Zeitschrift: Mir Fraue
Band: 65 (1983)
Heft: 6

Heft

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Siehe Rechtliche Hinweise.

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. Voir Informations légales.

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. See Legal notice.

Download PDF: 03.05.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

mir Fraue

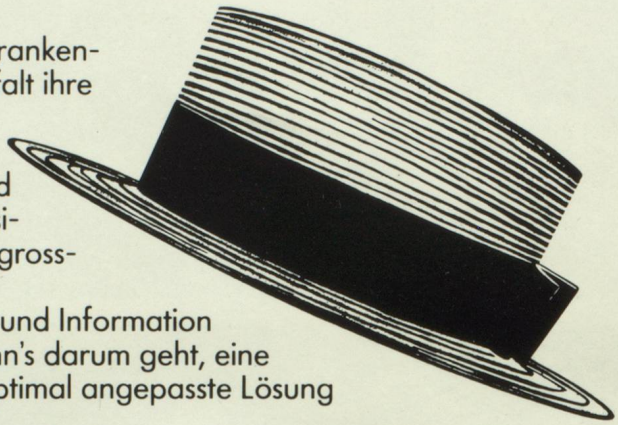
Schweizer Frauenblatt

Nr. 6 Juni 1983
65. Jahrgang
Fr. 3.–

5258

Wie versichert, so behütet...

Die Krankenkasse mit der Kostenbremse.



Die KKB ist eine sehr kostenbewusste Krankenkasse. Sie überwacht mit grösster Sorgfalt ihre eigenen Ausgaben – aber auch die Rechnungen von Ärzten, Spitälern usw. Deshalb kann sie bei schweren und teuren Fällen (also wenn man eine Versicherung wirklich braucht) bessere und grosszügigere Leistungen bieten.
Die umfassende, individuelle Beratung und Information der KKB gibt zusätzliche Sicherheit wenn's darum geht, eine den Möglichkeiten und Bedürfnissen optimal angepasste Lösung zu finden.

Auskünfte: bei 350 KKB-Sektionen in der ganzen Schweiz und durch den Hauptsitz KKB, Laubeggstrasse 68, 3000 Bern 32, Telefon 031/44 25 81.

KRANKENKASSE KKB
CAISSE-MALADIE CMB
CASSA MALATI CMB

Bessere Leistungen – mehr Sicherheit!

BICHSEL

PERÜCKEN Discountpreise
Drei Tage z. Ansicht. Frisur u. Farbe nach Wunsch. Diskreter Versand. Teilzahlung. Keine Nachnahmen.
Perücken-Versand, 8004 Zürich
Zimmerlistrasse 5, Tel. 01 - 491 01 44

Gegen die Beschwerden der **Wechseljahre**

- Wallungen
- nervöse Erregung
- Unfähigkeit, sich zu konzentrieren
- Schlaflosigkeit
- Vergesslichkeit
- Neigung zu rascher Ermüdung

helfen die homöopathischen

OMIDA - Wechseljahrtropfen

30 ml Fr. 6.50 60 ml Fr. 9.80

In Apotheken und Drogerien

«Seit 1946 homöopathische OMIDA - Heilmittel»

ARS ET MUSICA

CH-6981 Aranno

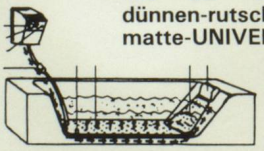
14. Internationale Sommerfestwochen
25. Juni bis 31. Juli 1983

Sommerkurse:
7.–23.7. Ballett
11.–31.7. Violine, Cello, Klavier, Sänger und Begleiter

Solisten und Dozenten:
Compagnie de Ballet de Paris (Dir. Christian Conte, Martine Chaumet)
Larry Richardson and Dance Company, New York
Peter Rybar, Violine; Prof. Ludwig Hoelscher, Cello; Jakob Gimpel, Klavier; Laerte Malaguti, Gesang/Prof. Karl Heinz Lautner, Klavier.

Auskünfte und Anmeldungen:
Sekretariat «Ars et Musica», Palazzo, CH-6981 Aranno, Tel. 091/77 14 43

PERSANA-Luftsprudel-Massagebad –



mit der exklusiven-einzigen-superleichten-dünnen-rutschfesten-körperlangen-Sprudelmatte-UNIVERSAL – mit 3600 Luftdüsen, im Bad regulierbar – Ein eigenes Kurbad für die ganze Familie – für jung und alt – Sprudelmatten auch einzeln erhältlich.

HYDROCON AG, 8030 Zürich, Telefon (01) 47 54 16

Unterlagen und Beratung durch:
Margareth Miller, Sonnenbergstrasse 92, 8032 Zürich

Name: _____
Strasse: _____
PLZ/Ort: _____

Es taut an der weissen Front

Lys Mieder-Zipp

Vorbei die Aera der Halbgötter in Weiss.
Vorbei der totale Fortschrittsglaube an die Medizin. Vorbei die Zeit der um Gotteslohn dienenden Krankenschwestern.
Vorbei, unwiederbringlich vorbei!
Es taut allerorts an der weissen Front: Spannungen zwischen Patienten und Ärzten, zwischen Krankenkassen und Ärzten, zwischen Pflegepersonal und Ärzten. Unzufriedene Patienten wenden sich Alternativmedizinern zu von Akupunktur bis Homöopathie. Vor allem Frauen beginnen sich in zunehmendem Masse dagegen zu wehren bloss ein krankes Organ zu sein: Der Brustkrebs! Der Bandscheibenschaden! Das vegetative Nervensystem. Sie verlangen als ganzer Mensch ernst genommen zu werden.
Das patriarchalische Vertrauensverhältnis Patient/Arzt hat sich in Luft aufgelöst. Frauen beginnen sich zunehmend ihrer Haut zu wehren, werden zunehmend misstrauischer gegen Stahl und Strahl und blosse Medikamentation. Und recht haben sie. Das sagen in erster Linie die besten Ärzte selber!

Vorschau Doppelnummer Juli/August

Schwerpunktthema:
Miracle de la Suisse
Exclusiv: Bundesrat Friedrich. EJPD und Frauenpostulate
Vier Landesgegenden, vier Frauenportraits: Lisa Bener, Chur, neue BSF Präsidentin
Alma Bacciarini, Lugano, Nationalrätin
Marie-Ange Zellweger, Präsidentin der Wirtschaftsförderung, la Neuveville
Anni Meier-Weiss, Hotelière, Schwefelbergbad
Mariages mixtes (Ehen zwischen Westschweizerinnen und Deutschschweizern und umgekehrt)
Das Museum auf der Sprachgrenze Fribourg
Das Welschlandjahr
Club Zenta
Frauenszene und vieles andere mehr...

Nr. 6 Juni 1983

65. Jahrgang

Erscheint jeweils Anfang Monat

Abonnementspreis:
Schweiz Fr. 36.–, Ausland Fr. 47.–

Redaktion:
Lys Wiedmer-Zingg
Postfach 9, 1580 Avenches
Tel. 037 75 15 91

Redaktionskommission:
Annette Högger-Hotz, Schweizerischer Bund abstinenter Frauen; Madeleine Kist-Gschwind, Verband Schweizerischer Hausfrauenvereine; Margaret Schmid, Schweizerischer Verband der Berufs- und Geschäftsfrauen; Irène Thomann-Baur, Bund Schweizerischer Frauenorganisationen; Georgette Wachter-Pittet, Schweizerischer Verband für Frauenrechte.

Inserate, Abonnements
Börsig AG
Postfach
8703 Erlenbach ZH
Tel. 01 910 80 16
PC 80-3323

Zum Titelbild:

Leiko Ikemura, die Japan-Schweizerin, hat dem Bild mit der Frau, die ein weisses Haus auf dem Kopf trägt, keinen Titel gegeben. «Es ist möglich, dass ich dabei daran gedacht habe, wie Menschen sich von Dingen ein Leben lang tyrannisieren lassen», meint sie dazu.

Inhaltsverzeichnis

1 Es taut an der weissen Front
4 Jede siebte Frau hat Brustkrebs
7 Drei Frauen gründen eine Patientenorganisation (SPO)
8 Wehrt Euch Eurer Haut
10 Frauen zahlen 10% mehr
14 Die Vorsorge-Probleme der Frau
16 Die Kostensituation im Gesundheitswesen
17 Briefe an die Redaktion
18 Plädoyer für das Kind
20 Teilzeitarbeit im Schwesternberuf
22 Happy-End in Lugano
24 Frauenhäuser: Ein Strudel der Verzweiflung und Hilflosigkeit
25 Frauenszene Schweiz
27 Männerfrauen und Frauenmänner Leiko Ikemura
29 Die Frau in der Kunst
30 Unter neuer Leitung: BSF Bund Schweizerischer Frauenorganisationen
31 Das Berufsbild des BSF
32 Auto-Lunch – leicht und vollwertig
33 Jahresbericht 1982/83: SVF Schweizerischer Verband für Frauenrechte
34 Verständnis für Suchtkranke: Schweizerischer Bund abstinenter Frauen
36 Delegiertenversammlung BGF Schweizerischer Verband der Berufs- und Geschäftsfrauen
37 Wie man die Teuerung selber wirksam bekämpfen kann
38 Reisen ohne Sorgen
39 Ausflugsziele und Hotels
46 Fitness – Gesundheit – Kuren

Plädoyer für das Kind! Jeanne Hersch findet, dass eine Mutter sich nicht auf Kosten eines Kindes im Berufsleben selbstverwirklichen kann. Der Vortrag, den die Philosophin an der DV der Berufs- und Geschäftsfrauen in Chêbres hielt, stiess nicht nur auf Beifall. Siehe Seite 18

Das heisse Eisen «Teilzeitkrankenschwestern» hat die Journalistin Jolanda Senn für die Leserinnen angefasst. Wenn der Arbeitsmarkt auf diesem Sektor nicht so ausgetrocknet wäre, würden die Spitäler lieber wieder zur alten Ordnung zurückkehren. Seite 16

Frauen wehrt Euch Eurer Haut, rät der weltbekannte Naturheilarzt Dr. h.c. A. Vogel in einem Exklusivgespräch mit dem Schweizer Frauenblatt. «Es wird zuviel geschnitten und ausgeräumt». Darüber mehr zu lesen auf Seite 8

Triennale in Le Landeron. Erstmals werden in Le Landeron Frauen drei Monate lang die Szene beherrschen. Künstlerinnen aus der ganzen Welt sind mit dabei. Auch unsere Titelblattkünstlerin, Ieiko Ikemura, die Japan-Schweizerin, die zu den ganz grossen Talenten gehört. Auf Seite 27

Happy-end in Lugano. Hundertausende von Frauen arbeiten in freiwilligem Einsatz in Frauenvereinen, -verbänden, -zentralen usw. Was wissen wir darüber? In den Massenmedien scheint kaum einmal etwas von diesem Riesen-Einsatz auf. In Lugano brachten anlässlich der DV der BSF die Organisatorinnen Medienfrauen und Verbandsfrauen zu einem fruchtbaren Gedankenaustausch zusammen. Seite 22

Jede siebente Frau hat Brustkrebs

Es waren ungefähr ein Dutzend Telefongespräche nötig, bis ich «den» Arzt fand, der nicht nur umfassend Bescheid weiss, sondern auch bereit war, einer neugierigen Journalistin Antwort zu geben. Unter der Leitung von Dr. M. Walther hat sich in den letzten Jahren an der Universitäts-Frauenklinik und am Kantonalen Frauenspital Bern ein eigentliches Senologie-Zentrum (Erkrankung der weiblichen Brust) formiert. Die Schweizerische Gesellschaft für Senologie ist erst 1979 gegründet worden.

Seelische Auslöser

Am Telefon bat ich Dr. Marcel Walter, mir u.a. auch darüber Auskunft zu geben, ob die Seele den Körper krebskrank machen könne.
Als wir uns im Frauenspital Bern trafen, sagte er: «Sie haben uns da auf etwas gebracht. Wir haben uns mit Patientinnen unterhalten und fanden heraus, dass krebskranke Frauen im vermehrten Masse unfähig sind, mit Aggression und Feindseligkeit umzugehen. Sie fressen alles in sich hinein. Meist sind langdauernde, innere Spannungen, nach dem Verlust eines Partners durch Scheidung oder Tod, Verlust einer Bezugsperson der klinischen Manifestation des Krebses vorausgegangen.
Dabei scheinen sozial weniger Begünstigte der Stressituation vermehrt ausgesetzt zu sein, sie sind krebsgefährdeter. Ob alleinstehende Frauen einen höheren Risikofaktor haben, ist nicht eindeutig. Hingegen lässt sich bei der Frau mit zunehmendem Alter häufiger Brustkrebs diagnostizieren. Offensichtlich hängt das im intellektuellen Bereich mit reduzierter Umstellungsfähigkeit zusammen, die eine innere Stressituation bewirkt.
Interessanterweise stellten wir bei der spontanen Befragung (die nicht wissenschaftlich gesichert ist) fest, dass die Frauen mit Brustkarzinom zu ihren Müttern eine kalte und ablehnende Beziehung haben.
Diese Frauen haben später geheiratet als der Durchschnitt der Frauen, sie hatten auch bei ihrem ersten sexuellen Kontakt ein höheres Durchschnittsalter. Gesamthaft könnte man von einer asexuellen Einstellung sprechen.
Menstruationsstörungen und Minderwertigkeitskomplexe zeigten sich häufiger. Dazu kommen eine ausgeprägte Eigensinigkeit und eine depressive Grundstimmung. Wenn eine solch ‹eigensinnige› Frau einen Knoten bei der Selbstuntersuchung spürt, dann braucht sie viel länger als andere Frauen, bis sie sich dem Arzt anvertraut.»

Keine Krebspersönlichkeit prägen

Dr. M. Walther warnt allerdings davor, den Frauen Angst einzujagen. «Frauen, die einen Knoten entdecken, haben heute gegenüber von vor 10 Jahren sehr gute Chancen.» Heute wird im Frauenspital Bern Brustkrebs ganz anders behandelt. Es wird nicht mehr bestrahlt. Krebs wird als Erkrankung des gesamten Organismus verstanden. Auf sinnlose Operationen wird verzichtet, denn die Brust hat für die Frau mit Ästhetik zu tun, gehört zur Kultur.

Redaktion

Vor, während und nach der Brustentfernung

Bericht aus der Universitätsklinik Bern

Betreuung muss vor der Operation beginnen

Wir untersuchten unsere psychologische Betreuung der Patientinnen mit dem Ziel, die Situation für die mastektomierte Frau nach der Operation erträglicher zu machen.

Wir haben auch gesehen, dass die postoperative Betreuung vor der Diagnosestellung und der Operation beginnt.

Von unserem an Krebs erkranktem Kollektiv hörten viele Frauen von Brustkrebs bei der Mutter, Grossmutter oder Tante sowie von Bekannten.
Zusätzlich bekamen sie Informationen aus der Presse und aus dem Radio.
Diese meist unvollständige oder halbe Information führte zu Angst und Ungewissheit und letztlich zu einem gestörten Bild der Brustoperation, was im Moment der Knotenentdeckung im wesentlichen zu zwei Reaktionen führte:
Die Frauen kamen sofort zu einer Untersuchung (53,4%). Oder sie fühlten sich gelähmt (46,6%).
Die Lähmung ergab ein Herausschieben des Arztbesuches und somit der Diagnose um durchschnittlich 3 Monate (2–18 Wochen).
Die Konsequenz für diese Betreuungsphase sind Öffentlichkeitsarbeiten, Förderung der Brustselbstuntersuchungen.

Mit gutem Gewissen gegen den Schmerz.

Denn heutzutage sollte ein Schmerzmittel nicht nur rasch wirken, sondern auch gut verträglich sein.

ASPRO 500 aktiv gegen Schmerzen.

immer offen

RESTAURANT CENTRAL AFFOLTERN

Telefon (01) 761 61 15

Beefsteak-Tartar frisch us de Metzg

Am Fleischhaken hängt unsere Stärke

Echte Pizza und Calzone aus dem Holzofen

Die Medien sollen ein korrektes, realistisches Bild der Krankheit zeigen.
Die Frau soll anlässlich der Vorträge lernen, Fragen zu stellen.
Diese Massnahmen werden sich auf die spätere Arzt-Patient-Beziehung auswirken, und nur so können wir der Erscheinung der Lähmung begegnen.

