

# Die Pflanze tut nicht nur dem Herzen gut, sondern auch der Biodiversität

**Raps** Er polarisiert: Raps stinkt oder duftet, je nach Nase. Fachpersonen erklären, warum das Öl so gesund ist – und welche wichtige Funktion die gelb blühende Pflanze für Bienen und andere Insekten hat.

Sabin Gfeller

Manche Leute finden, er stinke. Für andere riecht er nach Sommer. Raps blüht gefühlt überall, färbt die Felder gelb und gibt zu reden. Die Frage geht um: Ist er nun äusserst gesund – oder eben doch nicht? Und bekommen Rehe davon tatsächlich Blähungen? Wir haben Antworten auf die drängendsten Fragen zum Kreuzblütengewächs.

## — Ist Rapsöl gesund?

Es zählt zu den empfehlenswertesten Speiseölen, hält Lia Bally fest. Sie leitet die Ernährungsmedizin am Inselspital in Bern. Rapsöl enthält einen hohen Anteil an ungesättigten Fettsäuren – insbesondere der Alpha-Linolensäure. Diese pflanzliche Omega-3-Fettsäure ist essenziell für den Körper, er kann sie jedoch nicht selbst herstellen. Sie hat einen positiven Effekt auf die Blutfette und ist antientzündlich. Bereits ein bis zwei Esslöffel Rapsöl pro Tag tun Herz und Blutgefässen gut.

## — Warum sollte man Raps kalt pressen?

Beim Kaltpressen wird Rapsöl schonend ohne starke Hitze gewonnen. Dadurch bleiben laut Bally mehr natürliche Begleitstoffe wie Vitamin E und sekundäre Pflanzenstoffe erhalten, die antioxidativ wirken. Entsprechend ist es gesünder als das raffinierte Rapsöl. Das Fettsäureprofil bleibt bei beiden ungefähr gleich.

Kaltgepresstes Rapsöl reagiert stärker auf Sauerstoff und sollte ausschliesslich für kalte Speisen verwendet werden, zum Beispiel für Salatsauce. Zudem empfiehlt Bally eine kühle, dunkle und luftdichte Lagerung, um die empfindlichen Inhaltsstoffe zu schützen.

## — Wozu ist raffiniertes Rapsöl gut?

Es gibt zwei raffinierte Öle. Das raffinierte HOLL-Rapsöl ist hitzestabil und eignet sich zum Anbraten oder Frittieren. Es enthält jedoch laut der Ernährungsexpertin deutlich weniger Alpha-Linolensäure.



Raps entzückt – oder lässt Leute die Nase rümpfen. Hier Blüten vor den Bergen in Burgistein. Foto: Adrian Moser

## «Heute ist Rapsöl der wichtigste Ersatz für Palmöl.»

Jürgen Jost

Agrargenossenschaft Fenaco

Das herkömmliche raffinierte Rapsöl ordnet sich in seinen Eigenschaften zwischen dem kaltgepresstem und HOLL-Rapsöl ein. Es bietet sich zum Dünsten oder leichten Braten an.

## — Warum stinkt Raps?

Diese Frage ist eine Herausforderung. Schon nur, weil manche den Geruch «wunderbar» finden, andere ihn hingegen nicht ausstehen können. Folgt man der negativen Wahrnehmung, sind die Ursachen folgende: Die

Pflanze sondert schwefelhaltige Verbindungen und ätherische Öle ab. So beschreibt es das Bayerische Landesamt für Umwelt. Klar ist: Nicht nur auf der Zunge, auch in der Nase polarisiert der Raps.

## — Was wird aus Raps gewonnen?

Er wird in erster Linie zum Kochen zu Hause oder für die Industrie verwendet, um Pommes Chips und Pommes Frites herzustellen. Früher trieb es als Ersatz für Diesel oder Benzin Motoren an, sagt Jürg Jost, zuständig bei der Agrargenossenschaft Fenaco für Saatgut. Das habe sich jedoch nicht gelohnt. Heute sei Rapsöl der wichtigste Ersatz für Palmöl, welches immer weniger eingesetzt werde.

