

Bibliothek lädt zum Büchercafé

Baar Rechtszeitig zu Weihnachten findet am 13./14. November in der Bibliothek Baar zum vierten Mal das Büchercafé statt. Das Konzept bleibt unverändert: Interessierte können Büchertipps, Kaffee und Kuchen geniessen, ohne Voranmeldung, ohne Kosten. Die Bibliothek stellt Bücher zum Schenken und Wünschen vor, passend zur Vorweihnachtszeit. (zim/PD)

Hinweis

Büchercafé in der Bibliothek Baar, am Dienstag, 13. November, ab 20.15 Uhr und am Mittwoch, 14. November, ab 8.30 Uhr.

Fussgang bis ans Ende der Schweiz

Zug In Texten und Bildern haben Markus Maeder und Regula Jaeger festgehalten, was sie auf einem Fussgang über alle Berge von Zürich bis nach Genf erlebt haben. In der Bibliothek Zug erzählen die beiden am kommenden Mittwoch von ihren Erlebnissen und zeigen eine Auswahl ihrer schönsten Fotos. (zim/PD)

Hinweis

«Fussgang – von zu Hause über alle Berge bis ans Ende der Schweiz». Mittwoch, 14. November, 19.30 Uhr, Bibliothek Zug.

Grünes Licht für Überbauung

Hünenberg Die Beschwerde am Verwaltungsgericht, welche die Realisierung der Zentrumsüberbauung Maihölzli blockiert hatte, wurde zurückgezogen. Die Baueingabe ist für Anfang 2019 geplant.

Rahel Hug
rahel.hug@zugerzeitung.ch

Die Planung der Überbauung Maihölzli, die im Zentrum von Hünenberg entstehen soll, kann in eine weitere Runde gehen. Nach der Urnenabstimmung vom 24. September 2017 war eine Beschwerde gegen die Teilrevision der Bauordnung sowie die Änderung des Zonenplans eingegangen – was die Realisierung des Projekts über mehrere Monate blockiert hatte.

Nun teilt die Gemeinde mit, dass die Beschwerde am Verwaltungsgericht zurückgezogen wurde. «Zwischenzeitlich haben verschiedene Gespräche zwischen dem Beschwerdeführer und Gemeindevertretern stattgefunden, die zu einer für beide Seiten vielversprechenden, zukunftsorientierten Lösung geführt haben», heisst es in der Mitteilung. Der Hünenberger Bauvorsteher Thomas Anderegg ergänzt auf Anfrage: «Es wurde eine aussergerichtliche Einigung erzielt.» Der CVP-Gemeinderat freut sich sehr, dass nun Klarheit besteht und die Planung weitergehen kann. «Ich bin auf jeden Fall erleichtert. Jetzt kann das Vorhaben konkret werden.»



So soll die Zentrumsüberbauung Maihölzli dereinst aussehen.

Visualisierung: PD

Doch wie sieht die «vielversprechende Lösung» genau aus? In der Mitteilung heisst es, der Gemeinderat beabsichtige, der Stimmbevölkerung im Rahmen der bevorstehenden Gesamtrevision der Ortsplanung eine weitere Umzonung und einen Bebauungsplan im südlichen Teil des Dorfs zum Zentrum zur Abstimmung vorzulegen. Thomas Anderegg

präzisiert: «Es wurde vereinbart, dass für den südlichen Teil des Gebietes im Zentrum ein Bebauungsplan über zwei weitere Parzellen erarbeitet wird, der die Realisierung eines neuen Projekts ermöglichen soll. Dieses soll auf die Zentrumsüberbauung abgestimmt werden. Die erforderliche Abstimmung über die zusätzliche Umzonung und den Be-

bauungsplan erfolgt im Rahmen der Gesamtrevision der Ortsplanung, die – Stand heute – im Jahr 2023 der Stimmbevölkerung vorgelegt werden wird.»

Baustart ist im Jahr 2020 vorgesehen

Der Bebauungsplan Maihölzli umfasst das Gebiet zwischen der Chamerstrasse und dem östlich

«Ich bin auf jeden Fall erleichtert. Jetzt kann das Vorhaben konkret werden.»