Diagnosenschock

Wird in der Brust ein Knoten entdeckt, beginnt ein Prozess schwerster emotieneller Belastungen.
Es sollte auch in den meisten Fällen heute möglich sein, die Brustkrebsdiagnose am gleichen Nachmittag und einige Tage vor der Operation zu etablieren.
Um die Patientin besser bezüglich der Reaktion auf die Diagnose und die folgenden Phasen vorzubreiten, haben wir Ende 1979 eine Betreuungsorganisation von selbst an Brustkrebs erkrankten Frauen aufgestellt.
Dieses Team wird von uns und einem Psychologen regelmässig ausgeblidet und kommt drei monatlich zu Aussprachen (Supervision) zusammen.
Jeder neu erkrankten Patientin steht, wenn sie es wünscht, bereits nach der Diagnosestellung eine Betreuerin aus unserem Team zur Verfügung.
Dies hat zur Folge, dass die Patientin nach der Diagnosestellung nicht mehr allein gelassen wird.
Die Kommunikation zwischen den Frauen basiert auf Tatsachen, und die Gesprächspartnerin hatte selbst bereits eine Brustoperation durchgemacht.
Wir untersuchten nun die Reaktion auf die Diagnose bei Patientinnen, die eine Betreuung ablehnten oder zunächst aus Mangel an nicht ausgebildeten Betreuerinnen nicht versorgt werden konnten.
Die Angaben der Betroffenen waren freiwillig und erfolgten ohne spezielle Fragebögen anlässlich der Besprechung vor der Hospitalisation und vor der Operation.
Gruppe A nicht betreute Gruppe
Gruppe B betreute Gruppe

Wir waren überrascht von der Wirkung der Betreuung bezüglich Angst, Depression und Suizidgedanken.

Die Operation

Bereits anlässlich der Hospitalisation zeigten sich erneut die Wirkung und die Effizienz unseres kleinen Betreuungsteams, das die Patientin täglich besuchte.

Nicht betreute Frauen hatten mehr das Gefühl des Verlustes der Kontrolle über das eigene Schicksal nach Spital eintritt. Ebenso war das Gefühl der Isolation dieser Gruppe bedeutend grösser.

Wir haben auch gesehen, dass geschriebene Informationen über die Operation die Patientin mehr verwirrt und das Gespräch nie ersetzen kann.
Bereits vor der Operation soll das Konzept der Multidisziplinarität ins Gespräch eingebaut werden, insbesondere wird über die Möglichkeit einer allfälligen Nachbehandlung gesprochen.

Nach der Operation im Aufwachraum fühlen die meisten Frauen, wie wenn ihnen etwas Unreales geschehen wäre. Sie sind sehr allein und schockiert. Banalitäten wie «Es wird schon wieder gehen» und so weiter können sie kaum ertragen.

Die Krankheit akzeptieren

Nun muss die Frau lernen, ihre Krankheit zu akzeptieren. Es kommt das Warten auf die Histologie und somit den Bericht über die Ausdehnung der Erkrankung, also der Entscheid, ob eine zusätzliche Behandlung notwendig ist.
Diese Phase ergibt ein ganzes Muster Reaktionen, die Sie in folgenden Diapositivs sehen:

Feindliche Gefühle gegenüber dem Chirurgen werden der Aggression zugerechnet.
Bestreiten einer Information über die Krankheit der Verleugnung, die Trauerreaktion (Verstümmelung/Entstellung), die Depression.
Zu beachten ist, dass hier 10% ihre Krankheit als Strafe für in der Vergangenheit begangene Sünden betrachten.
Die Angst vor sexuellen Kontakten steht hier zu diesem Zeitpunkt immer noch hinten an.
Auch hier wurden mit dem Beratungsteam gute Resultate erzielt.
Um die Reaktion auf den initial psychischen Schock zu verringern, müssten wir folgende Reaktionsmuster kennen:

- Die Frau will in dem Entscheidungsprozess über das «Was weiter?» einbezogen werden (ca. 60%).
- Die Frauen fühlen sich abhängig vom Arzt und fragen nicht, ja sie haben Angst, ihn zu belästigen und böse zu machen (ca. 30%).
- Ausgeschlossen sein von der Diskussion gibt der Frau das Gefühl von Hoffnungslosigkeit (ca. 5%).
- Ein kleiner Teil der Patientinnen will auch heute nicht über das Vorgehen informiert werden (ca. 5%).

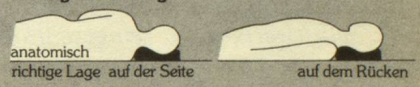
Die postoperative Zeit ist die beste Zeit, um psychologische Interventionen zu machen.
Hier müssen wir nur realisieren, dass es Frauen mit verschiedenen psychologischen Profilen gibt, welche dementsprechend unsererseits verschiedene Interventionen brauchen.

Kopfweh, Migräne, Nackenbeschwerden...

Wenn Ihr Kopf nachts falsch liegt, wird die Halswirbelsäule unnatürlich gebogen. Dieser ‹Knick im Genick› kann Ursache mancher Beschwerden sein.

Zum Beispiel:
Bandscheibenleiden, Muskelverspannungen, Nackenschmerzen, Kopfweh, Migräne und Schwindel (hervorgerufen durch die Kompression der Adern, was eine Minderdurchblutung des Gehirns zur Folge haben kann).

Richtig und wichtig!



LAKO-VITAL
-Spezialkopfkissen

80 x 40 cm, 5fach form- und fixierbar aufgrund Ihres persönlichen Wohlbefindens; beste, dauerbeständige Spezialfaserfüllung, staubfrei und antiallergisch **Fr. 155.–**
Überzug aus reiner Baumwolle in diversen Farben: **Fr. 20.–**
Herstellung + Vertrieb:
P. Straubhaar, Burgstrasse 35
3600 Thun 5 Tel. 033/22 21 44

Ein Gratis-Versuch kann nur nützen!
Senden Sie mir ____ Stk. Kissen absolut unverbindlich für 14 Tage zum Probeschlafen.
Hr./Fr./Frl. _____
Strasse _____
PLZ/Ort _____
Gewünschte Farbe und Anzahl der Kissenbezüge:
____ hellgrün ____ rosé ____ olive
____ hellblau ____ beige ____ weiss
____ braun ____ orange ____ citron

Die Geschenkidee

Alle diese Interventionen müssen gemeinsam mit der Betreuungsgruppe und den Schwestern besprochen werden.

Ein neues Selbstbild finden

Die Heimkehr (Wiederaufnahme der Arbeit, der alltäglichen Aktivitäten, erste sexuelle Kontakte) gehört zu der verwundbarsten Phase, da die Betreuung nicht mehr so intensiv sein kann wie im Spital. Die Patientin muss ein neues Selbstbild finden. In dieser Zeit ergaben sich auch keine grossen Unterschiede mehr zwischen Frauen, die betreut wurden, und Frauen ohne Betreuung.

Es handelt sich um einen Prozess, den die Frau weitgehend selbst durchstehen muss, auch wenn sie ihre Probleme noch gelegentlich mit einer Vertrauens person bespricht.
Angst vor der Entlassung war geprägt durch Angst vor Partnerverlust, Angst vor Verlust der gesellschaftlichen und beruflichen Position, weil gesamthaft das Selbstwertgefühl eingeschränkt war.
Wiederaufnahme der Arbeit wird als Belastung empfunden. Es fehlen die Aggressionssteigerung, das Sich-Auflehnen (Warum gerade ich?) und die vermehrte Angst vor sexuellen Kontakten auf.

Kritische Periode

Die Feststellung des Wiederauftretens der Grundkrankheit ist wiederum eine kritische Periode.
Der emotionelle Stress ist jedoch weitgehend abhängig von der vorherigen Behandlung.

Man soll die Situation realistisch einschätzen, denn jedliche Therapie gibt Hoffnung, jedoch ist diese meist aggressiver als in der ersten Phase.

Rekonstruktion der Brust

Ungefähr 80% beider Gruppen wünschten sich nach der Operation eine Rekonstruktion.
Ein Jahr nach der Operation jedoch lediglich nur noch 30%
Zwischenzeitlich erfolgte die Information über diese Operation, z.B. dass die lokale Kontrolle erschwert sei und die rekonstruierte Brust keine Sensibilität aufweist.
Das Rekonstruktionsgespräch anlässlich der ersten Nachkontrolle, 3 Monate nach der Operation, hat sich als gute Hilfe gegen die Depression gezeigt.

Alles umsonst?

Auch bei der Betreuung Schwerstkranker kann das Betreuungsteam gute Hilfe anbieten, indem es nicht nur die Patientin, sondern auch im wesentlichen die Familie betreut.
Von 95 betreuten Frauen würden sich 90 wiederum betreuen lassen.
Die Beziehung zu der betreuenden Person bleibt meist aufrechterhalten.
Als erfreuliches Nebenresultat unserer Betreuungsgruppe haben wir feststellen können, dass bei betreuten Patientinnen keine paramedizinischen Behandlungen mehr durchgeführt wurden, im Gegensatz zu nicht betreuten Gruppen, in der mehrere Patientinnen sich Saft- und anderen Quacksalber-Kuren unterzogen haben.
Ich möchte ganz speziell darauf hinweisen, dass jede Betreuerin für ihre Patientin ungefähr 25 Stunden aufgewendet hat.
Postoperative Betreuung von Brustkrebspatientinnen hat im Team (Schwester, Betreuungsperson, Arzt) zu erfolgen und muss vor der Diagnose beginnen, damit Verzweiflung, Schmerz-und das Vernichtungsgefühl im Rahmen gehalten werden können.
Bei den immer wieder auftretenden Depressions. und Angstgefühlen handelt es sich um eine wahrscheinlich normale Reaktion auf die Brustkrebsdiagnose und Operation, aber gerade diese können durch die Betreuung vermindert werdern.

Universitätsklinik Bern
(Direktor Prof. M. Berger)
M. Walther, U. Schmukle,
W. Peterhans.

Die Schweizerische Krebsliga hat eine sehr wichtige Broschüre zum Thema Krebs herausgegeben: Wissen, Vorbeugen, Heilen, Helfen.
Sie ist zu beziehen bei der Schweizerischen Krebsliga, Informationsdienst, Monbijoustrasse 61, Postfach 2284, 3001 Bern.

Macht die Seele den Körper krank?

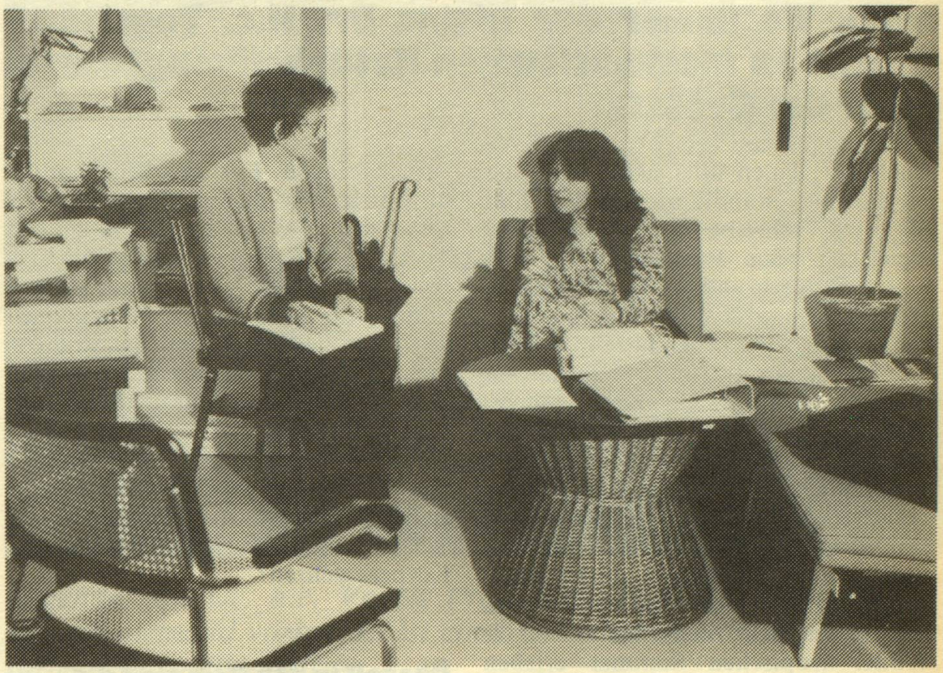
Als BGF Mitglied (Zürich) erhielt ich heute die 5. Ausgabe Ihrer Zeitschrift und freute mich, wie stets seit Ihrem Amtsantritt, über das Niveau. Nun sehe ich in der Vorschau einen Artikel «Macht die Seele den Körper krank» und das gibt mir die Idee, Sie vielleicht zu einer Reportage über die vielen, brustkrebskranken Frauen zu ermutigen:
Dass die Seele den Körper krank macht, ist mich eine Binsenwahrheit, bin ich doch selbst betroffen und gleichzeitig Psychologin. Ich bin die 1. offizielle Betreuerin einer Gruppe brustkrebskranker Frauen unter den Ägiden der Kant. Krebsliga. Sie sind herzlich zu einer solchen Gruppenzusammenkunft eingeladen (Mittwochs), wenn Sie sich dafür interessieren!
Krebs (Brustkrebs insbesonders) ist eine grosse Lebenskrise ganz besonderer Art, die neben der unvermeidlichen Todesangst ganz spezifisch *weibliche* Ängste und Selbstwerteinbrüche produziert. Kommt oft noch die Stigmatisierung der Aussenwelt dazu, die dann eine persönliche Isolation verursacht – gerade das Gegenteil, was zur Heilung notwendig wäre! Es wäre meines Erachtens ausserordentlich wichtig, auf diese (unentgeltliche) Dienstleistung der Krebsliga hinzuweisen, wobei auch Gespräche unter 4 Augen von ihr übernommen werden, wenn es sich als nötig erweist.
Man hört meist negatives über diese persönliche Grenzerfahrung – wäre es nicht sehr wichtig, Hinweise für eine positive Bewältigung zu geben?

Lore Louis-Hoffmann, 8700 Küsnacht
Fachmitglied der Schweiz. Gesellschaft für Individualpsychologie, Küsnacht

Ihr Brief ist eine höchst willkommene Ergänzung zum Schwergewichtsthema dieser Ausgabe.

Die Redaktion

Drei Frauen gründeten eine Patientenorganisation (SPO)



Die Schweizerische Patientenorganisation, mit Sitz in 8001 Zürich, wurde von drei Frauen ins Leben gerufen. In den siebziger jahren erlebten Frau Gut und Frau Bamert die Folge missglückter Operationen, Charlotte Häni als Gattin eines Rollstuhlpatienten, das Ausgeliefertsein des Kranken an die Macht der Ärzte und des Krankenpersonals. Sie spürten hautnah, dass die moderne Medizin den kranken Menschen mit seinem Körper, seinem Geist und seiner Seele ausser Acht lässt, sondern bloss versucht, mit Chemie, Technik oder Stahl, Krankengut zu therapieren. Sie sahen ebenfalls, dass alle im Krankensektor Beschäftigten dabei gut bis sehr gut verdienen, da sie in einflussreichen Berufsverbänden zusammengeschlossen sind, während die Hauptperson, der Patient als Auftraggeber und Zahlender, völlig allein auf sich selbst angewiesen ist. Er bleibt es auch, falls etwas während seiner Behandlung schief laufen sollte, und er im Dschungel der Gesetze und der Verordnungen Hilfe suchen muss.

Die drei Frauen fanden sich durch Leserbriefe und versuchten gemeinsam Politiker für Patientenprobleme zu interessieren, um einen Patientenverband zu gründen. Niemand wollte das «heisse Eisen» anfassen, bis 1978 das Gottlieb Duttweiler Institut in Rüschlikon im Rahmen einer Bürgeraktion im Le Corbusier Center in Zürich die «Patienten-Klagemauer» ermöglichte.

