



# Zürich 2

Lokalzeitung für Wollishofen, Enge, Leimbach  
und Adliswil

Erscheint 1-mal wöchentlich, am Donnerstag Herausgeber: Lokalinfo AG, Buckhauserstrasse 11, 8048 Zürich Verlag: Tel. 044 913 53 33, Fax 044 910 87 72, www.lokalinfo.ch

## «Vieles in Albanien erinnert mich an Tibet: Die Gastfreundschaft, die Spontanität»

Migmar Dhakysel sammelt in einem Hilfsprojekt Erfahrungen fürs Leben. Neben der karitativen Arbeit macht die Engemer Gymnasiastin noch einiges mehr. Das Projekt hat auch nach Jahren noch Pioniercharakter.

Lars Gubler

Migmar Dhakysel besucht die dritte Klasse des neusprachlichen Gymnasiums in Zürich-Enge. Neben der Schule investiert sie viel Zeit in das sogenannte Juniorenprojekt. Menschen wie Migmar sind aber nicht nur an einem Ort engagiert. So singt sie auch noch in einer Band und ist im Verein der tibetischen Jugend in Europa aktiv. «Ich sitze aber dennoch manchmal zuhause herum. Und die Schule darf natürlich nicht zu kurz kommen», sagte Migmar. Sie ist eine von vier Juniorinnen, die im Herbst 2007 nach Albanien reisen durfte. Die Eindrücke der Reise und die Gespräche mit ihren Kolleginnen hätten ihr Interesse für die Politik geweckt, sagte Migmar.

### Helfen und lernen

Es ist noch immer eines der ärmsten Länder Europas, obwohl nur zwei Flugstunden von der Schweiz entfernt. Albanien kann sich erst langsam aus politischen Wirren befreien, während Jugendliche in direktem Kontakt grosse Hilfe im Bildungswesen leisten. Seit 1994 verfolgen die Kantonsschullehrer Nicole Delavy und Pietro Tomasini mit ihrer Hilfsorganisation das Wohl der Menschen. Was damals unter dem Namen «Partner für Gjirokastër» startete, musste im Jahr 2001 einer Neustrukturierung unterzogen werden und heisst nun International Project Aid (IPA). Die Organisation ist inzwischen mit dem ZEWO-Gütesiegel



Migmar Dhakysel (r.) setzt sich für die Entwicklung Albaniens ein. Hier besucht sie ein Altersheim in Gjirokaster. Foto: zvg.

zertifiziert worden. Heute besteht die Arbeit darin, Projekte wie Renovationen von Schulen oder den Betrieb eines Waisenkindbüros zu planen, umzusetzen und schliesslich der Bevölkerung zu übergeben. Einen wichtigen Teil zum Erfolg von International Project Aid trägt das Juniorenprojekt bei. Es ist ins Leben gerufen worden, nachdem aus dem Verein, der stark mit der Kantonschule Enge in Zürich verbunden war, die professionelle Organisation für Entwicklungszusammenarbeit wurde. Denn von Anfang an waren es Gymnasiasten in der Schweiz, die viel Arbeit bewältigten und so ausserhalb des regulären Unterrichts etwas über Entwicklungsländer und die internationale Zusammenarbeit lernten. Keine graue Theorie, sondern praktisch mitgetragene Arbeit und Verantwortung.

### Runterkommen und lachen

Ihren ausgeprägten Gerechtigkeits-sinn kommentiert Migmar pragmatisch: «Irgendjemand muss den Leuten in Albanien ja helfen. Deshalb arbeite ich gerne für IPA.» Wie diese Arbeit aussieht, erfährt man auf eindrückliche Weise an einer Junioren-Sitzung im Büro der Hilfsorganisation in Zürich-Enge. Acht junge Menschen kommen hier alle zwei Wo-

chen zusammen, um das aktuelle Projekt und hängige Fragen zu klären. «Meine Damen», sagt Nicole Delavy, die Leiterin des Junioren-Projekts. Darauf beruhigt sich die Runde, und es wird ernsthaft an die Traktanden gegangen. Denn die jungen Helferinnen sollen nicht nur helfen, sondern auch lernen. Migmar schildert die Arbeit im Büro so: «Trotz der Seriosität wird viel gelacht. In Albanien hingegen, wenn wir Schulhäuser besuchen, kommen wir runter.»