Thomas Anderegg
Bauvorsteher

angrenzenden Maihölzliwald. Gegenüber dem Gemeindehaus soll ein Grossverteiler einziehen, der östlich und südlich durch Wohn- und Bürogebäude ergänzt werden soll.

Wie sieht nun der weitere Fahrplan im Hünenberger Zentrum aus? Gemäss Angaben der Bauherrschaft, der Generalunternehmung Jego AG, ist die Baueingabe auf Anfang 2019 geplant. Und der Gemeinderat schreibt: «Mit der Erteilung der Baubewilligung wird bis zirka Mitte 2019 gerechnet und der Baustart ist im Jahr 2020 vorgesehen.»

ANZEIGE

Diabeteserkrankung nimmt weiter zu

Wissen Sie Bescheid über Ihren Blutzuckerwert?

«diabeteszug» führt am **Mittwoch, 14. November 2018, von 13.30 bis 18.30 Uhr im Einkaufszentrum Zugerland in Steinhausen ihre jährliche Info-Veranstaltung durch. Das Programm umfasst nebst Beratungen kostenlose Tests und eine Produktausstellung von Messgeräteherstellern.**

Weltweit erkranken immer mehr Menschen an Diabetes mellitus (2017: 425 Millionen Betroffene), in der Umgangssprache auch Zuckerkrankheit genannt. Die meisten von ihnen sind Typ-2-Diabetiker. Nur etwa neun Prozent sämtlicher Diabetiker haben Typ-1-Diabetes. So steigt auch in der Schweiz besonders die Zahl der Typ-2-Diabetiker.

Dies hängt in erster Linie damit zusammen, dass immer mehr Menschen übergewichtig sind – ein entscheidender Risikofaktor für einen Diabetes mellitus Typ 2. Auch die erhöhte Lebenserwartung führt dazu, dass es immer mehr Menschen mit Diabetes mellitus gibt.

Bis ins Jahr 2045 erwartet man eine Zunahme der Betroffenen auf rund 629 Millionen. In der Schweiz leben schätzungsweise 40 000 Menschen mit einem Typ-1-Diabetes und circa 460 000 Personen mit einem Typ-2-Diabetes. Man muss allerdings von weitaus mehr Diabetikern ausgehen: Da Typ-2-Diabetes lange Zeit keine Beschwerden bereitet, wissen viele Betroffene oft gar nicht, dass sie bereits erkrankt sind.

Entsprechend ist auf typische Symptome, die auf einen erhöhten Blutzuckerwert hinweisen könnten, zu achten: Beispielsweise bei häufigem Wasserlassen und entsprechend vermehrtem Durst, trockener oder juckender Haut, allgemeiner Müdigkeit, schlechter Wundheilung und allenfalls unklarem Gewichtsverlust sollte an einen Diabetes mellitus gedacht werden. Entsprechende Abklärungen beim Hausarzt sind dann angezeigt.

Lifestyle, Tabletten und Insulinspritzen

Ziel jeder Diabetes-Behandlung ist das Vermeiden der sogenannten Spätkomplikationen an Augen, Nieren, Nerven und grossen Blutgefässen im Herz, im Gehirn und an den Beinen unter Berücksichtigung einer guten (gesunden) Lebensqualität.

Bei allen Formen des Diabetes ist eine umfassende Schulung und Instruktion bezüglich Erkrankung, Ernährung und Blutzucker-Selbstkontrolle ein wichtiger Grundpfeiler.

«Durch ausgewogene Ernährung und regelmässige körperliche Aktivität kann, gemäss einer finnischen Studie, das Diabetes-Risiko um die Hälfte reduziert werden. Bei bereits bestehendem Diabetes haben diese Massnahmen einen positiven Einfluss auf die Blutzuckerwerte.»

