

Russen planen Hotel im All schon für 2016

Luxuszimmer kreisen bald in 350 Kilometern Höhe um die Erde

MOSKAU (SN, dpa). Die Raumfahrtnation Russland treibt ihr ehrgeiziges Projekt eines Hotels im Weltall forsch voran. Der Konzern RKK Energija präsentiert am Dienstag zur Eröffnung einer Luft- und Raumfahrtmesse in Moskau zum ersten Mal ein Modell des Weltraumhotels mit dem etwas sperrigen Namen „Commercial Space Station“ (CSS). Es soll mit einer Sojus-Rakete ins All geschossen werden.

Das russische Unternehmen Orbital Technologies rechnet damit, dass spätestens 2016 Gäste in die vier Doppelzimmer 350 Kilometer über der Erde einziehen. „Das Projekt soll auch Anleger anspornen, mehr in die russische Raumfahrt zu investieren“, sagte der Vizechef der Raumfahrtbehörde Roskosmos, Vitali Dawydow.

Das Hotelmodul solle 20 Kubikmeter groß sein, vier Kabinen haben und bis zu sieben Menschen zeitgleich beherbergen können. Künftige Weltraumtouristen müssen für ihre Reise mindestens 200.000 Dollar (148.000 Euro) bezahlen. 330 Interessierte ließen sich bereits einen Platz an Bord des All-hotels reservieren und zahlten insgesamt 45 Mill. Dollar an.

Nur noch ein halbes Schnitzel

Gesund. Eine Ernährung mit viel Obst und Gemüse und nur noch halb so viel Fleisch und Wurst wie jetzt schont Herz und Umwelt.

BARBARA MORAWEC

WIEN (SN). Wer die Umwelt schonen möchte, sollte weniger Fleisch essen – das besagt eine Studie der Technischen Universität (TU) Wien. Der Forscher Matthias Zessner vom Institut für Wassergüte und Ressourcenmanagement errechnete, dass die Österreicher mit einer ausgewogenen Ernährung mit viel Obst und Gemüse und wenig Fleisch auch viel für ihre Umwelt tun könnten. Ein bloßer Umstieg auf Biolebensmittel bringe vergleichsweise wenig, sagt der Forscher.

Der Konsum von Fleisch und Wurst müsste in Österreich dazu etwa halbiert werden, Gemüse und Getreide hingegen sollten deutlich häufiger auf Österreichs Tellern landen als jetzt, sagt der Ökologe (siehe Grafik).

Zessner untersuchte mit Kollegen aus anderen Fachrichtungen, welche ökologischen Auswirkungen eine ausgewogenere Ernährung in Österreich hätte. Ergebnis: Gesunde Ernährung schont die Umwelt, spart Ressourcen und Anbaufläche. Auf Bionahrung umzusteigen hat hingegen deutlich geringere ökologische und gesundheitliche Auswirkungen als erwartet. Will man sich und der Umwelt etwas Gutes tun, ist frisches Obst und Gemüse viel wichtiger als Biofleisch.

„Das würde nicht nur Krebsraten reduzieren und Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorbeugen“, sagt Zessner. Der Flächenbedarf für die Ernährung würde durch eine ausgewogenere Ernährung von 3600 Quadratmeter auf 2600 Quadratmeter pro Person sinken. Der Vorteil an seinem Ökomodell: Österreich könnte sich dann ohne Futtermittelimporte selbst versorgen, es bliebe sogar noch zusätzliche Fläche übrig. Diese Umstellung würde nach und nach



„Weniger Fleisch ist gut für die Umwelt.“

Matthias Zessner, Umweltforscher

Bild: SN

zu einer Reduktion des Energieverbrauchs in der Nahrungsmittelherstellung und außerdem zu einem deutlich geringeren Bedarf an Düngemitteln führen.