Natürlich gingen auch die negativen Eindrücke nicht spurlos an Migmar und ihren Kolleginnen vorbei. Auf ihrer Reise besuchten sie vor allem Schulen, medizinische Zentren und Sozialprojekte wie Waisenkindbüros, einen Behindertenverein oder ein Altersheim. Auf dem Land habe ein Schulleiter gesagt: «Die Leute in der Stadt haben uns vergessen.» Die Herausforderung für Albanien sieht Migmar darin, traditionelle Werte wie Hilfsbereitschaft beizubehalten und sich trotzdem weiterzuentwickeln. Als sie dann wieder zuhause in der Schweiz war, sei sie traurig gewesen. Sie habe sich gefragt: Warum können wir nicht mehr machen? Und so will sie sich weiterhin engagieren.

Fortsetzung Seite 5



## Zeugen der Zerstörung

Der Brand im Modelleisenbahngeschäft an der Gotthardstrasse 54 wirft nach wie vor Fragen auf. Verkauft wurden auch Feuerwerkskörper, was den zerstörerischen Vollbrand noch beschleunigte. Die Stadtpolizei sucht immer noch Zeugen, wie sie auf Anfrage betonte: Tel. 044 247 22 11. Unser Bild zeigt einen Blick in das geräumte Ladenlokal – der Russ hat gruselige Abdrücke hinterlassen. Foto: ls.



## 50 Jahre Tennisclub Leimbach

Ist das der kommende «Fedi»? Am Samstag feiert der Tennisclub Leimbach sein 50-jähriges Bestehen. Show-Tennis, unverbindliche Tennis-Probeaktionen, lustige und spannende Spiele für Jung und Alt stehen auf dem Programm sowie ein Kinderhütendienst, damit anwesende Eltern unbeschwert den Filzball übers Netz schlagen können. 11 bis 18 Uhr, Kleeweidstrasse 105. Weitere Infos: www.tcleimbach.ch Foto: zvg.

### Bald Doppelvertretung?

Schon im ersten Wahlgang wurde der Fraktionschef Daniel Leupi aus Wollishofen zum zweiten Stadtratskandidaten der Grünen neben der bisherigen Ruth Genner nominiert. Gibts bald zwei Stadträte aus dem Kreis 2? Seite 5

### Gesucht: Respekt

Erinnern Sie sich an die Schlagzeilen von Anfang März 2009? In allen Medien war zu lesen, zu sehen und auch zu hören, dass es im Pflegeheim Entlisberg zu ungeheuerlichen Vorkommnissen gekommen ist. Ein Kommentar. Seite 7

### «Züri läbt»

Der Stadelhoferplatz wird umgestaltet. Trotzdem erreichen die Fahrgäste der VBZ ihr Ziel. Auch im Sommer wird einiges geboten: Gemeinschaftszentren, Plättli-Zoo, Trampolino und vieles mehr. Mit Wettbewerb. Ab Seite 11

## «Vieles in Albanien erinnert mich an Tibet»

Fortsetzung von Seite 1

Doch sie fügt an: «Viele Junioren hören vor der Matur auf, damit sie sich auf das Lernen konzentrieren können.»