## — Ist Raps schlecht für die Biodiversität?

Manche munkeln, Raps führe bei Rehen zu Blähungen. Stimmt das? Rehe sind Feinschmecker und fressen den energiereichen Raps besonders im Frühjahr gerne, sagt Jost. Übertreiben sie es aber, kann es ihre Verdauung

Im Gegenteil. Sowohl das Infogramm wie auch die Fenaco sagen: Raps trägt zur Biodiversität bei. Er bietet Bienen und Insekten ein «grosses Blütenangebot». Der Nachteil: Das lockt auch Schädlinge an, die Knospen fressen. Das aktuelle Anbaujahr verlaufe gut, sagt Jürg Jost: «Es gab keine zu starken Kälteeinbrüche.» Als Kreuzblütler dürfe er auf demselben Feld nur alle drei bis fünf Jahren gepflanzt werden, damit es keine Probleme bei der Fruchtfolge gebe, also um etwa die Pflanzenkrankheit Kohlhernie zu vermeiden.

## — Tut Raps Tieren gut?

Manche munkeln, Raps führe bei Rehen zu Blähungen. Stimmt das? Rehe sind Feinschmecker und fressen den energiereichen Raps besonders im Frühjahr gerne, sagt Jost. Übertreiben sie es aber, kann es ihre Verdauung

tatsächlich durcheinander bringen. Das Problem: Raps enthält viel Eiweiss, wenig Rohfaser. Das beeinträchtigt die sogenannte Pansenflora, also den Vormagen der Rehe.

## — Was passiert mit den langen Stängeln?

Aus den Blüten wachsen Schoten, die später mit dem Mähdrösel gedroschen werden. Die Körner in den Schoten werden später zu Öl gepresst. Die grünen, langen Stängeln bleiben zerhackt auf dem Acker liegen und bieten Nährstoff für Bodenlebewesen.

## — Salatsauce mit Rapsöl

Zuerst gilt es zu prüfen, ob man Rapsöl mag. Denn es gibt Leute, die mischen damit eine Salatsauce an – und merken, dass Raps ihnen eigentlich gar nicht schmeckt. Sobald das geklärt ist: Fantasie walten lassen.

## Berner Regierung bleibt trotz Petition hart

**Berner Notschlafstellen** Der Berner Regierungsrat steht hinter der Auflage der Sozialdirektion, wonach Notschlafstellen nur noch Obdachlose mit Aufenthaltsbewilligung aufnehmen sollen. Das geht hervor aus ihrer Antwort auf eine Petition, die eine sofortige Rücknahme dieser Bedingung forderte.

Die Petition lanciert hatte das Bieler Kollektiv «Un toit für alle». Es reagierte damit auf den Pausen in den Leistungsverträgen des Kantons mit Betreibenden von Notschlafstellen, wonach «Personen ohne Aufenthaltsbewilligung grundsätzlich nicht aufgenommen werden dürfen».

Die Mitte März eingereichte Petition bezeichnete diese Neuregelung als unmenschlich. Sie treibe verletzte Menschen auf die Strasse und verweigere ihnen die Menschenwürde sowie das Recht auf Hilfe. Rund 12'700 Menschen unterschrieben die Forderung nach bedingungslosem Zugang.

## Recht auf Hilfe für Obdachlose sei gegeben

Der Regierungsrat wiederum unterstützt das Vorgehen der Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion (GSI), wie er in seiner am Freitag veröffentlichten Antwort schrieb. Er argumentierte, dass das Recht auf Hilfe in einer Notlage respektiert werde. «Keine Person, die sich in einer lebensbedrohlichen Situation befindet, wird in einer Notschlafstelle abgewiesen.»

Doch sei es «störend, dass immer wieder Personen aus dem Asyl- und Flüchtlingsbereich ein Bett in einer Notschlafstelle beanspruchen, obwohl sie bereits einen Schlafplatz hätten».

Die Auflage gilt dem Regierungsrat zufolge seit November 2024 für zwei Notschlafstellen in der Stadt Bern. Ab 2028 will sie die GSI auf alle Notschlafstellen im Kanton ausweiten. (SDA)

## Stadtberner Jusos hat neue Führung gewählt

**Co-Präsidium** Die Jusos Stadt Bern hat ein neues Präsidium gewählt. Jo Nogueira de Sá und David Rietzler haben die Sektion im Co-Präsidium übernommen, wie die Jungpartei am Montag mitteilte.

