

# 100 Tage für einen gesunden Keks

Es läuft wieder etwas im Generationenprojekt «Silver Ox»: Nach langer Suche wurde ein weiterer Kandidat für die 100-tägige Challenge gefunden. Der Aargauer Andrin Kohler will in der Zeit einen Cookie entwickeln, den es in dieser Form noch nicht gibt.

Kay Fehr

WAGENHAUSEN. Die «100-Tage-Challenge» von «Silver Ox» hat einen neuen Herausforderer. Der 24-jährige Andrin Kohler aus dem Kanton Aargau wird 100 Tage in der Liegenschaft «Ochsen» in Wagenhausen verbringen und dort an einer Geschäftsidee tüfteln. Dafür zahlt er keine Miete und er darf auf den grossen Erfahrungsschatz der «Silvers» – der sechs anderen Mietparteien – zurückgreifen (vgl. SN vom 18. November). Er ist nach Laura Matter und Chiara Marty der dritte kreative Kopf, der das Generationenprojekt in Angriff nimmt.

Morgen Samstag wird er in das grosse Gebäude an der Hauptstrasse einziehen. «Die Anspannung kommt langsam», sagt Kohler im Telefongespräch. Es sei ein ungewohntes, aber cooles Gefühl, dass es bald schon losgeht. Der Aargauer hat im Dezember seinen Bachelor in «Philosophy, Politics and Economics» an der Universität Luzern abgeschlossen – mit dem Schwerpunkt Wirtschaft. In dieser Zeit hat er auch ein halbjähriges Praktikum beim Gebäckhersteller Hug in Malers absolviert, der unter anderem Wernli-Guetzli und Darvida herstellt. Der Lebensmittelbereich interessiert ihn, sagt Kohler, zu seinen Hobbys zählt er unter anderem das Backen. Seine Herausforderung im «Ochsen» ist daher naheliegend: Er will einen eigenen Cookie von Grund auf herstellen.

**Kichererbsen: Nicht sexy genug?**

«Während des Studiums stand ich oft vor dem Coop-Regal und war mit der Auswahl der Snacks nicht zufrieden», erzählt Kohler. Die Riegel hatten entweder zu viel Zucker und andere Süssungsmittel oder sie sagten ihm geschmacklich nicht zu. «Hier keimte so langsam die Idee, selbst etwas zu



Andrin Kohler will innerhalb von 100 Tagen einen Cookie auf Kichererbsenbasis entwickeln.

BILD ZVG

**«Der Cookie ist natürlich nicht so gesund wie ein Apfel. Aber es ist eine gesündere Alternative als viele andere Riegel.»**

Andrin Kohler zieht am Samstag in den «Ochsen» in Wagenhausen

einen Cookie daraus machen. In diesen sollen dann, ganz klassisch, Schokoladenstückchen kommen. Dennoch ist es Kohler wichtig, dass das Endprodukt eher zuckerarm ist. «Er soll nicht nur fein schmecken, sondern auch gut für den Körper sein, mit Protein, Ballaststoffen und gesunden Fetten», sagt er. «Der Cookie ist natürlich nicht so gesund wie ein Apfel. Aber es ist eine gesündere Alternative als viele andere Riegel.»

Im Vorfeld hat Andrin Kohler ein Ziel definiert, das er am Ende der 100 Tage erreicht haben will. In seinem Fall: Er will seinen ersten Cookie verkauft haben. Davor muss viel gearbeitet werden. Kohler muss etwa das Rezept verfeinern, aktuell existiert lediglich ein «Prototyp-Cookie», also ein Grundrezept mit den Inhaltsstoffen. Und er möchte mit Probanden herausfinden, ob es für sein Produkt überhaupt einen Markt gibt und ob es den Leuten schmeckt. Er plant, das an Schulen und Universitäten zu machen, denn der Aargauer möchte mit seinem Cookie vor allem eine jüngere Zielgruppe ansprechen. «Meine Mitbewohnerinnen mussten schon einige Male als Versuchskaninchen herhalten», sagt Kohler. Das Feedback sei gemischt gewesen, je nachdem, welche Zutaten er ausgewählt hatte. Und auch die «Silvers» werden in den einen oder anderen Keks reinbeissen dürfen. Während der 100 Tage will er das perfekte Rezept finden und sich gleichzeitig überlegen, wo der Cookie im Erfolgsfall hergestellt werden soll. Zu Beginn sei es wohl sinnvoll, ihn selbst zu produzieren, sagt Kohler. Wie das Produkt schliesslich heissen wird, ist noch nicht entschieden.

**Darum geht es bei der «100-Tage-Challenge»**

Für rund drei Monate zieht ein Team in die Liegenschaft «Ochsen» in Wagenhausen. Dort kann es sich um ein Projekt kümmern, ohne Miete zu bezahlen. Sechs Wohnungen im gleichen Haus sind dabei an ältere Leute vermietet, die mit Rat und Tat zur Seite stehen.