### «Ich hatte keine Angst, sondern Vorfreude»

«Durch meine Reise nach Albanien habe ich auch die Albaner in der Schweiz bewusster wahrgenommen», erklärt Migmar eine Wirkung des Projekts. Sie selber hat tibetische Wurzeln, wurde jedoch in der Schweiz geboren. Vieles in Albanien habe sie an Tibet erinnert: die Gast-

freundschaft, die Spontaneität. Auf die Frage, ob sie vor der Reise Angst gehabt habe, antwortet die Gymnasiastin deutlich: «Ich hatte keine Angst, sondern Vorfreude.» Vielleicht ist die Sicherheit Migmars auch dadurch zu erklären, dass ihre tibetischen Grosseltern im indischen Exil leben. So erwartete sie vor der Reise auch keinen Kulturschock.

International Project Aid, Bederstrasse 97, 8002 Zürich, Tel. 044 381 20 24, Fax 044 381 20 25, E-Mail info@project-aid.org, Internet: project-aid.org. Bankverbindung: UBS, 8098 Zürich, PC 80-2-2, 206-233338.40P, Einzahlungen für Juniorenprojekte: 206-233338.41K.t



Migmar Dhakyel (2.v.l.) zusammen mit ihren Kolleginnen in Albanien.

## SP1 und 2 nominiert Kandidaten

Mit zwei Frauen an der Spitze tritt die SP 1 und 2 an den kommenden Wahlen für das Stadtparlament an: Fiammetta Jahreiss-Montagnani, letzjährige Gemeinderatspräsidentin, und Marianne Spieler Frauenfelder sind die Topkandidatinnen. Darauf folgen Andrew Katumba und Bernhard Jüsi auf der Kandidatenliste. Auf den Plätzen 5 bis 8 setzt die SP auf Renate Fischer, Pawel Silberling, Edi Guggenheim und Petek Altinay. Die Wahlen für den Gemeinderat 2010 bis 2014 finden im Frühling 2010 statt. (zb.)

## Leimbach-Grümpi am Wochenende

Zum 4. Mal findet an diesem Wochenende das Grümpi in Leimbach auf dem Areal des Schulhauses Sihlweid statt. Das Teilnehmerfeld verspricht wieder grosse Attraktivität. Nach der Euro 2008 findet also hier ein weiteres Fussball-Grossereignis statt. Neben dem Spiel mit dem runden Leder sind auch die Geschicklichkeit im Korbball sowie Kraft und List im Seilziehen gefragt. «Gespannt sind wir auch wieder auf die Auswahl der lustigen Kostüme», so Martin Guglielmetti vom OK. (zh2.)

## Punktlandung für Daniel Leupi

Schon im ersten Wahlgang wurde Fraktionschef Daniel Leupi zum zweiten Stadtratskandidaten neben der bisherigen Ruth Genner nominiert. Nun will man der FDP einen Stadtratssitz abluchsen.

Dass die Mitgliederversammlung der Grünen im Blauen Saal des Volkshauses stattfand, gehört offensichtlich zum Programm der Grünen. Erklärtes Ziel ist es, 2010 einen zweiten Stadtratssitz zu erobern. Höchstwahrscheinlich auf Kosten der zerstrittenen Bürgerlichen. «Die FDP (Ja, die Blauen) musste einen Bierbrauer zum Kandidaten prügeln», meinte vergangene Woche Grünen-Parteipräsident Markus Kunz leicht hämisch. Und fügte sogleich selbstkritisch an, «es sei ein kleiner Systemfehler» passiert und dass heute darum wieder alle vier internen Kandidaten zur Auswahl stünden: Pierino Cerliani («Als Architekt möchte ich am liebsten das Hochbaudepartement übernehmen»), Christoph Hug («Ich bin den Grünen seit 25 Jahren mit Haut und Haar verfallen»), Heidi Bucher-Steinegger («Die Vereinbarkeit von Familie, Beruf und politischem Engagement ist meine tägliche Herausforderung»), sowie Daniel Leupi («Mir schwebt eine Stadt vor, die sich nicht mehr am



Ruth Genner und Daniel Leupi wollen künftig zusammen regieren.

grossfirmenorientierten Mercer-Städte-Rating, sondern am Sustainable-City-Ranking orientiert, also die Lebenssituation von allen Menschen misst»). Die Abstimmung nach mehr oder weniger geglückten Selbstdarstellungen und Patenreden verlief spektakulär klar: Daniel Leupi machte, ähnlich wie Ruth Genner vor über einem Jahr, schon im ersten Wahlgang das Rennen.