An der ausserordentlichen Jahresversammlung wurde zudem Yael Lässer ins Vizepräsidium gewählt. Das neue Führungsteam wolle die Präsenz der Jusos in Öffentlichkeit, Politik und auf der Strasse ausbauen, hiess es. Ein Schwerpunkt soll auf queere feministischen und antifaschistischen Antworten auf aktuelle Krisen liegen.

Die bisherige Präsidentin Charlotte Günther leitet neu die Jusos Kanton Bern. (SDA)



Führung der Stadtberner Jusos: Jo Nogueira de Sá, David Rietzler und Yael Lässer. Foto: Jusos (PD)

## Berner Gemeinderat für Reorganisation der Rettungsdienste

**Notfallversorgung in der Stadt** In Bern soll künftig nur noch ein Rettungsdienst tätig sein.

Die Stadtregierung in Bern steht hinter einer geplanten Reorganisation des Rettungswesens. Demnach soll der Rettungsdienst der Insel Spitalgruppe von Schutz und Rettung Bern übernommen werden.

Hintergrund ist das vom Kanton vorgegebene neue Regionenmodell in der Gesundheitsversorgung. Der Kanton Bern will sein Gebiet in vier Spitalregionen einteilen. Pro Region soll es nur noch einen Rettungsdienst geben.

In der vom Kanton definierten Region Bern und Umgebung sind derzeit Schutz und Rettung Bern sowie der Rettungsdienst

der Insel Gruppe tätig. Die Insel Gruppe will ihren Rettungsdienst ab 2027 abgeben und sich künftig auf die Spitalversorgung fokussieren.

Nun spricht sich der Gemeinderat der Stadt Bern für diese geplante Neuorganisation aus: «Wir sehen darin eine Chance, die Notfallversorgung in der Region nachhaltig zu stärken», wird Gemeinderat Alec von Graffenried, Direktor für Sicherheit, Umwelt und Energie, in einer Mitteilung der Stadt vom Donnerstag zitiert.

Mit Schutz und Rettung Bern stehe eine Organisation bereit,

die bei Rettungs- und Katastropheneinsätzen über viel Erfahrung im städtischen Umfeld und in der Region verfüge.

## Schutz und Rettung Bern übernimmt Personal

Der gemeinsame Rettungsdienst Bern+ soll Anfang Juli 2027 in Betrieb gehen. Alle Mitarbeitenden der Stützpunkte Münsingen und Riggisberg des Insel-Rettungsdienstes sollen auf Wunsch zu Schutz und Rettung Bern wechseln können. Betroffen sind 26 Vollzeitstellen.

«Es ist uns wichtig, allen Angestellten eine gute und verläss-

liche Perspektive zu bieten. Ihre Erfahrung ist ein zentraler Bestandteil einer funktionierenden Notfallversorgung», führte von Graffenried aus.

Für die Umsetzung der Reorganisation beantragt der Gemeinderat dem Stadtrat einen Verpflichtungskredit in der Höhe von 800'000 Franken. Darin enthalten sind die Kosten für die gesamte Administration und den IT-Wechsel sowie ein Betrag für den allfälligen Ausgleich einer Unterdeckung bei der Personalvorsorgekasse.

Ausserdem beantragt der Gemeinderat im Stadtparlament

einen Investitionskredit von 240'143 Franken für Fahrzeuge, Geräte und Mobiliar. Für die juristische Beratung und die Begleitung der Personalübernahme sprach der Gemeinderat bereits einen Nachkredit in der Höhe von 50'000 Franken.

Schutz und Rettung Bern beschäftigt aktuell rund 120 Mitarbeitende. Der Rettungsdienst geht auf die 1904 gegründete Sanitätspolizei Bern zurück und wurde 2020 mit der Abteilung «Feuerwehr, Zivilschutz und Quartieramt» zu Schutz und Rettung Bern zusammengeführt. (SDA)