Besonders relevant wäre dabei der Rückgang an klimaschädlichen Gasen. Zessner: „Etwa zehn Prozent unseres Ausstoßes an klimaschädlichen Gasen fällt in der Nahrungsmittelproduktion an. Eine ausgewogene Ernährung würde etwa ein Drittel davon einsparen. Stark profitieren würden

auch unsere Gewässer, durch die sinkende Belastung mit Stickstoff aus der Landwirtschaft.“

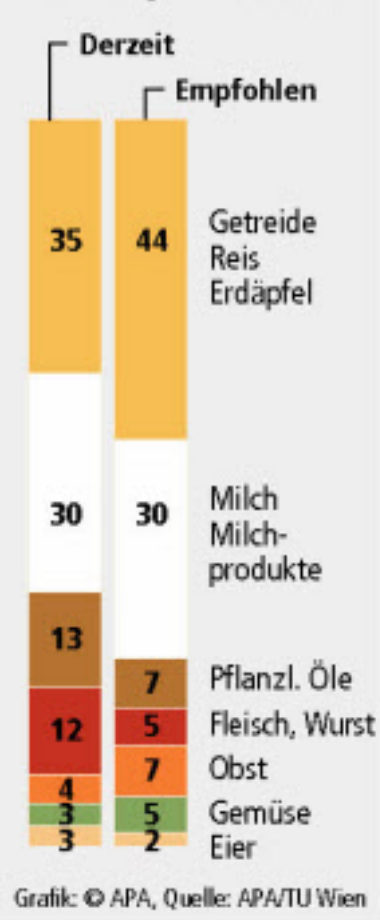
In der Studie wurde auch untersucht, welche Folgen ein Umstieg auf Biolebensmittel hätte. „Die Auswirkungen in Hinblick auf Energiebedarf, Ausstoß klimarelevanter Gase wie Kohlendioxid und Methan und auf die Belastung von Gewässern mit Stickstoff und Phosphor wären gering und nicht unbedingt nur positiv“, meint Matthias Zessner. Die Erzeugung von Biolebensmitteln bedinge zwar einen deutlich eingeschränkten Einsatz von potenziell umweltschädlichen Pflanzenschutzmitteln. Biolebensmittel bräuchten aber mehr Anbaufläche, um den gleichen Ertrag wie mit konventionell produzierten Nahrungsmitteln zu erreichen.

Das Platzproblem der österreichischen Landwirtschaft und damit die Abhängigkeit von Ackerflächen in anderen Erdteilen würde durch Bioproduktion also weiter verschärft, argumentiert Zessner. Einen weitreichenden Umstieg auf Biolandwirtschaft könnten wir uns in Österreich also nur dann leisten, wenn damit eine radikale Reduktion des Fleisch- und Wurstkonsums der Österreicher einhergeht.

Gesünder sind Biolebensmittel auch nicht unbedingt: Was Vitamine und andere Inhaltsstoffe betrifft, gibt es keinen eindeutig nachweisbaren Unterschied zwischen Biolandwirtschaft und konventioneller Produktion.

Ernährung der Österreicher

Kalorienaufnahme nach Art der Nahrungsmittel in Prozent



Bei Rheuma bald operieren

Kleiner Eingriff schützt vor schweren Gelenkschäden

MÜNCHEN (SN). Rheumatische Erkrankungen lassen sich in der Regel mit Medikamenten behandeln. Doch nicht immer gelingt es, das Fortschreiten der Gelenkerkrankung zu verhindern. Eine rechtzeitige Operation kann den Betroffenen dann viel Leid ersparen.

„Rheumapatienten, bei denen Medikamente die Gelenkerkrankung nicht stoppen können, sollten rechtzeitig operiert werden“,

sagt Stephan Schill, Kongresspräsident der Deutschen Gesellschaft für Orthopädische Rheumatologie, die derzeit in München tagt.

„Ziel ist es, die entzündlich veränderte Gelenkschleimhaut zu entfernen, bevor es zu dauerhaften Schäden an Gelenken und Weichteilen kommt.“ Viele Eingriffe können die Ärzte minimalinvasiv mittels Arthroskopie durchführen.

WISSEN KOMPAKT

Täglicher Sport verlängert Leben

PARIS (SN, AFP). Schon eine Viertelstunde Sport jeden Tag soll ausreichen, die Lebenserwartung um etwa drei Jahre zu verlängern. Das fanden taiwanische Forscher heraus. Die Studienteilnehmer, die mäßig Sport trieben, hatten ein um 14 Prozent geringeres Risiko, frühzeitig zu sterben und ein um zehn Prozent geringeres Risiko eines Krebstodes. Dafür reich-

ten schon 92 Minuten sportliche Betätigung pro Woche, also gut 13 Minuten pro Tag. Die Auswirkungen sind unabhängig von Alter und Geschlecht positiv.