Der 43-jährige Familienvater aus Wollishofen hat laut Genner, der Vorsteherin des Tiefbau- und Entsorgungsdepartements, gute Chancen, 2010 ebenfalls Einsitz in den Stadtrat zu nehmen. «Dass dann zwei Vertreter aus dem gleichen Quartier kämen, wäre absolut kein Problem», findet sie. Für die ehemalige Grünen-Stadträtin Monika Stocker ist Leupi die ideale Ergänzung zu Genner. «Er zeigt die Palette der Grünen

auf und hat ein gutes Verhältnis zur SP, aber auch zum gesamten politischen Establishment geschaffen.»

Leupi, der unter anderem als Geschäftsführer der «slowUp» (der regionalen autofreien Erlebnistage in der Schweiz) tätig ist, sitzt seit 2002 im Gemeinderat und führt seit drei Jahren die 15-köpfige Fraktion der Grünen.

### Der Wollishofer Gewerbler

Er ist unter anderem Vorstandsmitglied von Pro Natura Zürich und – als Mitglied des städtischen Gewerbevereins – im Initiativkomitee der KMU-Entlastungsinitiativen. Nun will er nach dem Motto «Gring abe u seckle» alles geben, um für die Grünen einen zweiten Stadtratssitz zu erobern und so für eine rotgrüne Mehrheit zu sorgen. Die Wahlen finden in gut neun Monaten statt. (ls.)



Die Ausmarchung um die zweite Stadtratskandidatur der Grünen bewegte auch das «Zürich 2»-Gebiet: Gaby Faerber vom Quartiertreff Enge, Roberta Weiss vom GZ Wollishofen und Claudia Seeberger vom Kindertheater Purpur waren auch dabei. (v.l.)

Fotos: ls.



Tina Aeberli, 4-fache Footbag-Weltmeisterin aus Wollishofen, will 2010 als Gemeinderatskandidatin der Grünen antreten.

## VON MIR PERSÖNLICH – FÜR SIE PERSÖNLICH

# ADHS – die Geschichte vom Zappelphilipp

Wer kennt sie nicht, die Geschichte vom Zappelphilipp: «Ob der Philipp heute still wohl bei Tische sitzen will.» Also sprach in ernstem Ton der Papa zu seinem Sohn, und die Mutter blickte stumm auf dem ganzen Tisch herum. Doch der Philipp hörte nicht, was zu ihm der Vater spricht. Er gaukelt und schaukelt, er trappelt und zappelt auf dem Stuhle hin und her. «Philipp, das missfällt mir sehr!»

Auf eindrucklichste Art und Weise beschreibt Dr. Heinrich Hoffmann ein hyperaktives Kind. Ein Kind, das weder stillsitzen noch zuhören noch ruhig sein kann. Durch Hoffmann bekommt ADHS (Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitäts-Syndrom) ein Gesicht.

In jüngster Vergangenheit wurde dieses Thema viel beschrieben, analysiert und wegen der Medikamentenabgabe kontrovers diskutiert. Die klassischen Symptome eines ADHS sind motorische Unruhe, ständiges und zielloses Bewegungsbedürfnis, geringe Konzentration und Ausdauer, leichte Ablenkbarkeit, Neigung zu impulsivem Verhalten und zudem geringe Teilleistungsschwächen. Von ADHS

betroffene Kinder leiden zwar an einschränkenden Symptomen, sind aber keinesfalls minderintelligent.