Es trafen unerwartet viele Klagen ein, u.a. der Narkoseunfall in der Zürcher Frauenklinik und eine schwere Medikamentenvergiftung; beide Fälle beschäftigten damals die Presse, Radio und Fernsehen. Der anschliessend gegründete Verein «Patientenstelle» arbeitete leider nicht statutengemäss parteipolitisch neutral. Die Initiantinnen sahen dadurch ihre Ziele, als grosser Verband die Anerkennung des Patienten als gleichberechtigter Partner in allen Bereichen des Gesundheitswesens, anzustreben, gefährdet.

Im Mai 1981 konstituierte sich deshalb die unabhängige, parteipolitisch neutrale Schweizerische Patientenorganisation mit Sekretariat in Zürich. Erster präsident ist Rechtsanwalt Marcel Dora. Er setzt sich, als Sehbehinderter, besonders für die Probleme der kranken Behinderten ein. Als Vorstandsmitglied konnte Frau Silvia Hunziker vom Konsumentenforum der deutschen Schweiz (der Patient ist auch Konsument) gewonnen werden. Ein vereinsunabhängiger Arbeitskreis mit Fachleuten der Krankenkasse, der Medizin, des Pflegepersonals, der Privatversicherungen, des Sozialwesens und des Rechtes stehen der SPO beratend zur Seite. An der Zähringerstr. 32 in Zürich 1 wird die Patientenberatungsstelle geführt, die rege beansprucht wird. Die dort aufgezeigten Probleme bestätigen laufend die Notwendigkeit eines geschlossen auftretenden Patientenverbandes.

Mit konkreten Beispielen und Zahlen gelangt die Schweiz. Patientenorganisation teils direkt an die Gesundheitsbehörden oder Spitäler, oder auch an einzelne Ärzte oder, mittels Presseberichten, an die Öffentlichkeit, um Veränderungen zugunsten der Patienten in die Wege zu leiten. auf der Pendenzenliste stehen zur Zeit: 1. Ein Verbo oder die Deklarationspflicht von chemischen Lebensmittelfarbstoffen bei der Medikamentenherstellung, da diese lebensgefährliche Komplikationen bei Asthmatikern auslösen können. 2. Die Informationspflicht des Arztes, die den Patienten ermöglicht, Risiken und Erfolgsaussichten der vorgeschlagenen Therapie umfassend abzuschätzen. 3. Die Ärztehaftpflicht. 4. Der Datenschutz. 5. Der Missbrauch von Psychopharmaka, d.h. die leichtfertige Rezeptierung von Tranquilizern durch Nichtpsychiater wie Hausärzte, Zahnärzte usw. 6. Beitrag der Patienten zum Kostensparen.

Ihre Tätigkeit finanziert die SPO aus Mitgliederbeiträgen, Erlös aus der Patientenzeitung und aus Spenden. So kann der Verein unabhängig arbeiten, ist jedoch in seinem Aktionsradius durch bescheidene Mittel vorläufig noch sehr beschränkt. Der Vorstand hofft, durch gezielten Einsatz, die Lage der Patienten wirksam zu verbessern und dadurch viele neue Mitglieder, vor allem aktive Mitarbeiter werben zu können. *Charlotte Häni*

Schw. Patientenorganisation
Zähringerstr. 32, 8001 Zürich

Rheuma
Arthritis
Neuralgie
Migräne
Erkältungen
Bandscheiben
Sportverletzungen

Schmerzfrei – **ohne Tabletten** – dank

Tiger-Balsam

mit der belebenden Kraft der Natur!

Tiger-Balsam – besonders empfohlen allen Leserinnen von «mir Fraue»!

als Salbe oder Öl in Apotheken und Drogerien

Wehrt Euch Eurer Haut

Dr. H.c. Alfred Vogel, der heute in Riehen bei Basel wohnt, ist Pflanzenheilkundiger und Philosoph. Wo immer der kleine Dr. H.c. Vogel auftaucht an internationalen Naturheilkongressen, ist er der Grösste.

Auch mit seinen über achtzig Jahren ist er noch ständig unterwegs, hält Vorträge, schreibt seine Zeitschrift, entwickelt neue Produkte. Nur mit Reisen zu Naturvölkern in unwegsame Steppen, Sumpf- oder Urwaldregionen, wo er «Naturheilmittel», unverfälschte Nahrung und Heilpflanzen studierte, hat er ein wenig eingeschränkt. Sein Buch «Der kleine Doktor» hat die Bestsellerauflagen von 1½ Mio. erreicht. Er stellt dieses Werk selbstbewusst neben «dem grossen Doktor», die Schulmedizin.

Sein «Gesundheitsführer durch südliche Länder», schloss eine Marktlücke. Seit immer mehr Menschen mitten im Winter tropischen Sommer erleben wollen, weil der Stundensprung von Mitteleuropa in tropische und subtropische Gebiete beinahe für jeden möglich geworden ist, kommt eine immer grösser werdende Zahl von Reisenden mit hartnäckigen, manchmal gefährlichen Krankheiten zurück. Viele Menschen geraten durch reine Unwissenheit in Lebensgefahr.

Sein Vogel-Brot wird in Australien mit Riesenerfolg vertrieben. Die Vogel Naturheilprodukte finden sich in Reformhäusern und Drogerien.

Aufgewachsen ist Alfred Vogel in Aesch. Schon seine Grossmutter und sein Vater waren Kräuterkundige. Der Vater gab dem Buben, wenn sie unterwegs waren, ständig etwas zu kauen: eine Beere, ein Blatt, eine Flechte.Und so lernte der heute berühmte Naturheilarzt mit den Pflanzen umzugehen, ihre Gefährlichkeit aber auch ihren Heilwert kennen.

Er versteht sich mit Mohamedanern, Buddhisten, Christen und Heiden. Zu seinen Freunden zählen die einfachsten Menschen wie auch hochgelehrte Professoren. Für ihn ist Gott ein Künstler von unvorstellbarer Schöpfungskraft.

Und geschäftstüchtig ist er auch, der kleine Doktor honoris causa. Er hat Fabriken, er besitzt Land, auf welchem seine Medizinpflanzen wachsen, eine Tagesklinik in Teufen gehört dazu, usw.

Nach dem Tod seiner Frau und Mitarbeiterin, mit der er 55 Jahre verheiratet war, lebte er mit seiner Tochter recht zurückgezogen. Für die zurückhaltende Gattin war dieser Mann wie eine Lokomotive. Wenn sie einmal auf das Trittbrett aufspringen wollte, um sich etwas auszuruhen von diesem Tempo, brauste die Lokomotive noch schneller. Aber sie war so sehr ein Teil von ihm selber, dass er, der andern so gut zuhören kann, gar nicht merkte, wie er sie überforderte.

Nach einem Mittagessen mit Naturreis und biologisch gezüchtetem Gemüse stellte ich ihm ein paar Fragen, wie soll sich die Frau ihrer Haut, resp. ihres Körpers wehren?

Überall in der Welt sind die Frauen die Benachteiligten

Redaktion: Man hat das Gefühl, dass sehr viel Gleichberechtigung zwar auf dem Papier steht, dass aber die Frauen trotzdem immer die Benachteiligten sind.

Dr. A. Vogel: Es stimmt. Ich habe auf allen meinen Reisen immer das gleiche erlebt. die Frauen sind in allen Zivilisationen immer die Benachteiligten.

Redaktion: Es geht in dieser Ausgabe um die weisse Front, die Ärzte. Wird heute nach Ihrer Meinung nach nicht zuviel geschniten und ausgeräumt? Ich habe letzthin bei einer Einladung schockiert zwei Ärzten zugehört. Der eine fragte: «Wieviel Laternen hast Du diese Woche ausgeräumt?»

Dr. A. V.: Es wird heute ganz ohne Zweifel zuviel abgeschnitten und ausgeräumt. Es gibt nur eine Gebärmutter, aber mehrere Bänder. Unter Umständen hilft eine subtile Operation an den Bändern mehr als das totale Ausräumen. Auch viele Brustamputationen wären in der radikalen Form nicht nötig. Man könnte Knoten elegant und kosmetisch herausoperieren. Nur, solche Operationen erfordern viel Aufwand. Es ist kriminell, wie viele Chirurgen bei sogenannten Totaloperationen die Frauen verstümmeln.

Redaktion: Wie aber kann sich eine Frau wehren. Wenn ihr ein Arzt sagt, dass Verdacht auf Krebs besteht, steht sie doch unter einem Schock? Sie lässt alles mit sich gefallen, sie liefert sich wiederspruchslos aus?

Dr. A. V.: Frauen müssen lernen nein zu sagen. Sie müssen den Mut haben zu sagen, dass sie das Urteil von einem anderen Arzt bestätigt haben wollen. Wenn eine Frau mit ihrer Schneiderin oder ihrer Coiffeuse nicht zufrieden ist, wechselt sie ja auch. Warum sollte sie ausgerechnet dann, wenn es um ihren Körper geht, sich nicht wehren dürfen? Und wenn auch der zweite Arzt nicht richtig Auskunft oder kein echtes Zutrauen zu erwecken vermag, muss sie den Mut aufbringen weiter zu suchen. Es ist die eigene Individualität, die sie zu verteidigen hat. Sie muss sich für ihre verbrieften Rechte, die ihr von der Schöpfung gegeben worden sind, wehren ...

Redaktion: Jeder Arzt sagt heute im privaten Gespräch, dass sehr viele Krankheiten, bis 70 und mehr Prozent seelischen Ursprung haben. Was ist daran wirklich war? Einen Arzt zu finden, der zu einer solchen Aussage steht und auch die Zusammenhänge erklärt, habe ich trotz meiner Suche landauf landab nicht gefunden.

Die Seele zu definieren ist unmöglich, dass man sich auf Erklärungen, was diese verbitterte, frustrierte, verängstigte Seele dem Körper antut, nicht festlegen lassen will, ist verständlich. Aber ehrlich, besteht dieser enge Zusammenhang zwischen Seele und Körper und Krankheit?

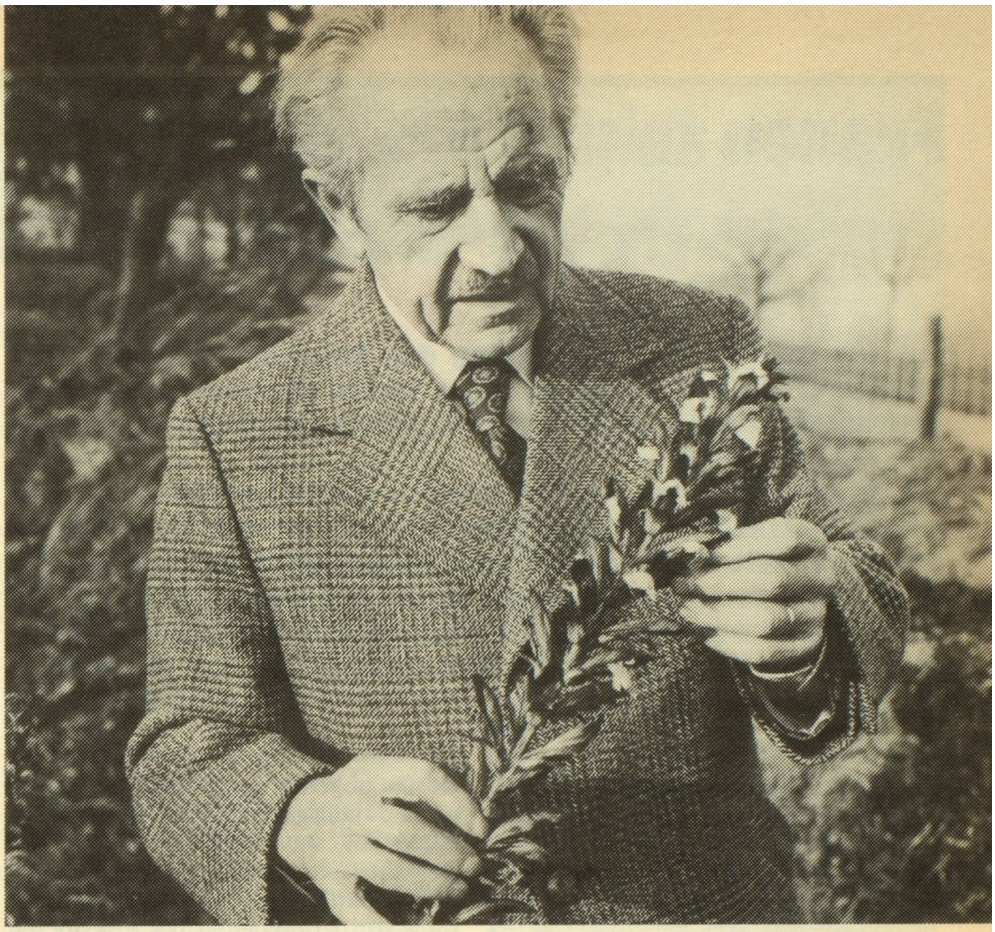
Dr. A. V.: Wenn sich eine Frau beispielsweise nicht mehr geliebt fühlt, verschwindet Lebensfreude. Da das Drüsensystem nur funktioniert, wenn man in Harmonie, Freude und Ausgleich lebt, trocknet, um es sehr populär zu sagen, äussere und innere Sekretionen aus. Drüsen werden stark in Mitleidenschaft gezogen.

Diese Reduktion hat Folgen. Das wirkt wie ein Stein, den man ins Wasser wirft. Er zieht unendlich viele Kreise. Jede seelische Gleichgewichtsstörung führt zu einer körperlichen. Der Arzt setzt sich nur mit dem Sichtbaren auseinander. Seelische Verkrampfung wirken aber auch auf die Nerven und die Muskeln.

Redaktion: Die unsichtbare, unermessbare, nicht statistisch erfassbare Seele ist nach Ihrer Meinung die Ursache der meisten Krankheiten. Ist sie es auch bei Krebs? Könnte Krebs entstehen, weil ein Mensch tief drin in sich selber

einfach nicht mehr will, keine Immunkörper mehr entwickelt, um krankhafte Veränderungen aus einiger Kraft zu bekämpfen?
Dr. A. V.: So kann man das bestimmt nicht sagen. Bis ein Krebs ausbricht, braucht es sehr viele Dinge. Die Vererbung spielt zu 10 bis 30% eine Rolle. Die Ernährung ist wichtig. Umwelteinflüsse können zu 70 bis 80% auslösende Wirkung haben. Nehmen wir eine Liste von 100 Punkten an. Die letzten 10%, das was also bewirkt, dass der Krebs seinen tödlichen Wachtum beginnt, kann dann durchaus durch übertriebenes Rauchen, durch eine seelische Depression, durch Stress ausgelöst werden. Die Seele kann also Krebs nicht verursachen, aber ein gestörtes Seelenleben kann den letzten Anstoss für den Ausbruch der Krankheit geben.

Redaktion: Ärzte haben keine Zeit, sich neben dem kranken Körper noch um die Seele zu kümmern. Was kann denn veranlassen, dass die Seele dem Körper schlecht bekommt?
Dr. A. V.: Jeder Mensch braucht eine Aufgabe, eine Lebensaufgabe. Er muss fühlen, dass man ihn braucht, das er angenommen wird. Nehmen Sie als Beispiel Prinz Claus der Niederlande. Es war gezwungen, das Leben einer Drohne zu führen. Daran kann ein Mensch sterben.



Legende: An Dr. h.c. Vogels Produkten, Büchern, Zeitschriften kommt niemand vorbei. Er ist einer der seltenen Könner einer Naturheil-Alternativmedizin.

Redaktion: Sie sind nicht nur ein sehr bekannter und anerkannter Naturheilarzt, sie sind auch Ernährungsspezialist.
Dr. A. V.: Es gibt einen sehr einfachen Ernährungsgrundsatz: Lasst die Nahrungsmittel so natürlich wie möglich. Jeder Mensch hat eine natürliche Begabung, das Echte zu erkennen. Er sollte diesen Instinkt benützen. Wenn wir die Nahrung möglichst unraffiniert und unbehandelt essen, dann sind wir automatisch ernährt.
Ein natürliches Getreidekorn, ein echtes Reiskorn enthält alles, was der Körper braucht.
Raffinierter weisser Zucker zum Beispiel, wächst bestimmt nicht auf Bäumen oder in Sträuchern. Wir haben den echten Zucker so denaturiert, dass er uns schädlich wird.