**Gross denken, klein anfangen**

Sollte er sein gestecktes Ziel nicht erreichen, muss er für 100 Stunden bei der Caritas arbeiten, für einen guten Zweck: Das ist der Wetteinsatz. Von «Silver Ox» und der «100-Tage-Challenge» erfahren hat Kohler in der Zeitung. Jetzt ist sein grosses Ziel, dass sein Cookie dereinst selbst im Regal von Coop zu finden ist. «Das ist aber noch ein weiter Weg. Erst mal muss ich klein anfangen», sagt der 24-Jährige. Starten würde er daher auch in kleineren Läden. «Aber wer weiss, was alles möglich ist.»

machen. Weil es aber bereits viele Kekse und Riegel auf dem Markt gab, musste ich mir ein Alleinstellungsmerkmal zulegen», so Kohler. In diesem Fall wird der Cookie auf Kichererbsenbasis hergestellt, ein Rohstoff, der bislang eher in salzigen denn in süssen Snacks vorkommt. «Kichererbsen sind gesund und im Trend, aber nicht sehr sexy», sagt der 24-Jährige. Man müsse deswegen etwas Cooles damit anstellen – etwa

## Journal

### Neuer Leiter Radiologie und Nuklearmedizin



SCHAFFHAUSEN. Der Spitalrat des Kantonsspitals Schaffhausen hat per 1. Juni 2024 Dr. med. Christophe Hälg zum Leitenden Arzt Radiologie und Nuklearmedizin gewählt.

Hälg hat Humanmedizin an der Universität Zürich studiert und erlangte 2013 den Facharztstitel für Radiologie. Er war bereits von 2015 bis 2016 als Oberarzt und zeitweise als Leitender Arzt Radiologie in Schaffhausen tätig.

### Polizeimeldungen

#### Auf Fussgängerstreifen: 88-jährige angefahren

SCHAFFHAUSEN. Am Mittwochabend, kurz vor 20 Uhr, war ein Autofahrer auf der Hochstrasse in Richtung Herblingen unterwegs. Gleichzeitig wollte eine 88-jährige Frau den Fussgängerstreifen überqueren. Der Mann übersah sie allerdings und kollidierte frontal mit der Seniorin, wie die Schaffhauser Polizei in einer Medienmitteilung schreibt. Die Frau wurde dabei zu Boden geschleudert und zog sich beim Aufprall Verletzungen zu. Eine Ambulanz-Crew musste sie ins Spital bringen. Am Fahrzeug entstand geringer Sachschaden. (r.)

# Moderner Zirkus sprengt physische Grenzen

Bei «Circa: Humans 2.0» stockt dem Publikum im Schaffhauser Stadttheater vor Spannung immer wieder der Atem. Menschlich schier unmögliche Formationen werden mit höchster Präzision und Eleganz zu einem echten Spektakel.

Guadrun Trautmann

SCHAFFHAUSEN. Die Dame nebenan ächzt vor Anspannung. Von hinten kommt ein unterdrücktes «Oooh», und dann brach der erste Applaus auf. Immer und immer wieder versetzen die zehn Akrobaten der kleinen australischen Zirkustruppe «Circa» die Zuschauer im Schaffhauser Stadttheater mit ihrem Programm «Humans 2.0» in ungläubiges Staunen. Man weiss ja selber, wie schwer die einfachsten Gleichgewichtsübungen sind, oder wie Arme zu kurz werden, um die Hände im flachen Stand zu Boden zu bringen. Man kennt den Schmerz nach einem Sturz und man erinnert sich, wie lächerlich der letzte Handstand zusammenbrach.

Deshalb entsteht im Publikum ein starkes körperliches Empfinden für das, was da auf der Bühne zu sehen ist. Scheinbar grenzenlos bewegliche Körper, Athleten, die furchtlos ins vermeintlich Ungewisse katapultiert werden und eine rhythmische Begleitmusik, die die Herzfrequenz ansteigen lässt. Das Ganze geprägt von einer faszinierenden Ästhetik. Man fragt sich, wie all das möglich ist. Und man verfällt in pure Bewunderung.

Schon 2021 hätte der zeitgenössische Zirkus mit «Humans» in Schaffhausen gastieren sollen. Doch da war Corona. In der Zwischenzeit entstand die neue Show, in der sich verschiedene Kunstformen vereinen: Tanz, Theater und Akrobatik. Nach seiner Gründung in Brisbane im Jahr 2004 durch Yaron Lifschitz hat «Circa» mittlerweile in über 40 Ländern der Welt mehr als 1,5 Millionen Zuschauer berührt. Untrennbar damit verbunden ist die Musik von Ori Lichtik als Basis für die Choreografie. Sie befeuert oder dämpft die Aktionen auf der Bühne, erzeugt mit ihrem metallischem Hämmer mal eine industrielle Stimmung wie in einem Maschinenraum, um im nächsten

Bild mit warmen Felltrommeln und entsprechendem Licht in einen Urwald einzutauchen. Die Tänzer bewegen sich wie in einem Räderwerk; man fühlt sich an «Moderne Zeiten» erinnert. Dann verschränken sich die Leiber zu riesigen Insekten. Mal geht es scheinbar hart und brutal um einen Strassenkampf, dann treffen sich Paare zu inniger Verbundenheit. Es entstehen Bilder über Bilder, die jeder für sich entdecken kann. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.

**Anmut, Kraft und Präzision**

Ein grosser, weisser, leicht gepolsterter Kreis ist die Spielfläche für die athletischen Darsteller. In der Eingangsszene

rollen sie sich über die Bühne, um nach und nach zu erwachen. Sie bilden Gruppen, beginnen sich zu Türmen zu stapeln, um dann – Achtung – in luftiger Höhe mit einem Salto von einer Menschensäule zur nächsten zu springen. Leicht wie eine Feder, sanft wie ein kostbares Geschenk wird die Figur auf Händen getragen. Körper verwinden sich, werden über Schultern gedreht, über die Bühne geschleudert und vorsichtig aufgefangen. Anmut und Präzision, Kraft und Risikobereitschaft vereinen sich zu absolutem Vertrauen. Kein Wunder, dass der Atem stockt. Am Ende belohnte das Publikum die Künstler mit lang anhaltendem, stehendem Applaus.



Die australische Zirkustruppe brachte Akrobatik ins Stadttheater.

BILD SELWYN HOFFMANN