### Genetisch bedingt

Mittlerweile ist bekannt, dass das ADHS genetisch bedingt und auf eine neurobiologische Funktionsstörung in gewissen Hirnabschnitten zurückzuführen ist. Das Gehirn kann unwichtige, innere wie auch äussere Reize und Impulse schlecht hemmen und ausfiltern, was schliesslich zu



Géraldine May.

Foto: zvg.

den oben erwähnten Symptomen führt. Die von den Schulmedizinern abgegebenen Substanzen wie z.B. Ritalin verbessern die Konzentrationsfähigkeit der betroffenen Kinder und vermindern dadurch die Symptome.

Nicht nur ADHS, sondern auch viele andere Entwicklungsstörungen können mit den Symptomen einer Hyperaktivität einhergehen. Eine ausführliche Familienanamnese beim Kinderarzt oder Psychologen ist im Sinn einer sicheren Diagnose unumgänglich. Ist die Diagnose gestellt, liegt es im Ermessen des behandelnden Arztes und der Eltern zu entscheiden, ob und wie weit das Kind mit Stimulanzien behandelt werden soll. Unabhängig davon ist es aber wichtig, auf einige Dinge zu achten:

- Die so genannte Verhaltenstherapie hat sich im Umgang mit ADHS-Kindern sehr bewährt. Das Konzept baut auf einfachen Methoden auf und führt das Kind über kleine Schritte und viel Struktur zu mehr Selbstständigkeit.
- Finden Sie einen belohnungs- und feedbackorientierten Umgang mit

Ihrem Kind. Denn seiner mangelnden Selbstwahrnehmung wegen ist es umso wichtiger, regelmässige und verlässliche Rückmeldungen zu geben.

- Achten Sie darauf, dass Ihr Kind genügend Bewegung und Ausgleich hat. Körperliche Anstrengung und mentale Herausforderung (Memory, Schach etc.) sollten wenn möglich kombiniert werden.

- Einmal mehr darf man die Einflüsse der Ernährung nicht vergessen. Industriezucker (Süssigkeiten und Softgetränke) führen zu einem schnellen Anstieg und Fall des Blutzuckerspiegels. Dies ist nicht nur für den Körper, sondern auch für den Geist ermüdend und führt zu emotionaler Unausgeglichenheit. Versuchen Sie deshalb, Ihr Kind auch in Bezug auf die regelmässige und ausgleichende Ernährung zu unterstützen.

### Auszeiten tanken, bitte

Vergessen Sie bei all der Hilfe für Ihr Kind sich selbst nicht. Gönnen Sie sich Auszeiten, tanken Sie auf und geben Sie in Momenten der Überforderung und Verzweiflung Ihren Gedanken Raum. Professionelle Unter-

stützung etwelcher Form (Gesprächs- oder Körperarbeit, Pflanzenheilkunde etc.) kann Entlastung bringen. Ihr Kind wird Ihnen die Arbeit an sich und für sich danken. Es nimmt auf, dass Sie auch Gutes für sich tun und reagiert darauf positiv. Wahrscheinlich wird es in jener Zeit, die Sie für sich beanspruchen, Bilder malen, in Gedanken phantastische Baumhäuser entwickeln und Menschen retten.

Diese Informationen stellen bei längerem Krankheitsverlauf keinen Ersatz für professionelle Beratungen oder Behandlungen durch Therapeuten, Ärzte oder Apotheker dar. Die Einnahme von klassischen Medikamenten wird durch die obgenannten Tipps nicht ausgeschlossen.

Géraldine May ist Phytotherapeutin (Pflanzenheilkunde), Ernährungsberaterin sowie Naturheilpraktikerin mit Schwergewicht Körperarbeit. Sie hat Ihre Praxis «lebensraum & entwicklung» an der Waffenplatzstrasse 84 in 8002 Zürich. Zuhause ist sie in Adliswil. Als Publizistin schreibt Sie einmal im Monat zu Themen rund um Mensch und Körper. Weiterführende Informationen finden Sie unter [www.geraldine-may.ch](http://www.geraldine-may.ch)