Redaktion: Sie haben kürzlich Ihre Frau verloren, die Ihnen sehr viel bedeutet hat. Was ist der Tod für Sie, Freund oder Feind?
Dr. A. V.: Der Tod ist der Feind der Menschen. Gott wäre nicht der grosse Künstler, der er ist, wenn er nicht wollte, dass wir leben. Mit siebzig Jahren hat man ja kaum begriffen, worum es geht. Warum sollte diese grosse Zeit der Reife und des Erkennens nicht voll gelebt werden können? Warum sollten die Menschen von heute nicht biblische Alter erreichen? Wir wissen heute bereits sehr viel, wir haben nur das letzte Glied in einer Kette noch nicht gefunden, das den Stromkreis schliesst.

Sabine Basler

Klosters

GOTSCHNA BAHN

Willkommen auf GOTSCHNA-PARSENN

AG Luftseilbahn Klosters–Gotschnagrat–Parsenn, 7250 Klosters, Tel. (083) 41390

HSE (gegründet 1945)

Sprachen nach Mass
mit dem Lehrer und im Labor nach freier Zeitwahl

Tages- und Abendkurse ab 6 Schülern. Besonders für Französisch, Englisch, Deutsch, Spanisch, Italienisch, Russisch, Portugiesisch. Vorbereitungskurse für Cambridge, London GCE, London Chamber of Commerce (Spoken English), Alliance Française usw. — Nachhilfe-Unterricht für Sekundarschüler und Gymnasiasten.
Vermittlung von Schulen in England

Hull's School of English and Modern Languages
Zeltweg 25, 8032 Zürich, Telefon 69 44 50

Die Schule bleibt das ganze Jahr geöffnet.

isx167038d

Frauen zahlen 10% mehr

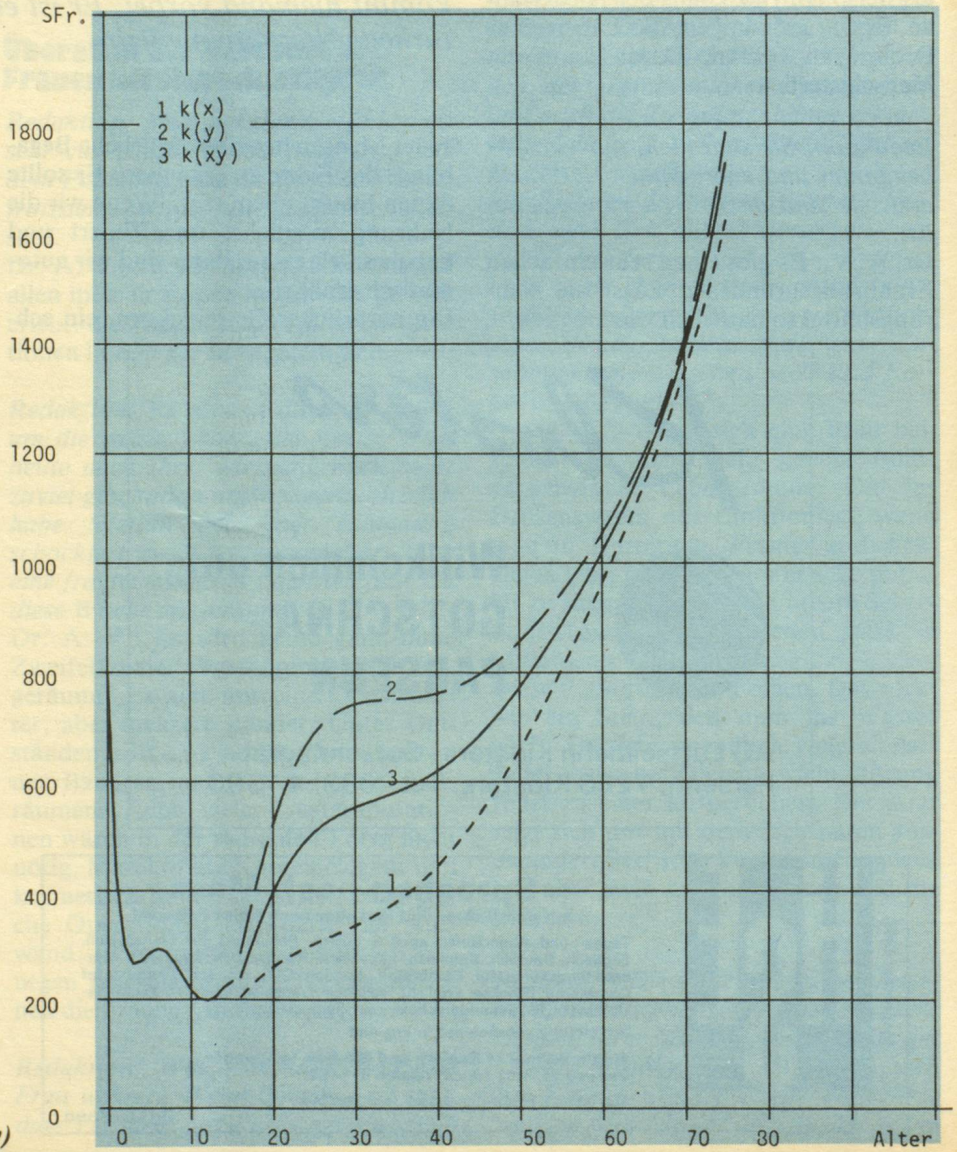
An der Delegiertenversammlung des Schweiz. Verbandes für Frauenrechte, vom 28. Mai in Bern, wurde ein Antrag von Mont. Neuchâteloises gestellt zum Thema «Höhere Beiträge der Frauen an Krankenkassen».
Direktor R. Brülhart von der Schweiz. Grütli hat sich, trotz seiner Arbeitsbelastung bereit erklärt, uns Frauen zu erklären, wie das Problem aus der Sicht der Krankenkassen aussieht. Sie finden hier den neuesten Stand der Entwicklung. Solche Top-Informationen werden in der kommenden Auseinandersetzung in den Eidg. Räten ausserordentlich wichtig sein. Die Statistiken stammen vom 3. März 1983.
Die Redaktion

Frauen- und Männerprämien in der sozialen Krankenversicherung

Die Bundesverfassung schliesst Vorrechte von Personen aus und verlangt – seit dem 14. Juni 1981 – ausdrücklich die Gleichstellung der Geschlechter. Tatsächlich erweist sich die Situation der Frau in der Wirtschaft und Gesellschaft heute noch als zum Teil sehr verschieden von jener des Mannes.
Nun ist das Feld ungleicher Möglichkeiten und Aufgaben von Frau und Mann, in Familie, Wirtschaft, Staat und Politik äussers weit, und die hier behandelte Problematik nur ein bescheidener Teil davon.
Es geht also nicht darum, Defizite in den Rechten der Frau mit Überschüssen an männlichen Pflichten zu verrechnen, wie dies zur Entrüstung von Frauenkreisen zuweilen sehr zu Unrecht getan wird.
Hier soll von der Ungleichheit der Frauen- und Männerprämien in der sozialen Krankenversicherung die Rede sein, wobei auch dem Phänomen der Mutterschaft aus Versicherungssicht nachgegangen werden soll.
Untersucht man die Kosten der Krankenpflegeversicherung in Abhängigkeit von Alter und Geschlecht, so ergibt sich folgendes Bild:

Mehrkosten der Frauen zwischen 20 und 50 Jahren

Im Kindesalter nehmen die durchschnittlichen Krankenpflegekosten vom Tag der Geburt an – hier sind die Kosten ungefähr gleich hoch wie diejenigen 55jähriger Männer – bis zum 12. Altersjahr ab, wenn man von einer Zwischenspitze absieht, deren Kulminationspunkt etwa bei Alter 7 (Erfassung von Krankheiten bei Eintritt ins Schulalter!) liegt. Vom 12 Lebensjahr an nehmen sie mit steigendem Alter zu, was der Kurvenlauf für männliche Versicherte (1), weibliche Versicherte (2) und insgesamt (3) ohne weiteres zeigt. Deutlich zu erkennen sind die Mehrkosten der Frauen gegenüber jenen der Männer, besonders zwischen Alter 20 und 50. Ursache hiefür sind insbesondere die spezifischen Frauen-Krankheiten und der Einfluss des Faktors Mutterschaft.
Was die sogenannte Morbidität unter Ausklammerung der Mutterschaft betrifft, so stellen wir fest, dass die bei den Krankenkassen angefallenen gesamten Pflegekosten je Versicherten 1980 für Frauen mit rund 900 Franken um 50% höher liegen als für Männer (600 Franken). Bei den Erkrankungsfällen je Versichrten ist der entsprechende Überwert 60% (Angaben: Bundesamt für Sozialversicherung).



Kosten pro Versicherte k
Männlich (x), Weiblich (y), Insgesamt (xy)

«Alle Schweizer sind vor dem Gesetze gleich. Es gibt in der Schweiz keine Untertanenverhältnisse, keine Vorrechte des Orts, der Geburt, der Familien oder Personen.
Mann und Frau sind gleichberechtigt. Das Gesetz sorgt für ihre Gleichstellung, vor allem in Familie, Ausbildung und Arbeit. Mann und Frau haben Anspruch auf gleichen Lohn für gleichwertige Arbeit.»
(Bundesverfassung, Artikel 4)

Dafür sind Männer bei der Suva teurer

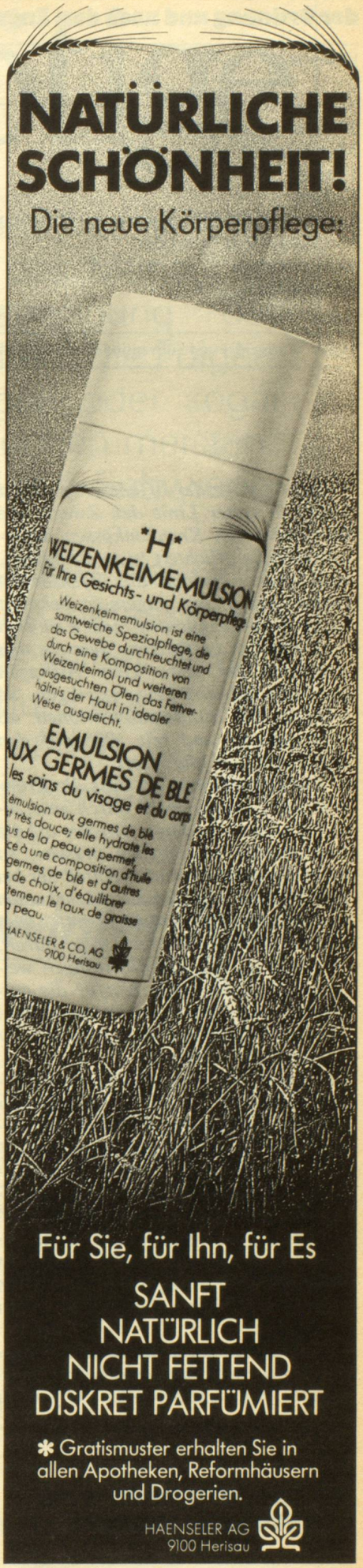
Nun wird von Frauenseite zuweilen festgehalten, dass Unterschiede in der Morbidität sich daraus ergeben, dass bei den Männern die Unfallkosten vermehrt anderen Versicherungsträgern anheimfallen, besonders der SUVA, währenddem sie sich für die Frauen in der Krankenversicherung niederschlagen. Ähnlich hinke der Vergleich deswegen, weil Männer in der Regel weniger Spitalpflege bedürften, da diese Aufgabe oftmals zuhause von Frauen übernommen werde. Diese Erklärungen sind ohne Zweifel ansatzweise richtig, genügen jedoch in keiner Weise, das Phänomen der ungleichen Krankheitshäufigkeit zu erklären. So macht der Anteil der (subsidiären) Unfall-Leistungen bei der Grütli gesamthaft schwache 3 prozent der Versicherungsleistungen aus, und was die Ersatzwirkung weiblicher Heimpflege betrifft, so ist zu vermerken, dass die stationären Kosten bloss ca. 40 prozent der gesamten Pflegekosten ausmachen, so dass in beiden Fällen die genannten Faktoren von eher bescheidenem Gewicht sind

Mutterschaft ist keine Krankheit

Was die Mutterschaft im besonderen betrifft, so handelt es sich hierbei um keine Krankheit, sondern um einen Kostenfaktor eigener Kategorie, der Frau und Mann gleichermassen angeht und sinnvollerweise in einem gesonderten Gesetz, statt im Kranken – und Unfallversicherungsgesetz zu behandeln wäre. Nicht von ungefähr fordert die Bundesverfassung: «Der Bund wird auf dem Wege der Gesetzgebung die Mutterschaftsversicherung einrichten.» Die Kritik an dieser Tatsache ist nicht kleinliche Rechtsformalistik: der Einbezug der Mutterschaftsversicherung ins Krankenversicherungsrecht führt zu einer bedenklichen Vermischung der Probleme, besonders der Finanzierungsprobleme bei Krankheit einerseits und Mutterschaft andererseits, wie weiter unten gezeigt werden soll.
In Schlussfolgerung aus dem bisher Gesagten stellen wir fest, dass wir Prämiengleichheit für Männer und Frauen grundsätzlich befürworten. Erstens, weil die höhere Krankheitshäufigkeit der Frau als naturbedingte, keiner Entschuldigung oder Begründung bedürftigen Tatsache verstanden werden muss, und zweitens, weil das Phänomen der Mutterschaft Frauen und Männer gleichermassen betrifft und bezüglich der Kostenfolge keineswegs dem weiblichen Geschlecht allein anzulasten ist.
Trotzdem setzen wir in der heutigen Situation und entgegen unserer Überzeugung in den meisten Versicherungsabteilungen die Prämien um 10 Prozent höher als bei den Männern, schöpfen mit anderen Worten die Vorschrift aus KUVG Art. 6 bis voll aus, wonach die Mitgliederbeiträge für die Frauen diejenigen für die Männer um höchstens 10 Prozent übersteigen dürfen.

Keine Schizophrenie der Krankenkassen

Diese die Frau benachteiligende Massnahme entspringt jedoch nicht einer Schizophrenie der Krankenkassen, sondern ist die Folge rechtlicher und marktwirtschaftlicher Gegebenheiten, die die prämienmässige Ungleichheit erzwingen und zementieren:
1. Die Finanzierung der bei den Frauen anfallenden, von uns nachgewiesenen Mehrkosten erfolgt im wesentlichen aus den Mitgliederbeiträgen von Männern und Frauen und aus Beiträgen der öffentlichen Hand im Sinne von Zuschüssen für Frauen und Wochenbetten, wobei diese letzteren in keiner Weise ausreichen, die Mehrkosten auszugleichen.
2. Die Privatassekuranz, mit welcher die Krankenkassen in Konkurrenz stehen (sie untersteht anderen Rechtsnormen), bezieht keine Subventionen, fixiert die Prämien andererseits risiko «gerecht», d.h, nach Kostenanfall. Die Frauenprämien liegen in der privaten Krankenversicherung demzufolge in der Regel um 50–60% über jenen der Männer. Zudem spezialisiert sich die Privatversicherung auf gute Risiken und die Zusatzversicherungen für den Spitalaufenthalt, die die Krankenkassen zwar ebenfalls führen, deren Überschüsse sie aber dazu verwenden müssen, um die defizitäre Grundversicherung zu sanieren; an dieser sind die Privatversicherer wenig interessiert.



