



Sylvia Schüpbach,  
Präsidentin Stiftungsrat/  
présidente du Conseil de fondation

### Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser

*aha!* stellt Betroffenen zu den Themen Allergie, Haut und Asthma Informationen zur Verfügung, die es ihnen ermöglichen, ihren Gesundheitszustand in Selbstverantwortung zu optimieren. So steht es im Leitbild der Organisation. Dazu beizutragen hat mich gereizt, und so zögerte ich vor ein paar Jahren nach einer Anfrage nicht, dem Stiftungsrat beizutreten. Anders als man es sich etwa von einer Allergie wünscht, hält dieser Reiz seither unvermindert an, und so habe ich mich diesen März sehr gerne zur Präsidentin des Stiftungsrats wählen lassen.

In den letzten Jahren konnte ich miterleben, wie sich *aha!* immer besser positionierte und in das Bewusstsein einer stets breiteren Öffentlichkeit rückte. Auch die Zusammenarbeit mit Forschung und Medizin wurde intensiviert. Heute ist *aha!* aus dem Alltag Allergiebetroffener nicht mehr wegzudenken und besonders das Gütesiegel von *aha!* ist zu einem Begriff der Produktsicherheit für sie geworden.

Die Organisation verfügt über einen hohen Grad an Professionalität, so auch in der Beschaffung der finanziellen Mittel für ihre Dienstleistungen. Dennoch hat selbstverständlich auch *aha!* mit den Auswirkungen der Wirtschaftskrise zu kämpfen. Wie stark sich diese äussern werden, kann noch nicht gesagt werden. Sicher aber werden wir die Situation meistern, und zusammen mit Ihrer Unterstützung wird *aha!* ihr Angebot noch weiter verfeinern können.

■ Sylvia Schüpbach, Präsidentin Stiftungsrat

### Chère lectrice, cher lecteur,

Comme le stipule son plan directeur, *aha!* met à la disposition des personnes atteintes des informations sur les thèmes de l'allergie, de la peau et de l'asthme pour leur permettre de prendre eux-mêmes en charge leur état de santé. C'est ce qui m'a donné envie d'apporter ma contribution et quand on m'a sollicitée il y a quelques années, je n'ai pas hésité un instant à accepter d'entrer au conseil de fondation. Cet enthousiasme est resté intact, me poussant à me faire élire en mars dernier présidente du conseil de fondation.

Ces dernières années, j'ai pu assister à l'amélioration constante du positionnement d'*aha!* ainsi que de sa notoriété auprès du grand public. La collaboration avec le domaine de la médecine et de la recherche a elle aussi été intensifiée. Aujourd'hui *aha!* fait partie intégrante de la vie des personnes atteintes d'allergie et le label de qualité *aha!* est devenu pour eux synonyme de sécurité des produits. L'organisation peut se prévaloir d'un haut niveau de professionnalisme, également dans l'acquisition des fonds nécessaires pour ses prestations de services. Si *aha!* ne peut espérer être épargnée par la crise économique qui frappe le monde entier, nous ne savons pas encore à quel degré elle en sera affectée. Mais ce qui est sûr, c'est que nous avons la situation bien en main et que nous allons pouvoir, avec votre soutien, améliorer encore notre offre.

■ Sylvia Schüpbach, présidente du Conseil de fondation

■ Traduction : Rolf Lütthi Übersetzungen AG, Berne

## Inhalt | Sommaire

### ■ aha!news

- 4 Dies & Das | De choses et d'autres
- 5 Der Stiftungsrat von *aha!* in neuer Zusammensetzung
- 6 Der Nationale Allergietag ist lanciert
- 7 La Journée Nationale de l'Allergie est lancée
- 9 Gut informiert im *aha!*forum
- 10 Ski ahoi bei bester Schneelage – im *aha!*kinderlager
- 12 Einsatz pur unter prominenter Anleitung
- 13 Wo man singt, spielt und isst, lass dich nieder ...
- 24 Neue Produkte mit dem Gütesiegel von *aha!*
- 25 Agenda
- 26 *aha!*infoline
- 35 Impressum /Vorschau

### ■ Gesundheit | Santé

- 15 Allergie-Selbsttest – was meinen die Apotheker?
- 16 Küchenschaben, Crevettencocktail, Golfferien – mit Allergien reisen
- 18 Cafards, cocktail de crevettes, vacances de golf – voyager avec des allergies
- 20 Sommer und Pollen

### ■ Hintergrund | Toile de fond

- 21 Ambrosia – was bringt die Bekämpfung?
- 22 Chlorfreies Schwimmen im eigenen Garten
- 23 Se baigner dans une eau non chlorée
- 27 Gesundheit für alle
- 30 Erkenntnisse in Bezug auf Enzyme und Allergien
- 31 Les enzymes et les allergies
- 32 Fast Food und trotzdem vollwertig essen
- 33 Kreuzworträtsel
- 34 Ratgeber

*Die harmlose, jedoch sehr beeindruckende Raupe des Ligusterschwärmers (Sphinx ligustri) ist ausgewachsen etwa 90–100 Millimeter lang. Der Nachtfalter mit dickem, ca. sechs Zentimeter langem Körper und einer Spannweite von 80–120 Millimetern, lebt bevorzugt auf Liguster, Flieder und Eschen (Ölbaumgewächse). Sein Verbreitungsgebiet: von Portugal, Spanien bis in den Ural und Westsibirien; Algerien, Marokko und Tunesien sowie Nordtürkei, nicht aber in Irland, Schottland, Nordskandinavien, Ibiza und Mallorca.*

*Le sphinx du troène est un lépidoptère appartenant à la famille des Sphingidae. Le papillon nocturne est un des plus grands sphingidae européens (remarquable est aussi la taille, forme et couleur de sa chenille). C'est une espèce qui a été introduite hors de son aire d'origine ; en Australie, au Canada, en Nouvelle-Zélande et aux Etats-Unis où elle est devenue invasive. Elle s'est naturalisée dans les hauteurs du Mexique et localement en Argentine. Son période de vol est mai–août (1–2 générations).*

Foto: magpoint.biz