Cornelia Willi, Leitung Diabetesfachberatung am Zuger Kantonsspital und Vorstandsmitglied von «diabeteszug»

Beim Diabetes mellitus Typ 2 geht es neben der Veränderung des Lebensstils mittels gesunder Ernährung und verstärkten körperlichen Aktivitäten primär häufig um den Einsatz von Tabletten. Werden jedoch bereits zum Zeitpunkt der Diagnose sehr hohe Blutzuckerwerte gemessen, ist eine – meist vorübergehende – Insulintherapie sinnvoll. Damit können die erschöpften Insulin produzierenden Zellen in der Bauchspeicheldrüse entlastet werden. Auch bei längerer Erkrankungsdauer ist der Einsatz von Insulin im Verlauf meist nicht zu vermeiden. Dies kann unter Umständen in Kombination mit Tabletten geschehen.

Beim Diabetes mellitus Typ 1 dagegen ist eine Insulintherapie sofort nach der Diagnosestellung nötig. Die Insulintherapie erfolgt durch

mehrmals tägliche Injektionen ins Subkutangewebe – meist in den Oberschenkel oder den Bauch. Bei Jugendlichen mit Diabetes mellitus Typ 1 werden als Alternative zu den regelmässigen Injektionen von Insulin gelegentlich Insulinpumpen eingesetzt.

Der Schwangerschaftsdiabetes oder Gestations-Diabetes wird, wenn immer möglich, mittels Ernährungsumstellung behandelt. Werden die Blutzuckerzielwerte dadurch nicht erreicht, muss die schwangere Frau jedoch ebenfalls Insulin spritzen. Momentan gibt es noch keine Möglichkeit, den Gestations-Diabetes mit den für den Typ-2-Diabetes benutzten Tabletten zu behandeln.

Informationen, Beratungen und kostenlose Tests

Am Mittwoch, 14. November 2018, von 13.30 bis 18.30 Uhr, haben Sie im Einkaufszentrum Zugerland in Steinhausen (2. OG) die Gelegenheit, Ihr persönliches Diabetes-Risiko abschätzen zu lassen. Lassen Sie sich über Diabetes und vorbeugende Massnahmen informieren und gratis Ihren Blutzucker messen. Pro Senectute Zug, «ortholab – Knecht Technische Fuss-Orthopädie», Lungenliga Zentralschweiz sowie das Amt für Gesundheit sind ebenfalls mit einem Informationsstand vor Ort. So können Sie z.B. kostenlos die Lungenfunktion testen oder prüfen, wie sturz sicher Sie sind. Oder wagen Sie am Stand des Gesundheitsamtes eine Schätzung der Mengen an Zucker, Fett und Kalorien in Getränken und Snacks. Sie werden überrascht sein.



Werden Sie Mitglied!

Jedes Mitglied macht «diabeteszug» stärker und hilft, die Interessen der Diabetikerinnen und Diabetiker besser zu vertreten. Als Mitglied (Jahresbeitrag: CHF 45.–) unterstützen Sie nicht nur eine Institution, sondern profitieren auch von unseren Dienstleistungen:

- 6x jährlich die informative Zeitschrift D-Journal von «diabetes-schweiz»
- Einladungen zu Vorträgen, Aktivitäten und Veranstaltungen
- Diabetes-Hilfsmittel zu den von der Krankenkasse vergüteten Preisen

Anmeldung: Scannen Sie den untenstehenden QR-Code mit Ihrem Mobiltelefon, um direkt zum Anmeldeformular zu gelangen oder melden Sie sich beim Sekretariat.

Sekretariat

Ägerstrasse 52, 6300 Zug
T 041 727 50 64
info@diabeteszug.ch
www.diabeteszug.ch
www.facebook.com/diabeteszug

Beratungen/Materialverkauf

Zuger Kantonsspital
Landhausstrasse 11, 6340 Baar
T 041 399 41 42



< Direkt zur Anmeldung Mitgliedschaft



Ein Drittel aller Diabetiker erkranken in der Schweiz, ohne es zu wissen.

Mach den Test auf diabeteszug.ch/risikotest



www.facebook.com/diabeteszug