




Bodenbelastungsgebiet Dornach mit Aesch, Arlesheim und Reinach  
**Empfehlungen und Massnahmen**

Die nachstehende Grafik fasst die Empfehlungen und Massnahmen bezüglich Ernährung und Umgang mit Nahrungspflanzen in der **Prüfwertzone** des Bodenbelastungsgebietes Dornach zusammen.

Sie gelten **aussliesslich** für Gemüse, das im **eigenen Garten** produziert wird.

		Massnahmen			
		Gemüse + Obst waschen	Verzicht auf Kartoffeln und Sellerie	Verzicht auf Rübli und Kopfsalat	Reduktion der Selbstversorgung unter 50%
Erwachsene	Nicht-Vegetarier	empfohlen	zwingend	empfohlen	
	Vegetarier	empfohlen	zwingend	empfohlen	dringend empfohlen
Kinder (1-7 Jahre)	Nicht-Vegetarier	empfohlen	zwingend	empfohlen	
	Vegetarier	empfohlen	zwingend	empfohlen	dringend empfohlen
Legende			zwingend		dringend empfohlen
			empfohlen		

**Beispiel 1**

Der *Verzicht auf Sellerie und Kartoffeln* ist zur Reduktion des Risikos für *alle Zielgruppen zwingend* – gleich ob es sich um Kinder unter 7 Jahren handelt, Vegetarier oder sich durchschnittlich ernährende Erwachsene.

**Beispiel 2**

Wenn Sie sich *vegetarisch* ernähren, wird *dringend empfohlen zusätzlich* zu dem in Beispiel 1 aufgeführten Verzicht auf Sellerie und Kartoffeln den Anteil von Gemüse aus dem eigenen Garten auf insgesamt *maximal die Hälfte* Ihrer Ernährung zu begrenzen.

Wenn Sie sich zwar *nicht vegetarisch* ernähren, aber *Kinder unter 7 Jahren* haben, wird dies ebenfalls *empfohlen*.