Die Suventionen des Bundes an die Krankenkassen nach geltender Ordnung und nach dem Entwurf im Jahre 1982

Elemente	Jahresbelastung in Millionen Franken	
	geltende Ordnung	Entwurf
Männer	96	—
Mutterschaft	38	170
Frauen	556	425
Kinder	68	145
Leistungen bei Erkrankung an Tuberkulose	6	—
Krankenpflege Invalider	95	—
Bergzuschlag	21	—
Sozialhypotheken	—	140
Total	880	880[1]

[1] Ohne Wartgelder und Subventionen von 20 Millionen Franken an Kantone

3. Die Beiträge der öffentlichen Hand hätten in erster Linie den Zweck, die im Gesetz den Krankenkassen auferlegten Sozialpflichten zu entschädigen. Nun stecken jedoch die öffentlichen Gemeinwesen, wie allgemein bekannt ist, in Finanzengpässen, denen sie sich u.a. dadurch entledigen, dass sie den Ausgleich der gesetzlichen Auflagen nur noch teilweise bewerkstelligen. So wurden die Bundessubventionen ab 1975 gekürzt und seit 1978 auf den Stand von 1976 plafoniert.

4. Die Folge davon ist, dass die Krankenkassen immer mehr durch gesetzliche Auflagen bedingte Kosten an die Versicherten weitergeben müssen, so auch den dominierenden Anteil der bei den Frauen anfallenden Mehrkosten aus Krankheit und Mutterschaft. Dies hindert den Bund jedoch nicht daran, das Feld solcher Verpflichtungen weiter auszubauen, ohne hierfür die entsprechenden Mittel bereit zu stellen. Hier wird Sozialpolitik auf Kosten der Begünstigten betrieben.

Ein neuer Höhepunkt derartiger «Sozialpolitik» ist in der Botschaft über die Teilrevision der Krankenversicherung vom 19. August 1981 enthalten.

5. Wir haben bereits auf die Verflechtung von Finanzstrukturen im Zusammenhang zur Versicherung der Mutterschaft hingewiesen. Gerade solche unheilvolle Verfilzungen sind es, die das Volk darüber hinwegtäuschen, dass ein Sozialausbau ohne Steuergelder nicht möglich ist.

Immerhin ist die Tabelle aus der bereits zitierten bundesrätlichen Botschaft von entlarvender Offenheit

Mutterschaftsversicherung im KUVG wider jede Vernunft

Sollte das neue Kranken- (und Mutterschafts-) versicherungsgesetz sich wider jede Vernunft durchsetzen, so würden den Krankenkassen die (ausgebauten) Mutterschaftspflegeleistungen vergütet. Die begeisternde Realisierung eines alten Postulats? Keineswegs. Zwar würde zu Werten von 1982 die Subventionierung der Mutterschaft von 38 Millionen Franken auf 170 Millionern Franken (+ 132 Millionen Franken) ansteigen. Dies aber auf Kosten der übrigen Subventionen für die Krankenversicherung, u.a. der Frauensubventionen, die um 131 Millionen Franken abnehmen sollen. Insgesamt bleibt die Subventionssumme die gleiche und sinkt in der Krankenversicherung im Masse, in dem sie in der Mutterschaftsversicherung ansteigt.

6. Die steigenden Kosten in der Krankenversicherung müssen bei stagnierender oder sinkender Subventionierung immer mehr durch Beiträge der versicherten Männer und Frauen eingeholt werden.

7. Wegen der Freiwilligkeit der Krankenpflegeversicherung ist damit der Entscheid des Mannes über den Verbleib bei der Krankenkasse immer auch ein individueller Solidaritätsentscheid mit den Frauen, der bei steigenden Prämien und einer verschlechterten Wirtschaftslage immer mehr zu Ungunsten der Krankenkassen ausfällt. In diesem Zusammenhang schreibt der Bundesrat in seiner Botschaft: «In einer Sozialversicherung könnte man an sich verlangen, dass die Männer in noch stärkerem Masse solche Solidaritätsleistungen zugunsten der Frauen erbringen, dass also Männer un Frauen – trotz des Kostenunterschiedes – gleich hohe Prämien bezahlen. Die Schwierigkeit besteht aber darin, dass die Männer in einer freiwilligen, durch eine unbestimmte Zahl von grundsätzlich autonomen Kassen durchgeführten Krankenversicherung, wie wir sie in unserem Land kennen, dieser Solidarität sehr leicht ausweichen könnten. Zum einen könnten sie sich, insbesondere jüngere und gesunde Männer, ausserhalb der sozialen Krankenversicherung versichern. Anderseits kann der Tätigkeitsbereich von Krankenkassen (...) so umschrieben werden, dass sie praktisch nur Männer umfassen. Bei hohen Solidaritätsleistungen würde die Tendenz, dass sich Männer in solchen Risikogemeinschaften zusammenfinden, verstärkt. Die Prämiengleichheit liesse sich daher nur um den Preis von höheren Bundesbeiträgen zum Ausgleich des Kostenunterschiedes verwirklichen. Diese Lösung fällt jedoch mit Rücksicht auf die Finanzlage des Bundes ausser Betracht.»

8. Aus den genannten Gründen schöpfen die Krankenkassen die gesetzliche Möglichkeit aus, die Prämien um 10 Prozent zu differenzieren. Dies widerspricht zwar den Anliegen der Frauen, ist aber unter den heutigen Gegebenheiten unvermeidlich.

R. Brülhart
Direktor der Schweizerischen Grütli

hobby zyt
Schweizerische Zeitschrift für Heimwerker+Bastler
Senden Sie mir eine Probenummer.
Telefon (01) 910 80 16
Verlag Börsig AG, 8703 Erlenbach
Name
Adresse
PLZ/Ort

Der unnötige Tod

Keine Maschine muss so viel leisten wie das Herz des Menschen. Ständige Überanstrengung des Herzens kann zu einem Herzinfarkt führen. Die Folgen: schwere gesundheitliche Schädigungen oder sogar ein unnötig früher Tod. Gleichzeitig tauchen meistens ernste familiäre, finanzielle oder berufliche Schwierigkeiten auf.

Wie kann ich im täglichen Leben die Risiken eines Herzinfarktes vermindern? Mit dieser Frage befasst sich Professor Dr. med. Meinrad Schär in seiner Schrift ‹Der unnötige Tod›, die von der Winterthur-Leben finanziert worden ist. Mit dem untenstehenden Coupon können Sie diesen Ratgeber jederzeit kostenlos beziehen. Er ist auch für Ihr Leben wichtig!

Generaldirektion
Information & Kommunikation
Winterthur

winterthur
leben

Bitte senden Sie mir kostenlos den Ratgeber ‹Der unnötige Tod› von Professor Dr. med. Meinrad Schär.

Name _____ Vorname _____

Beruf _____

Strasse _____ PLZ/Wohnort _____

Bitte in Blockschrift ausfüllen und einsenden an:

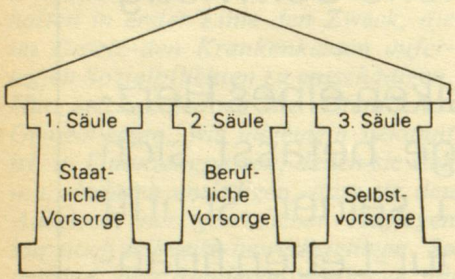
Generaldirektion, Information & Kommunikation,
8401 Winterthur

Gleichberechtigung – gleich versichert?

Die Vorsorge – Probleme der Frau

«Gleiche Rechte für Mann und Frau» ist heute nicht mehr nur Schlagwort, sondern Verfassungsgrundsatz. In Familie und Arbeitswelt integiert sich die Frau mit immer mehr Selbstverständlichkeit als gleichwertige Partnerin des Mannes. Um so wichtiger wird aber auch ihr Vorsorgeschutz durch AHV/IV, berufliche Vorsorge sowie durch individuelle Spar- und Versicherungsanstrengungen.

Das im Dezember 1972 in der Schweizerischen Bundesverfassung verankerte Vorsorgesystem, auch 3-Säulen-Prinzip genannt, ist wie folgt aufgebaut:



Die 1. Säule ist die staatliche AHV/IV. Sie dient der Existenzsicherung in Falle von Erwerbsunfähigkeit, bei vorzeitigem Tod und im Alter.
Die 2. Säule ist die berufliche Vorsorge. Zusammen mit der AHV/IV (Pensionskasse) soll sie den Arbeitnehmern und ihren Angehörigen – bis zu einer gewissen Einkommensgrenze – die Fortsetzung der gewohnten Lebenshaltung bei Erwerbsunfähigkeit, vorzeitigem Tod und im Alter ermöglichen. Die 2. Säule wird mit gewissen Minimalleistungen ab 1. Jannuar 1985 für obligatorisch erklärt werden.
Die 3. Säule ist die freiwillige Selbstvorsorge und dient dem persönlichen Aufbau des zusätzlich individuell notwendigen Vorsorgeschutzes.

Selbstvorsorge der Frau ist nötiger denn je

Sowohl für erwerbstätige als auch nicht berufstätige Frauen garantiert die staatliche AHV/IV eine soliede Basis. Unselbständig-berufstätige Frauen kommen in der Regel zusätzlich in den Genuss einer beruflichen Vorsorge. In den wenigsten Fällen genügen jedoch die Leistungen aus der 1. und 2. Säule, um bei Erwerbsunfähigkeit und im Alter den gewohnten Lebensstandard beizuhalten. Die ergänzende finanzielle Sicherung durch individuelle Vorsorgemassnahmen (3. Säule), insbesondere durch den Abschluss privater Lebensversicherungen, gewinnt deshalb mehr und mehr an Bedeutung. Das gilt nicht etwa nur für die berufstätige Frau, sondern ebenso für die Hausfrau, die man in diesem Zusammenhang leider oft vergisst.
Auch heute noch denkt man beim Abschluss einer Lebensversicherung meist nur an den Fall, dass der «Ernährer» erwerbsunfähig wird oder stirbt. Die finanziellen Probleme, die durch den Ausfall der Hausfrau infolge Todes oder Invalidität entstehen, werden oft unterschätzt. Wer nämlich für all das, was die Hausfrau täglich leistet, eine bezahlte Arbeitskraft benötigt, muss dafür heute im Minimum 1200 Franken pro Monat aufwenden. Zudem müssten vielleicht die Kinder einer Ganztagsschule anvertraut und hohe Schulgelder bezahlt werden. Und bei Unfall oder Erkrankung der Hausfrau erfordern Spitalaufenthalte und Pflege oft zusätzliche Mittel.
Zwar lässt sich durch den Abschluss einer Lebensversicherung weder das Leben verlängern noch die Gesundheit erhalten. Finanzielle Schwierigkeiten wegen länger dauernder Erwerbsunfähigkeit oder plötzlichen Todes können durch kluge Vorsorge jedoch gemildert werden.

Sich zum Sparen zwingen

Die Lebensversicherung dient indessen nicht nur der Risikodeckung, sondern eignet sich auch als Sparinstrument. Denn keine andere Sparform führt so einfach, sicher und zeitgerecht zum angestrebten Erfolg wie sie.
Wer eine Lebensversicherung abschliesst, begründet einen langfristigen Vertrag nicht nur mit der Versicherungsgesellschaft, sondern vor allem mit sich selber. Er entschliesst sich, auf Jahre oder Jahrzehnte hinaus einen bestimmten Sparbetrag in sein Haushaltsbudget einzusetzen. Der Einzahlungsschein der Lebensversicherungsgesellschaft kommt bestimmt, und wer nicht fristgerecht zahlt, wird an seine Zielsetzung erinnert.

Den individuellen Vorsorgebedarf abschätzen

Jede verantwortungsbewusste Frau sollte sich aus diesem Grund heutzutage Gewissheit verschaffen über ihren finanziellen Vorsorgebedarf und die von der AHV/IV und allenfalls der beruflichen Vorsorge zu erwartenden Leistung.

Das umfassende Angebot

Die KFW, Schweizerische Kranken- und Unfallversicherung

Die KFW ist eine Genossenschaft, wird von den Mitgliedern selbst verwaltet und arbeitet ohne Gewinnabsichten. Die KFW ist aber nicht nur irgendeine der 622 vom Bund anerkannten Krankenkasse, sondern eine der ganz grossen: die fünftgrösste in der Schweiz. Über 400000 Personen werden von 28 vollamtlichen Agenturen und beinahe 600 Beratern betreut.
Seit der Gründung im Jahre 1919 ist die KFW bestrebt, ihren Mitgliedern ein modernes Versicherungsprogramm anzubieten und immer etwas mehr zu leisten, als auf dem Papier steht.
Heute offeriert die KFW ein Versicherungsprogramm, das die Bedürfnisse bei Krankheit und Unfall umfassend befriedigt. Jedermann und -frau, vom Handwerker bis zum Generaldirektor, findet bei der KFW eine massgeschneiderte Versicherung zu vergleichbar günstigen Prämien.
Hier in Kürze das komplette KFW-Angebot:
- die KFW-Grundversicherung
- die KFW-Taggeldversicherung
- die KFW-Spitalvesicherung
- die KFW-Invaliditäts- und -Todesfallversicherung
- die KFW-Kombi- Sportversicherung
- die KFW-Reise- und -Ferienversicherung
- die KFW-Kollektivversicherung

Alle, die gerne ausführlich über die KFW und ihr Versicherungsprogramm informiert werden möchte, erhalten unverbindlich jede Auskunft bei einem der 600 Berater in der Schweiz oder direkt von der Direktion in Winterthur.

KFW, Schweizerische Kranken- und Unfallversicherung, 8401 Winterthur

Grosse Erfolge durch Fuss-Reflexzonen-Massage

Wunderbar! Neue Kräfte bei jedem Schritt!

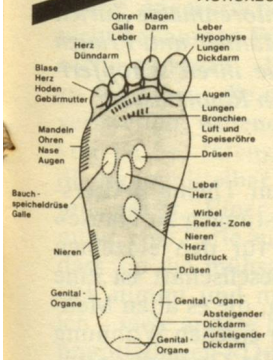
Anker-Gesundheits-Massagesandalen mit Magnet-Akupressur der Fussreflexzonen

Mit Anker-Massage-Sandalen führen Sie Ihrem Körper Schritt für Schritt neue Kräfte zu. Das Geheimnis heisst «Akupressur». Eine Methode, die in der chinesischen Medizin eine jahrhundertealte Tradition hat.

Während Sie sich ganz normal bewegen, werden die Hauptakupressurpunkte Ihrer Fusssohlen mit jedem Schritt durch anatomisch ausgeformte, elastische Gummizäpfchen sanft, aber unglaublich wirkungsvoll massiert. **Eingearbeitete Magnet-Spezialnoppen** wirken zusätzlich auf **viele wichtige Reizpunkte Ihrer Füsse.**

Magnetische Akupressurzonen-Massage ist der Schlüssel zur Gesundheit.

Reflexzonen-Schema



In der Schweiz exklusiv nur durch Anker-Studio erhältlich.

Coupon sofort einsenden an:
Anker-Studio
Ankerstrasse 23
8004 Zürich
Tel. 01/241 45 22

Helfen auch Sie sich!
Viele Menschen glauben fest an die natürliche Wirkung der magnetischen Akupressur. Ihre Muskeln entspannen sich, Kältegefühle und Druckbeschwerden verschwinden schon nach kurzem Tragen. Hilfreich bei Störungen der inneren Organe, Rheuma, Migräne, Schlappheit, Stress, Überbelastung, Ischias, Arthritis, Altersbeschwerden, Fussschweiss und vielem mehr.

Qualitätsgarantie
★ Solide, angenehm leichte Sohle ★ Breites, geschmeidiges Leder-Riemenband mit Feineinstellung zur Anpassung an jeden Fuss ★ Rutschfest, vorn und hinten leicht angeschrägt für leises Gehen ohne lästiges «Sandalenklappern».

