerweile sind es etwa 881 Mio. Einzelaufnahmen. Die Bandbreite reicht von der Krönungsurkunde Ottos des Grossen aus dem Jahr 936 über Handschriften von Goethe und Schiller bis zum Vertragstext des Westfälischen Friedens von 1648. Die Filme werden in luftdicht verschlossenen Edelstahlbehältern aufbewahrt, in denen durch vorherige Klimatisierung ein staub- und schadstofffreies Mikroklima von 35 % relativer Luftfeuchte und 10 °C erzeugt wird. So ist das Material für mindestens 500 Jahre ohne Informationsverlust lagerfähig, länger als mit jedem anderen aktuell bekannten Speichermedium.

Erik Walner, Informationsdienst Wissenschaft e. V., erik.walner@thyssenkrupp.com

GESUNDE ERNÄHRUNG UNTER TAGE

Einem gesunden Speiseplan der Beschäftigten im Tunnelbau schenkte man bisher zu wenig Aufmerksamkeit. Die ARGE Transco und die Gewerkschaft Unia führten daher mit Spezialistinnen des Zentrums für Arbeitsmedizin, Ergonomie und Hygiene (AEH) sowie der Kantinenbetreiberin Lentini SA während zweier Jahre in Sedrun ein Projekt durch, um die Arbeitnehmenden zu sensibilisieren. Zunächst wurden die Essgewohnheiten erhoben und das Angebot in der Kantine analysiert. Die Spezialistinnen der AEH führten mit dem Kantinenpersonal Workshops zur ausgewogenen Ernährung für Tunnelbauer durch. Auf dieser Grundlage wurden Fact-Sheets erarbeitet und ein Informationsstand aufgebaut, an dem Blutdruck, Body-Mass-Index und Cholesterinwerte gemessen und erläutert wurden. Parallel dazu bekräftigten Plakate die Kernbotschaften des Projekts. Die Ergebnisse wurden Ende Juni 2010 präsentiert: Schichtarbeitende sollten ihre Mahlzeiten möglichst immer zur gleichen Zeit und das Mittagessen in Gemeinschaft einnehmen. In der Nachtschicht ist zum Abendessen eine eiweissreiche und fettarme Mahlzeit zu empfehlen, da die Verdauung nachts träge ist. Mit einer Suppe oder einem warmen Getränk kann dem Absinken der Körpertemperatur entgegengewirkt werden. Ab vier Uhr morgens sollte auf koffeinhaltige Getränke verzichtet werden, um einen erholsamen Tagesschlaf nicht zu stören. Nach zwei Jahren zeigte sich, dass die Arbeitnehmenden bezüglich gesunder Ernährung besser informiert waren. Zentral für das Projekt war das Engagement sogenannter «Multiplikatoren»: Arbeitnehmende, die auf eine gesunde Ernährung achteten und dies gegenüber den Arbeitskollegen propagierten. Ihre Gesundheitswerte konnten deutlich verbessert werden. Allerdings meldeten sich für diese Aufgabe weniger Freiwillige als erwartet.

Dario Mordasini, Gewerkschaft Unia, Gesundheitsschutz/Arbeitssicherheit, dario.mordasini@unia.ch