Autismusrisiko bei Geschwistern

WASHINGTON (SN, AFP). Das Risiko, dass ein Kind von Autismus betroffen ist, wenn bereits eines seiner älteren Geschwister diese Entwicklungsstörung aufweist, ist deutlich größer als bisher ange-

nommen. Eine Studie der Universität von Kalifornien zeigt, dass das Risiko bei 19 Prozent anstatt wie bisher angenommen bei drei bis zehn Prozent liegt. Bei Buben liegt das Autismusrisiko sogar bei 26 Prozent und steigt auf mehr als 32 Prozent, wenn zwei oder mehr ältere Geschwister autistisch sind. Autismus ist eine tief greifende Entwicklungsstörung, die in den ersten drei Lebensjahren beginnt. Sie betrifft die Fähigkeit zum Denken, Lernen und zur sozialen Interaktion und Sprache.

Was heißt schon alt sein?!

Negative Altersbilder sind in unserer Gesellschaft tief verwurzelt und schränken Handlungsspielräume ein. Sie relativieren sich aber: Alt ist auch anders.

Kaputt. Verbraucht. Schlecht. Das ist Alt. Alt ist aber auch anders: weise, souverän, gelassen. Man denkt an Expertenwissen, an Antikes, dessen Wert über die Zeit erhalten bleibt. Doch alt sein will fast niemand, lang leben aber schon. Jung ist lebendig, frisch, begehrenswert, potent, zukunftsreich. Stopp! Jung ist auch unreif, unwissend, unerfahren, naiv. In den vergangenen Jahrzehnten hat sich der Blick auf die Potenziale des Alters erweitert. Trotzdem wird Alter mehr defizit- als kompetenzorientiert wahrgenommen, obwohl die Mehrzahl der heutigen Senioren vitaler denn je sind.

Alter wird dann zur Kraft, wenn es als Kompetenz gesehen wird. Die Alten haben dann ihre Lebensberechtigung, wenn der Begriff nicht abwertend konnotiert ist, wenn der Begriff „die Alten“ gleichberechtigt neben dem



Begriff „die Jungen“ steht. „Die Älteren“ ist beschönigend, „junge Alte“ erscheint nahezu paradox.

Die Altersbilder, die uns begegnen, entsprechen nicht unbedingt der Realität, sondern bilden Altersstereotype ab. Diese nehmen Einfluss auf das Verhalten gegenüber alten Menschen und auf deren Erleben und Handeln. Wegen einschränkender Altersbilder werden Potenziale verkannt, oder gesellschaftliche Bedingungen erschweren ihren Einsatz.

Alte Menschen haben im Umgang mit Krisen mehr Erfahrung als jüngere. Sie sind zumeist auch erfahrener, was das Entwickeln kreativer Lösungen betrifft. Die

Bremer Stadtmusikanten oder der Film „Young@heart“ zeigen, wie es geht. Sich neu zu erfinden ist ein hoch kreativer Akt. Manche können das natürlich nicht mehr leisten, weil sie Neues nicht mehr integrieren können oder wollen.

Erst durch die Auseinandersetzung ist die Entfaltung persönlicher Identität, Integrität und Lebendigkeit als schaffender Akt möglich. Gelingt es mit diesen Ambivalenzen im Sinne einer Reifung umzugehen, bleiben Kreativität und Lebendigkeit erhalten. Altersbilder relativieren sich dann, neue Facetten eines gelingenden und vor allem individuellen Alter(n)s werden kreiert. Mag. Andrea Weigluni, Klin. und Gesundheitspsychologin, Diplompsychogerontologin. Psychologische Hilfe gibt es auch auf www.kuratorium-psychische-gesundheit.at. Die Hotline des Kuratoriums für psychische Gesundheit lautet: 0664/1008001.

service
SPARPAKETE

SPARPAKETPREIS
statt ab 222,⁹⁰
ab 187,⁹⁰

SPARPAKET
LongLife-Service
z. B. für Golf V Bj 04-05

Wir rollen den Teppich aus!
Für VW bis Bj. '05!

*Ausgenommen Phaeton und Touareg.

LongLife-Service bezieht sich auf 30.000-km-Service laut Herstellervorschrift inkl. Öl, Ölfilter und Mobilitätsgarantie, exkl. Zusatzarbeiten.

Unwerb. empf. Richtpreis in Euro inkl. MwSt. Stand 1.1.2011. Gültig bis auf Widerruf. Ab-Preis bezieht sich auf die gängigste Motorisierung. Sparpakete gibt es für viele weitere Modelle in allen teilnehmenden österreichischen VW Service-Betrieben.