Bestellschein
Senden Sie mir bitte gegen Rechnung (10 Tage) folgende Anker-Massagesandalen zu Fr. 49.80 (+ Versandkostenanteil)

Grössen	36	37	38	39	40	41	42
Anzahl							

Name/Vorname _____
Strasse _____
PLZ/Ort _____
Unterschrift _____

Für ein wirklich persönliches Geschenk

Création Alpha

Buchstaben-Anhänger in 18 Kt. Gold verziert mit 2 echten Diamanten

2×vergrössert

Nur
Fr. 95.–
(ohne Halskette)

Für Sie entworfen

Reizvoller und beliebter Buchstaben-Anhänger aus 18 Karat Gold. Zwei echte Diamanten verleihen diesem Bijou besondere Schönheit

Dazu passende Halsketten aus 18 Kt. Gold

632.54	42 cm Fr. 180.–		
632.44	40 cm Fr. 120.–		
632.39	38 cm Fr. 139.–	45 cm Fr. 159.–	50 cm Fr. 178.–
632.42	40 cm Fr. 184.–	45 cm Fr. 199.–	50 cm Fr. 218.–

URECH
Bijouterie - Joaillerie - Uhren
2006 NEUENBURG, Tel. 038 - 24 60 60

BON Senden Sie mir unverbindlich und ohne Kaufzwang folgende Artikel zur Ansicht

_____ Anhänger à Fr. 95.– Buchstabe _____
_____ Halsketten in 18 Kt. Gold Art. _____ Länge _____

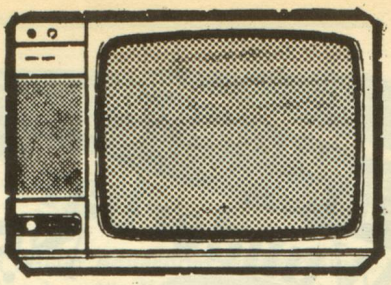
Bei Gefallen zahle ich innert 30 Tagen
☐ Bar ☐ in 3 Monatsraten ☐ in 5 Monatsraten

Name _____ Vorname _____
Adresse _____
Wohnort _____
Tel. _____ Unterschrift _____

(Einsenden an URECH SA, Postfach, 2006 Neuenburg U)

Zur Kostensituation im Gesundheitswesen:

Die Kosten in den Griff bekommen



Von der Kostenexplosion im Gesundheitswesen liest und hört man viel. Erstaunlich aber, wie wenig konkrete Vorstellungen sich der einzelne zu diesem Thema macht – oder machen kann.

An einer kürzlichen Fachtagung in Ouchy erläuterte Dr. H. Schmid, Direktor der Krankenkasse KKB in Bern, dass gemäss des Bundesamtes für Sozialversicherungen die gesamten Krankenpflegekosten um 359% (vom Index 100 auf 459) anstiegen, während sich in der gleichen Zeitperiode die Arbeiterlöhne um 160% und die Konsumentenpreise um 84% erhöht haben.

Interessant auch die Steigerungsraten der drei Hauptkomponenten: um 568% erhöhten sich die Spitalkosten, 289% die Arztkosten und um 284% die Arzneimittelpreise. Die Hauptgründe zu dieser alarmierenden Kostenentwicklung – man kann da mit Fug und Recht von einer Kostenexplosion sprechen! – liegen in der stark ansteigenden Zahl der Ärzte, der hochleistungsfähigen und teuren Installationen in Spitälern und Arztpraxen, in den längeren Spitalaufenthalten sowie im zunehmenden Anteil der Versicherten über 60 Jahren (im Älterwerden der Bevölkerung also).

An dieser Haltung scheitern letzlich auch gesetzliche Massnahmen, denn so lange der einzelne als auch die Betriebe und die Öffentlichkeit immer weniger bereit sind, Risiken einzugehen und auch zu tragen, anstatt die Verhältnisse so nehmen wie sie derzeit sind, kann eine spürbare Reduktion der Aufwendung auch im Bereiche der Krankenversicherung nicht erzielt werden.

Angesichts der Situation hat der Bundesrat die Krankenkassen aufgefordert, genaue Kostenkontrollen durchzuführen und ungerechtfertigte Rechnungsbeträge zurückzufordern. Die Kassen versuchen mit detaillierten Statistiken und mathematischen Methoden die Kostenstrukturen der Rechnungssteller (Ärzte, Spitäler usw.) zu prüfen. Auch wird verschärft darauf geachtet, dass die Tarife keine finanziellen Anreize für medizinisch nicht notwendige oder übertriebene Prestigeleistungen bieten, indem etwas die technischen Leistungen zugunsten der ärztlichen Grundleistungen reduziert werden.

Allerdings, sollen die Kosten künftig spürbar eingedämmt werden, ist auch der Versicherte selbst in diesen Prozess einzubeziehen. So sind namentlich die Voraussetzungen zu schaffen, damit die Krankenkassen künftig auch verschiedene Varianten von Selbstbeteiligungen anbieten können, wobei die Basisbeteiligung zu erhöhen wäre.

Modellrechnungen der Krankenkasse KKB haben gezeigt, dass damit recht beträchtliche Einsparungen möglich wären, ohne den einzelnen Erkrankten finanziell übermässig zu belasten. 1982 haben beispielsweise 50% der ein- oder mehrmals Erkrankten Krankenpflegekosten von maximal Fr. 350.– pro Jahr ausgelöst.

Eine Jahresfranchise von Fr. 200.– nur auf den ambulanten Behandlungskosten erhoben, würde die Gesamtkosten (inkl. Spitalkosten!) der erwachsenen Versicherten um nicht weniger als 18,5% reduzieren. Noch eklatanter wäre die Wirkung der Franchise bei Kindern: eine Jahresfranchise von Fr. 100.– würde eine Reduktion der Gesamtkosten um 28% bedeuten!

Mit einer solchen Lösung – die schliesslich allen dienen würde – könnte überdies verhindert werden, dass die soziale Krankenversicherung nicht noch weiter zu einer Art von bequemen Serviceabonnement herabsinkt.

Nur wenn es uns gelingt, den Gesundheitszustand «trotz» der stark steigenden Ärztezahlen zu verbessern, können wir die Kosten für die Krankheit in den Griff bekommen. Dazu muss aber jeder einzelne mithelfen und für die eigene Gesundheit die volle Verantwortung übernehmen. Die Medizin hat sich vermehrt auch mit den ernorm wichtigen Fragen der Gesundheitserziehung und der Gesunderhaltung zu befassen, um von der reinen «Reparatur» wegzukommen. Wenn wir morgen nicht beginnen, wesentlich mehr für unsere Gesundheit zu investieren, können wir die Kosten für die Krankheit übermorgen nicht mehr bezahlen!

Treffpunkt im Juni 1983

Am 2. Juni bringt Treffpunkt eine Sendung über das Thema «Arbeit, Bildung, Musse im Alter». Studiogast ist Prof. Jan M. Lochmann, Rektor der Universität Basel. Die Lebensqualität im Alter hängt nicht zuletzt davon ab, ob der ältere Mensch sinnvolle Aufgaben findet, ob es ihm gelingt, seinen geistigen Horizont zu erweitern, und ob er fähig ist, Musse zu geniessen.

Am 9. Juni unterhält sich Eva Mezger mit der über 80jährigen Wiener Gerontologin Dr. Franziska Stengel, die unter anderem ein gezieltes Gedächtnis training für ältere Menschen entwikkelt hat, das sich im übrigen auch für die jüngeren Leute eignet. Sie ist selber der beste Beweis für ihre Theorie, dass durch ständige Übung das Gehirn auch im Alter seine Leistungsfähigkeit behalten und sie sogar noch steigern kann. Eine vitale, quicklebendige, geistsprühende alte Dame macht auch den Jüngeren dazu Mut, an sich selber zu arbeiten.

Ein Film aus der Seniorenmesse Zürich zeigt, wozu ältere Männer und Frauen fähig sind, wenn sie ihren schöpferischen Talenten freien Raum lassen.

Der 16. Juni ist dem Thema «Altersheim oder Dienstleistungen zu Hause» gewidmet. Sowohl für den einzelnen als auch für die Gesellschaft ist eine Lösung vorzuziehen, die es alten Menschen erlaubt, in der eigenen Wohnung zu bleiben. Wenn der Gesundheitszustand aber einen Heimeintritt nötig macht, wie muss dieses Heim dann beschaffen sein. Karen Meffert unterhält sich mit Fachleuten.

Am 30. Juni ist Lys Wiedmer-Zingg, Redaktorin des «Schweizer Frauenblatt» zu Gast im Studio. Eva Mezger unterhält sich mit ihr unter anderem auch über Frauenfragen, und über die Notwendigkeit einer eigenen starken Frauenpresse! Das hat nichts mit Ghetto zu tun, sondern mit der Tatsache, dass niemand für die Frauen Öffentlichkeit herstellt. Sie müssen es selber tun!

Briefe an die Redaktion

Ermutigend: Dezember Ausgabe

Kaum eine Nummer des Schweizer Frauenblattes «mir Fraue» hat mich so persönlich angesprochen und ermutigt wie die vom vergangenen Dezember. Umso betroffener machen mich die im Februar erschienenen Briefe an die Redaktion. Ist es möglich, dass Texte, die mich aus der müden Resignation trüber Novembertage zu neuer adventlicher Hoffnung aufmuntern, von anderen Leserinnen so negativ empfunden wurden? Wie erfrischend lebensnah ist doch das Tagebuch der Pfarrerin Gertrud de Cardenas! Den Neujahrswunsch der Gemeindeältesten aus La Gracia, Guatemala: «buenas esperanzas» – Hoffnung, gute Hoffnung – habe ich ganz persönlich für mich selber beansprucht und dann auch an meine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter weitergegeben. – Oder die Ausblicke im Aufsatz von Silvia Bernet-Strahm: «Neues Menschenbild – Lebensfreundlichkeit – Überwindung der Gespaltenheit – ein ganzer Mensch werden – Schwesterlichkeit – eine Vision teilen – einander die geheimen Möglichkeiten entdecken helfen und einander gross machen – frei werden, offen werden für sich und füreinander.» Gehen solche Ausblicke wirklich an der zentralen Botschaft der Bibel vorbei: an der Liebe zu Gott und dem Nächsten, an der Erwartung des Reiches Gottes?

Am stärksten gepackt hat mich Dorothee Meilis Brief an eine Freundin. Da werde ich direkt und unmittelbar als «Du» angesprochen, von einer mir nicht bekannten Frau, die sich getraut, «Ich» zu sagen, als «Ich» von Dingen zu schreiben, die sie belasten, traurig, verzweifelt, wütend machen, aber auch von Farbe, Intensität, Freude, Licht, die sie unmittelbar daneben auch spürt und erlebt. Einer Frau, deren Hoffnung, eine Perle zu finden, so gross ist, dass sie die mühsame Grabarbeit auf sich nimmt und mich und – so hoffe ich – viele andere Menschen mit ihrem unmittelbaren «Du» aufmuntert, auch zu graben und nicht zu resignieren. «Da entdecke ich eine Schöpfung, in der Frau und Mann gleichwertig Verantwortung für die Welt übernehmen. – Da erahne ich Gottesvorstellungen, die jenseits von weiblich und männlich sind. – Da sehe ich an den Wurzeln des Christentums Aussagen der bewussten Freiheit und Gleichberechtigung. – Da tauchen Frauen auf, die an neuen Formen – an wirklichen Re-formationen – arbeiten.» – Kannst Du, Frau, Schwester, an diesen Sätzen vorbeilesen, an der Einladung auch, uns bei der Arbeit – beim Leben – zu treffen? Bist Du so erschrocken über die unverblümte Ehrlichkeit, mit der Dorothee Meili doch vielen aus dem Herzen gesprochen hat?

Nein, wir wollen die Schutthügel nicht voreilig bepflanzen, um uns darauf zu erholen. Wir wollen mithelfen, sie abzutragen und ihr Material kennen zu lernen, «denn in diesen Hügeln verborgen finden sich Spuren einer neuen Welt», in der alle Menschen ihren «ganzen, eigentlichen, sinnvollen Lebensraum haben könnten.» – «Das Reich Gottes ist einem Schatz gleich, der in einem Acker verborgen war», sagt Jesus in einem Gleichnis (Matth. 13,44). «Ihn findet ein Mensch» – eben beim Umgraben oder beim Pflügen. Dazu Leonhard Ragaz: «Taucht nicht aus wenig fruchtbarem, wenig tief bearbeitetem Lande plötzlich das Wunder des Gottesreiches auf, das Auge völlig blendend und die Seele mit tiefster Freude erfüllend? ... Dieser Acker war recht unfruchtbar geworden. Die Arbeit der Sadduzäer und Pharisäer war fleissig, blieb jedoch auf der Oberfläche. Man führte den Pflug nicht tief, vielleicht aus Angst vor den Steinen. Aber in diesem Acker war ein überaus wunderbarer Schatz, der herrlichste und kostbarste, der in den Grund der Menschheit gelegt ist: die Wahrheit vom lebendigen Gott und seinem Reiche. ... Wenn dann beim tieferen Pflügen diese Entdeckung des Reiches erfolgt: welch eine Verwandlung geschieht, welch ein überströmender Reichtum kommt hinein! Es muss dann freilich vieles drangegeben werden, was wertvoll war oder schien, aber ein solches Leben ist dann trotzdem unendlich reicher als vorher.» (Leonhard Ragaz, Die Gleichnisse Jesu, S. 141/142)

Ich danke Dir, Dorothee Meili – inzwischen habe ich Dich ja auf Boldern persönlich kennengelernt – für deine Offenheit und schöpferische Kraft, mit der Du mich angesprochen, aufgefordert, angenommen hast, für Deine Hoffnung und Einladung zu einer «grossen gemeinsamen vielfältigen Bewegung». Ich danke Euch Theologinnen und Pfarrerinnen für Euren selbstständigen, entdeckungsfreudigen und befreienden Umgang mit der Bibel, der Tradition, Kirchen- und Frömmigkeitsgeschichte, mit dem Ihr uns und vielen anderen «gekrümmten» Menschen helft, gerade zu werden und Gott zu preisen (Lukas 13,13). Und ich danke Dir, Redaktorin des Schweizer Frauenblattes, für diese wahrhaft adventliche Dezembernummer 1982.

Gertrud Hungerbühler, Wattwil

Falschverstanden

Eine Antwort auf den Leserbrief von Frau J. Peyer in Ausgabe Nr. 3 (Thema «Mut zum Hausfrauenleben»)

Beim Lesen Ihres Briefes gewann ich den Eindruck, Sie hätten diesen Artikel völlig falsch verstanden.

Erstens handelt es sich dabei nicht um einen Bericht über Frau W.s Alltag, der von einer Drittperson verfasst worden wäre, sondern um eine Schilderung ihres Lebens als Hausfrau, die aus ihrer eigenen Feder stammt.

Zweitens geschah dies im Rahmen einer Aktion, die den Leserinnen Einblick in das Leben einiger BSF-Vorstandsmitglieder geben soll, was meines Erachtens im zitierten Artikel durchaus gelungen ist. Bei diesem klar umschriebenen Auftrag geht es also keineswegs darum, Portraits von Frauen zu zeichnen, die sich irgendwo gegen besonders widrige Umstände durchzusetzen, oder in besonders harten Gegebenheiten zu bewähren haben, sondern um Frauen, die im «normalen» Alltag irgendwo in der Schweiz versuchen, den ihnen gestellten Anforderungen zu genügen und die ihnen begegnenden Probleme zu bewältigen. Ob es in diesem Zusammenhange wesentlich, passend oder auch bloss den Tatsachen entsprechend sei, zu unterstellen, dass Frau W. einen reichen Mann geheiratet habe, wage ich zu bezweifeln, zumal der Artikel meiner Ansicht nach keine solchen Schlüsse zulässt.

Ein dermassen polemischer Leserbrief trägt meiner Meinung nach wenig dazu bei die Solidarität unter Frauen zu fördern, was doch eigentlich unser aller Anliegen sein sollte. Sollten wir unsere Kräfte nicht eher dafür freisetzen, dass wir versuchen, die Stellung der Frau in unserer Gesellschaft weiterhin zu verbessern, statt einander auf so unsachliche und verletzende Weise anzugreifen?

Brigitte Buttet

Abbestellung

Der entblösste Körper der Frau wird im kommerziellen Bereich immer wieder zu Propagandazwecken missbraucht.

Indem Sie ihn als Titelblatt für das Schweizer Frauenblatt auswählen, leisten Sie der Befreiungsbewegung der Frau vor einer sexistischen Welt, die sie immer wieder ausnützt, keinen Dienst.

Dr. I. Rey-Stocker

Plädoyer für das Kind

Jeanne Hersch zum Thema Mutterschaft und Berufsleben

Ausgerechnet vor den Delegierten der Berufs- und Geschäftsfrauen (29. April in Chêxbres) plädierte die Philosophin Jeanne Hersch bei der Wahl der Frauen zwischen der Verwirklichung im Berufsleben und dem Muttersein für das Kind! «Das Kind hat Priorität. Der Beruf kommt erst an zweiter Stelle!» sagte sie.
Wie gewöhnlich sprach Jeanne Hersch ohne Notizen, ohne Manuskript. Sie entwickelte das voll durchdachte Thema eigenwillig, ganz aus sich selber heraus.
Mit vielen mögen die Zuhörerinnen einverstanden gewesen sein, mit anderem nicht. Aus meinen Aufzeichnungen habe ich die markantesten Punkte herausgenommen, und ich möchte sie hier einer breiteren Leserschicht vortragen.

Qualitative oder quantitative Mutterliebe?

Jeanne Herrsch: «Zwischen der Mutterschaft und dem Beruf zu wählen, ist ein Problem. Es verschwindet nicht, wenn man es verschweigt.
Gerade aus feministischen Kreisen hört man immer wieder folgende Argumente, die zugunsten des Berufslebens sprechen:
1. Auch wenn die Mutter bei den Kindern zu Hause bleibt, ist diese Erziehung unvollkommen. Keine Frau kann sich auf den perfekten Mutterinstinkt stützen.
2. Frauen, die in erster Linie Mutter sind, können dem Kind zwar quantitativ mehr Zeit widmen. Aber es ist eben mehr Quantität als Qualität.
3. Die Beziehungen zwischen Vater und Kind und Mutter und Kind sind gleich intensiv.
Ich kenne diese Argumente.
Vergleichen wir einmal die Begriffe quantitativ und qualitativ.
Die Realität, wie sie ein kleines Kind empfindet, ist nicht die qualitative Präsenz der Mutter, sondern die quantitative. Für das Kind ist das Allerwichtigste, die Mutter ist da! Wenn ich etwas nötig habe, kann ich zur Mutter gehen. Das Gefühl, das das Kind entwickelt, das die Mutter immer in der Nähe weiss, ist Selbstsicherheit. Ich habe zehn Jahre in einem kleinen Haus gelebt, in welchem auch eine Italienerfamilie wohnte. Wenn die Kinder von der Schule nach Hause kamen, dann schrien sie schon im Vorgarten: ‹Mutter, wir haben Hunger!›
Sie wussten, ohne sie zu sehen, dass die Mutter da war, im Haus auf sie wartete, mit dem Essen wartete.
Eine berufstätige Frau kann diese Disponibilität nicht aufbringen. Im Kopf arbeitet es weiter. Probleme beschäftigen die Karrierenfrau bis in in den Schlaf hinein.
Sie kann also dem Kind keine qualitativ bessere Zeit widmen, weil die dazu viel zu müde ist. Auch mit allem guten Willen nicht. Im Gegenteil, je mer sie sich bemüht, sich voll dem Kind zuzuwenden, desto nervöser wird sie. Die intensive Beziehung zwischen Kind und Mutter, das absolute Vertrauen, kann man nicht erzwingen.

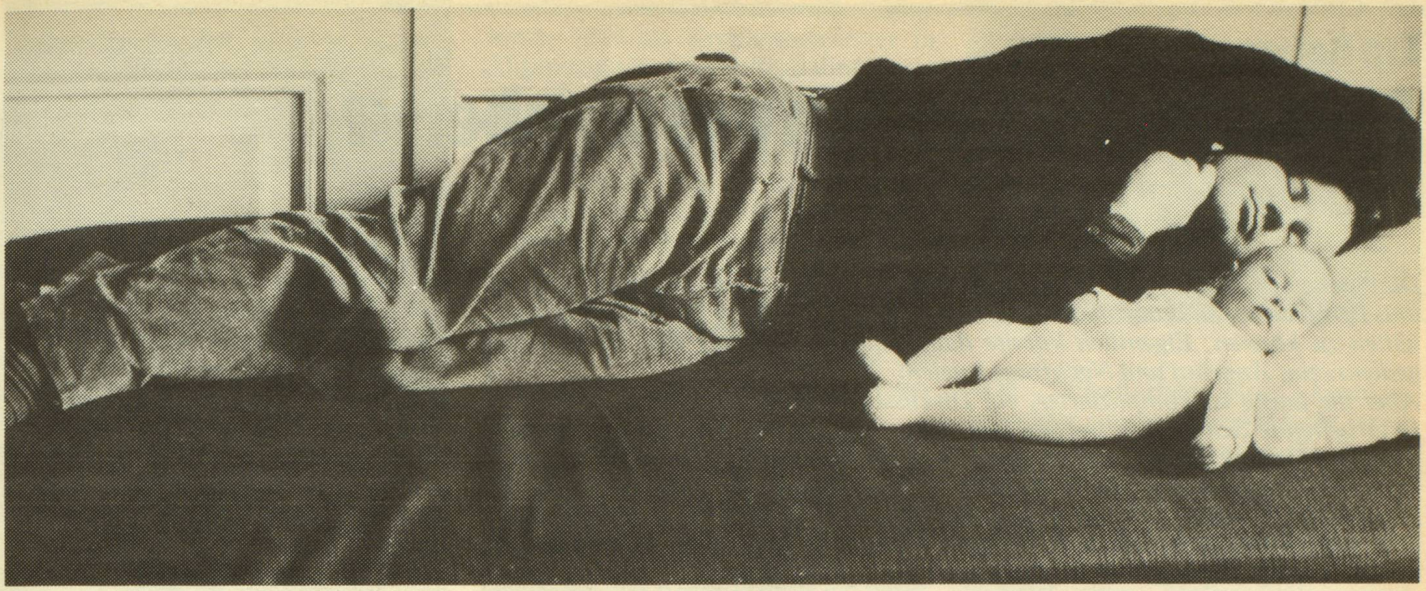
Die Technik machte es möglich

Die Gleichberechtigung ist noch nicht verwirklicht, trotzdem man den Frauen heute eine eigene Persönlichkeit – teilweise – zuerkennt.
Wenn die Frauen heute mehr Möglichkeiten haben als je zuvor, ist das in erster Linie der Technik zuzuschreiben.
Die Technik erleichtert den Frauen die Arbeit. Es kommt nicht mehr auf physische Kraft an, damit fällt ein Diskriminierungsgrund weg.
Darüber hinaus hat die Technisierung des Haushalts die Arbeitszeit der Frauen drastisch verkürzt.
Diese Technisierung hat den Frauen das Erwachen – wenn auch ein spätes – erst ermöglicht, nicht die Politik.
Mehr Zeit, weniger physische Anstrengung, diese Tatsachen führten automatisch zur Berufsarbeit der Frauen.
Dazu kommt, dass Frauen heute bedeutend länger leben als noch ihre Mütter und Grossmütter und länger jung bleiben. Ihre häufigste Frage: ‹Was tun, wenn die Kinder gross sind?›
Diese Frage hat sich den Frauen vergangener Generationen gar nie gestellt. Die Möglichgkeit, nachdem die Kinder aus dem, Haus sind, ein eigenes, kinderloses Berufsleben zu beginnen, ist neusten Datums.

Entscheidende erste Lebensjahre

Ich möchte hier nicht von der Rolle des Mannes sprechen und nicht von jener der Frau. Sondern von den Kindern. Denn das Kind kann nicht mitbestimmen.
Wir wissen, wie wichtig und entscheidend die ersten Lebensjahre sind. Kleinkinder und kleine Kinder erwarten, dass alles von allein geschieht. Sie verlangen eine hundertprozentige Sicherheit. Nur dieses Gehfühl von Sicherheit gibt ihnen Mut und Selbstvertrauen. Jedes Kind hat Angst vor allem, was neu ist. Sie haben es vielleicht selber erlebt, wenn sie Kindern ein Märchen erzählten. Wehe man verändere auch nur das kleinste Detail beim Wiedererzählen. Das Kind merkt es und korrigiert uns. Beständigkeit und Sicherheit, das ist, was das Kind verlangt. Es braucht die Mutter.
Der Vater ist kein Ersatz. Denn die Mutter trägt das Kind, neun Monate lang. Sie bringt es zur Welt. Diese Verbindung zwischen Mutter und Kind bleibt ein Leben lang bestehen. Diese Bindung ist nicht bloss eine biologische, sie ist auch eine kulturelle. Wenn ein Mensch auf die Welt kommt, ist er total hilflos und auf die Mutter angewiesen. Ein Kälbchen oder ein Füllen steht schon nach wenigen Minuten auf den eigenen Beinen. Professor Portmann, der Biologe, erklärt das so: ‹Der Kopf eines neugeborenen Kindes wächst in viel grösserem Mass als der irgendeines Geschöpfes erst nach der Geburt, also ausserhalb des Mutterleibes. Wäre er im Mutterleib voll ausgebildet worden, dann würde er bei der Geburt die Mutter zerreissen. Nach der Geburt beginnt also sowohl die biologische wie kulturelle Entwicklung, die untrennbar mit der Mutter verbunden ist. Junge Revolutionäre (Jugendunru-

Trotz aller Liebe und Zuwendung ist der Vater, nach Jeanne Hersch, kein Ersatz für die stets gegenwärtige Mutter.



hen), die diese harmonische Entwicklung nicht durchlaufen konnten, entwickeln aus Mangel an Vertrauen und Selbstsicherheit Aggressionen.›

Nicht für alle Frauen ist der Beruf Befreiung

Die heutige Situation beweist, dass lange nicht für alle Frauen der Beruf auch die erwartete ‹Befreiung› und Selbstverwirklichung bringt. Das trifft vielleicht für sogenannte Karrierenberufe zu, aber nicht für den Grossteil der Frauen, die arbeiten. Feministinnen, die einseitig den Beruf als Mittel zur Selbstverwirklichung propagieren, haben diesen Gesichtspunkt aus den Augen verloren. Noch schlimmer, diese einseitige Aufwertung der berufstätigen Frau wertete die Nur-Hausfrau und Mutter ab. Die Mütter, die bei ihren Kindern zu Hause bleiben, fühlen sich heute vielleicht übergangen und ausgenutzt. Sie finden das Kindererziehen uninteressant oder gar einfältig, weil sie es so hören.

Bei dieser Entwicklung spielen die Massenmedien eine mit nichts zu vergleichende einschneidende Rolle. Die elektronischen Medien, wie Radio und Fernsehen, haben eine eigentliche Evolutions-Lawine ausgelöst.

Die Veränderungen sind, im Unterschied zu früheren Entwicklungssprüngen, bis tief in die Basis eingedrungen. Früher berührten Veränderungen nur die oberste Schicht. Die unteren Schichten lebten weiter wie zuvor. Die Medien trugen die neue Entwicklung in die hintersten Täler, auf die höchsten Berge.

Die Frauen finden sich nicht mehr zurecht. ‹Was will ich?›, ‹Was muss ich?›, ‹Was möchte ich?› das sind Fragen, die sie sich nicht mehr stellt. Die Frauenbewegung, die antikonformistisch begonnen hat, ist heute konformistisch geworden. Man beugt sich neuen Normen, ohne die Realität zu erkennen.

Beginn einer Katastrophe?

Ich halte diese Entwicklung für den Beginn einer Katastrophe. Ein grosser Teil der Frauen arbeiten heute in Berufen, die im Grunde genommen weniger interessant sind als die Erziehung der Kinder. Die harmonische Entwicklung der Kinder, und damit die Zukunft, werden dabei aufs Spiel gesetzt. In der kommenden Generation werden nämlich auch die Grossmütter fehlen, die als Bezugsperson für die Kinder die besten Voraussetzungen mitbringen. Denn die Grossmütter werden auch berufstätig sein! Das Recht einen Beruf zu erlernen, müssen selbstverständlich in Zukunft sowohl die Mädchen wie die Burschen haben. Eine gute Berufsausbildung kommt in jedem Fall auch nach einer Verheiratung den Kindern, der Familie zugute und wird den späteren Einstieg ins Berufsleben ermöglichen. Die Frauen müssen sich aber das Recht nehmen, wenn sie Kinder haben, ein paar Jahre lang im Berufsleben auszusetzen. Die längere Lebenserwartung erlaubt später erneut ein Berufsleben. Eine Hausfrau wird nicht bezahlt, aber was sie der Gesellschaft an Ausgaben für Psychiater, Polizei, Gefängnissen usw. einspart, ist gar nicht auszurechnen.

In diesen Jahren des Zurückgezogenseins darf sie den Kontakt mit dem gelernten Beruf nicht verlieren. Das ist nicht unmöglich. Es ist eine Notwendigkeit.

Es gilt für eine Frau, die Kinder haben will, eine Wahl zu treffen. Wenn sie sich ein paar Jahre lang aus dem Berufsleben zurückzieht, muss sie sich bewusst sein, dass sie keine Berufskarriere machen kann.

Aber die Frauen sind Kulturträgerinnen. Sie geben die Kultur an ihre Kinder weiter. Die Länder der dritten und vierten Welt wehren sich beispielsweise gegen Entwicklungen, die ihre Kultur zerstören. Wir in Europa sind uns offenbar nicht bewusst, dass wir dabei sind, durch die im Gang befindliche Evolution unsere Kultur und Tradition zu verlieren, und damit das Wichtigste aufgeben. -er

Eine Aktion der Winterthur

Kinder kennen heisst Kinder schützen

Unter diesem Motto lancieren die Winterthur-Versicherungen eine neuartige Verkehrserziehungsaktion. Die Aktion «Kinder kennen heisst Kinder schützen» wird vom «Marie Meierhofer-Institut für das Kind» wissenschaftlich betreut und von der Beratungsstelle für Unfallverhütung (BfU) unterstützt.

Mit einer instruktiven Aufklärungsbroschüre werden die erwachsenen Verkehrsteilnehmer über das besondere Verhalten der Kinder im Verkehr informiert. Es wird um Verständnis für die Kinder geworben, indem aufgezeigt wird, wie Kinder denken, empfinden und handeln.

Die Aktion versteht sich als Beitrag zur Verminderung von Verkehrsunfällen mit Kindern. Sie ist eine sinnvolle Ergänzung zu bestehenden Massnahmen von privater und staatlicher Seite – insbesondere der Verkehrserziehung in den Schulen. Die statistischen Zahlen geben ein Bild von der Notwendigkeit von Unfallverhütungskampagnen der jüngsten Verkehrsteilnehmer: Jahr für Jahr sterben in der Schweiz durchschnittlich 100 Kinder als Opfer des Verkehrs. Und: Kinder im Alter von 0 bis 9 Jahren sind als Fussgänger, bezogen auf ihren Anteil an der Wohnbevölkerung, deutlich stärker gefärdet als Personen im Alter von 10 Jahren und mehr.

Die Broschüre «Kinder kennen heisst Kinder schützen» kann kostenlos bei den Geschäftsstellen der «Winterthur-Versicherungen» bezogen werden.

Ein heisser Lauf:

Teilzeitarbeit im Schwesternberuf

Die Sache scheint einfach: Krankenschwestern suchen Teilzeitinsätze; Spitäler und Pflegeheime sind auf diese Kräfte angewiesen, um ihren Betrieb aufrechterhalten zu können. Eigentlich könnte damit alles in Ordnung und beide Seiten gedient sein; Angebot und Nachfrage spielen.
Aber die Sache ist komplizierter, ein Diskussionsthema, ein heisses Eisen: Teilzeitarbeitende Schwestern werden von vielen Spitalverwaltungen bloss als notwendiges Übel akzeptiert. Entsprechend bescheiden muten oft die Löhne an, entsprechend schlecht sind oft die Anstellungsbedingungen. An vielen Orten ist die soziale Gleichstellung mit voll arbeitenden Schwestern (noch) nicht gewährleistet. (Zu) wenige teilzeitangestellte Schwestern wehren sich gegen diese Missstände, sei es aus Gleichgültigkeit, weil sie finanziell nicht darauf angewiesen sind oder weil sie das Risiko nicht eingehen können oder wollen, ihren Arbeitsplatz zu verlieren.

Sinnvolles Gleichgewicht zwischen Beruf und Privatleben

Die Zahl der jungen Krankenschwestern, die nicht mehr voll arbeiten wollen, ist beachtlich. Bei einigen unter ihnen mögen rein private Gründe ausschlaggebend sein – Schlagworte wie Selbstfindung, Selbstverwirklichung sind in diesem Zusammenhang häufig zu höhren. Hier liegt einer der Gründe, weshalb Arbeitgeber kaum daran interessiert sind, ihre Teilzeitangestellten finanziell besser zu stellen. «Sollen wir ihnen etwa mehr Lohn geben, damit sie sich noch mehr Freizeit leisten können?», heisst es nicht selten. Vielen der jungen Schwestern allerdings nennen für ihren Entschluss berufliche Gründe. Sie sind fest überzeugt davon, dass gute Pflege, echte Zuwendung zum Patienten nicht während vierzig oder fünfzig Stunden pro Woche möglich ist, dass sie mehr Freizeit brauchen, um ihren Dienst so versehen zu können, wie sie es möchten.

Überzeugte Teilzeitangestellte der jungen Schwesterngeneration ist Schwester Marta.

Sie ist verheiratet, bis jetzt noch ohne eigene Kinder. Ihr Diplom hat sie gemacht in Kinderkrankenpflege, Wochen- und Säuglingspflege (KWS). Schwester Marta strahlt Fröhlichkeit und Zufriedenheit aus – und sie liebt Kinder sehr. Während mehreren Jahren pflegte sie kranke Kinder in der Kinderklinik eines Universitätsspitals. Mit der Heirat erfolgte der Umzug in die Stadt. Da ihre Arbeit ihr Erfüllung brachte, versuchte sie aber, allen Hindernissen zum Trotz, mit einem Teilzeitpensum von drei Tagen in der Woche dabei zu bleiben. Zwei Jahre lang pendelte sie tapfer, danch die Belastung wurde zu gross. die langen Bahnfahrten, die Tage, die manchmal von fünf Uhr morgens bis neun Uhr abends dauerten, konnten alle Freude an der Arbeit nicht mehr aufwiegen. Schweren Herzens gab sie die Stelle auf und suchte einen neuen Arbeitsplatz.
Die einzige Möglichkeit, die sich in der Nähe bot, war der Einsatz auf der Wöchnerinnenabteilung des Zentralspitals.

«Ich will arbeiten, also muss ich mich anpassen», sagte sich Schwester Marta und nahm die Stelle an.»

Nach der Ausbildung gatte sie nie mehr mit Wöchnerinnen gearbeitet. Gesunde Frauen und ihre gesunden Neugeborenen intressierten sie bis dahin wenig. «Unterdessen habe ich Zugang zu ihnen gefunden, sehe meine Aufgabe auf dieser Abteilung und habe Freude daran.»
Schwester Marta hat sich positiv zu ihrer Arbeit eingestellt. Sie schätzt es auch, dass die seelische Belastung weniger gross ist als früher – und trotzdem ist ganz klar, dass sie sofort zu den kranken Kindern zurückkehren würde, wenn sie wählen könnte. An der Teilzeitarbeit möchte sie, wenn immer möglich, festhalten.

«Als ledige Schwester konnte ich mir das aus finanziellen Gründen noch nicht leisten, sonst hätte ich bereit damals reduziert gearbeitet. Lebensqualität ist für mich sinnvoller beruflicher Einsatz, aber auch genügend Zeit für mich selber und meine privaten Wünsche. Selbstrständlich aber darf Teilzeitarbeit nicht bedeuten, dass ich mich drücke. In meiner Arbeitszeit setze ich mich voll ein, an Sonntag- und Nachtdienst übernehme ich gleichviel wie meine Kolleginnen; auch wenn ich nicht immer da bin, trage ich mit an der Gesamtverantwortung für die Abteilung.»

Schwester Marta ist eine der Schwestern, die sich aktiv für die Situation der Teilzeitarbeitenden einsetzt. «Da ich selber weder auf den Verdienst noch auf diese Stelle wirklich angewiesen bin, kann und will ich mich in unserem Spital für mehr Information und günstigere Anstellungsbedingungen der Schwestern, die Teilzeitarbeit leisten, einsetzen.»
Schwester Marta ist auch eine der wenigen in ihrer Situation, die es wagen konnte und wollte, Missstände im Arbeitsverhältnis wahrzunehmen – und offen darüber zu sprechen.

Viele Schwestern wollen von diesem Thema nichts wissen, andern wieder vergeht die Lust am Plaudern vorzeitig; so zum Beispiel der jungen Frau, die begeistert zusagte, weil es ihr schon lange ein Bedürfnis sei, die Ausnützerei der Teilzeitschwestern einmal ins Gespräch zu bringen. Kurze Zeit darauf teilte sie telefonisch mit, sie sei an einer Begegnung nicht mehr interessiert; ihre Oberschwester habe ihr genau vorgeschrieben, was sie sagen dürfe und was nicht, verlange den Text vor Veröffentlichung zu sehen und müsse diesen auch noch der Spitalverwaltung zur Genehmigung unterbreiten.

Hausfrau, Mutter und Krankenschwester

Ein grosser Teil der teilzeitarbeitenden Schwestern rekrutiert sich aus den Reihen der Mütter und Hausfrauen. Diese Schwestern stossen bei ihren Arbeitgebern weniger auf Widerstand als die Jungen, denen für ihren Entschluss, nicht voll zu arbeiten, vorwiegend egoistische Gründe unterschoben werden. Diese Arbeitnehmerinnen sind in der Regel auch weniger «schwierig». Brav übernehmen sie, was ihnen an Dienst zugeteilt wird; ohne zu reklamieren, bleiben sie daheim sitzen, wenn im Spital wenig Patienten oder genügend Angestellte vorhanden sind; selbstverständlich dann man sie aber auch jederzeit auch kurzfristig aufbieten. Sich für höhere Löhne zu wehren, kommt kaum einer in den Sinn – oder sie verdrängt den bösen Gedanken grad sofort wieder –, und dass die Sozialleistungen fast alle Wünsche offen lassen, bemerken die Wenigsten.

Jolanda Senn, die Verfasserin dieses Beitrages ist verheiratet, Mutter von drei erwachsenen Kindern, Journalistin BR und als solche freie Mitarbeiterin verschiedener Zeitungen und Zeitschriften. Redaktorin des Zentralblattes des Schweizerischen Gemeinnützigen Frauenvereins. Budgetberaterin der Frauenzentrale des Kantons Bern.

Viele der wiedereinsteigenden Hausfrauen haben wenig Selbstbewustsein, zumindest am Anfang, sind froh, wenn man sie überhaupt nimmt. Ansprüche zustellen, kommt ihnen vorerst nicht in den Sinn – und später lassen sie es meist auch bleiben.

Vielleicht ist die Lohntüte des Ehemannes gut genug gestopft – oder sie können kein Risiko eingehen, weil sie das wenige, das sie verdienen, wirklich brauchen. Vielleicht fühlen sie sich durch willkürliche, unregelmässige Einsätze nicht benachteiligt. Das Gefühl, gebraucht zu werden, auch ausser Haus sinnvolle Arbeit leisten zu können, ist wichtiger.

Schwester Madeleine ist eine typische Vertreterin der Hausfrau/Mutter/Schwestern, eine Frau, die zielbewusst ihren Weg zurück in den Beruf gegangen ist, dort bescheiden und zuverlässig ihre Pflicht erfüllt und mit ihrer Kombination von privaten und beruflichen Aufgaben glücklich und zufrieden ist.

Schwester Madeleine ist 49 Jahre alt, verheiratet und Mutter dreier erwachsener Kinder, die alle noch in Ausbildung sind, aber über das Wochenende nach Hause kommen. Sie arbeitet heute zu fünfzig Prozent als Krankenschwester an der Chirurgischen Abteilung eines Spitals und ist daneben Kursleiterin des Schweizerischen Roten Kreuzes. Schwester Madeleine wurde 1955 als Krankenschwester in Allgemeiner Krankenpflege diplomiert und arbeitete bis zur Heirat. Dann gab sie die Berufstätigkeit auf und widmete sich neun Jahre lang der Familie und dem Haushalt. Als die Kinder selbstständiger wurden, lockte es sie, wieder in ihrem Beruf zu arbeiten.

Im Spital herrschte Personalmangel, und sie war willkommen. Mit Rücksicht auf die Familie wählte sie die Nachtwache – und blieb zehn Jahre dabei.
Dann bewarb sie sich un Teilzeitarbeit am Tag, was damals nicht üblich war. So musste sie Abteilungswechsel in Kauf nehmen und einspringen, wann und wo es nötig war. «Das macht mir nichts aus. Als Aushilfe hatte ich dafür nicht so viel Verantwortung zu tragen und konnte mich langsam einarbeiten.» 1979 dann übernahm sie als Mitglied des Teams der Chirurgischen Abteilung eine fünfzigprozentige Teilzeitstelle. «Am Anfang hate ich Angst. Würden die Kolleginnen, die im Alter meiner eigenen Kinder waren, mich akzeptieren? War ich den Anforderungen im Akutspital gewachsen?»
Der Versuch ist gelungen.

Für den Patienten sieht Madeleine in der Teilzeitarbeit der Schwestern kaum Nachteile.
«Wichtig ist für mich, wie ich ans Krankenbett trete. Ein fröhliches Gesicht, liebevolle Zuwendung kann sicher auch häufigen Wechsel im Pflegeteam kompensieren.»

Wir brauchen sie (leider)

Viele Arbeitgeber scheinen sich schwer zu tun mit ihren Teilzeitschwestern. Einig sind sich alle Personalchefs darin, dass man diese Kräfte braucht. So richtig, daran zu freuen, dass das, was man benötigt nicht auch angeboten wird, scheint sich aber niemand.
«Wir möchten uns nicht zu diesem Thema äussern, damit niemand auf die Idee kommt, bei uns eine Teilzeitstelle zu suchen. Im Moment sind wir eingedeckt.»

hobby zyt
Schweizerische Zeitschrift für Heimwerker+Bastler
Senden Sie mir eine Probenummer.
Telefon (01) 910 80 16
Verlag Börsig AG, 8703 Erlenbach
Name
Adresse
PLZ/Ort

Wichtige Veranstaltungen

WIZO-Föderation

6./7. Juni 1983 Delegiertenversammlung in Grindelwald

«Ob Teilzeitarbeit einer Krankenschwester sinnvoll ist oder nicht, spielt keine Rolle. Ich brauche die Frauen einfach.» So und ähnlich tönt es.

Schwester Sylvia war zu Präzisierung bereit. Sie ist als Leiterin das Pflegedienstes eines Zentralspitals verantwortlich für dreihundert bis dreihundertfünfzig Angestellte und dadurch auch ständig mit den Problemen der Teilzeit konfrontiert. Ihre Haltung ist klar: Wenn sie es sich leisten könnte, würde sie weniger Personal im Teilzeiteinsatz beschäftigen. «Wenn eine Hausfrau und Mutter bei mir eine Teilzeitstelle als Krankenschwester wünscht, finde ich das selbstverständlich. Hundertprozentige Berufsarbeit wäre in den meisten Fällen eine Überforderung und würde keinem der beteiligten etwas bringen.»

Schwerer tut sich Schwester Sylvia mit ihren jungen Kolleginnen, die einen vollen Arbeitseinsatz aus persönlichen Gründen ablehnen. In den Augen der Oberin sind diese jungen Frauen verwöhnt (Ausgetrockneter Stellenmarkt!), nicht genügend belastbar und haben bereits bei ihrer Berufswahl zu wenig über die Konsequenzen der unregelmässigen Arbeitszeit nachgedacht.

Krankenschwester sein heisst dienen, muss als Beruf auch Berufung sein, sonst stimmt es nicht. Wenn wir Frauen ausbilden, die diese Verpflichtung nicht auf sich nehmen können und wollen, hat das für unsere Spitäler verheerende Folgen!» Teilzeitschwestern sind heute im Spital unentbehrliche Mitarbeiterinnen. Nach Ansicht von Schwester Sylvia sollen sie anteilsmässig die gleichen Pflichten übernehmen wie ihre arbeitenden Kolleginnen, antzeilmässig, aber auch die gleichen Rechte zugestanden erhalten, was leider bis heute keine Selbstverständlichkeit ist. Lohnsätze, Entlöhnungssystem, Pensionskassen- und Versicherungsregelungen der Teilzeitschwestern werden wohl noch längere Zeit auf der Traktandenlisten zu Besprechungen mit den Behörden figurieren – und die energische Oberin wird eine zähe Verhandlungspartnerin sein!

Jolanda Senn

Happy-End in Lugano

Fauenverbände und Massenmedien – Hauptthema der Delegiertenversammlung des BSF vom 22./23. April in Lugano

Was wissen die Medien über die Frauenorganisationen? Was wissen die Frauenorganisationen über den Umgang mit den Medien? Das war die Gretchenfrage in Lugano.
Anstatt sich wie weiland Aschenbrödel über die Nichtpräsenz des BSF (240 Verbände mit rund 390000 Mitgliedern) in den Medien einseitig beklagen, beschloss der BSF, dank der Initiative der zurückgetretenen Präsidentin Evelina Vogelbacher-Stampa, an der Delegiertenversammlung in Lugano die beiden Welten zusammenzuführen.
Rund 140 Delegierte aus der ganzen Schweiz hielten nach dem Grundsatzreferat «Wir brauchen eine stärkere Frauenpresse», das die Schreibende hielt, und nach Kurzreferaten der Medienfrauen verschiedener Gruppen eigentliche know-how-Seminarien ab.
Der Ball liegt nun eindeutig bei den Frauenverbänden, Anregungen aufzunehmen, die ihnen erlauben werden, mehr Öffentlichkeit herzustellen.
Happy-End in Lugano? Wie nach jedem Happy-End beginnt erst jetzt der Alltag. Und es gilt die Chancen zu nutzen, schon der jungen Generation zuliebe. Die Redaktion

Charlotte Peter: Seid nicht so empfindlich!

Die ehemalige Chefredaktorin von «Elle/Anabelle» und heute Redaktorin der «Züri-Woche», meint: «Frauenorganisationen, und absolut nicht nur sie, haben zu den Massenmedien oft eine seltsam gestresste Beziehung. Sie sehen uns Redaktorinnen als Bööli-frauen an, oder sie halten uns für rettende Engel, je nachdem, was wir für ihre besonderen Anliegen gerade tun können. In Wirklichkeit sind wir aber nur Vermittler. Wir geben weiter, was man uns anbietet. Allerdings tun wir dies nicht als brave Laufmädchen, sondern als Vertreter einer freien Presse. Nichts ärgert Redaktionen mehr als den Satz:«Ihr müsst unbedingt ..!» Wir müssen nicht !
Verpöhnt ist nach Charlotte Peter, auch, dass Frauenorganisationen (und nicht nur sie), wenn sie in die Zeitung kommen wollen, alles in den gleichen Topf werfen.
«So erhält dann die «NZZ», die «Annabelle», bis zum «Kirchenbote» und der «Züriwoche», jede Redaktion das gleiche Informationsmaterial. 80% dieser Einheitsinformation fällt direkt in den Papierkorb.
Die Gründe: Für Monats- und manchmal auch für Wochenzeitschriften kommt die Botschaft zu spät (Redaktionsschluss 4 bis 6 Wochen vor Erscheinen). Oder es fehlt der aktuelle Aufhänger. Oder das Thema ist nicht saisongerecht. Oder der Beitrag riecht nach Eigenwerbung.Es geschieht auch immer wieder, dass Themen von Frauenorganisationen «zu wenig Fleisch am Knochen haben» für einen ausführlichen Bericht. Dann wird eine Mitteilung in ein paar Zeilen «verheizt» oder ganz vergessen. Ganz konkret wird Charlotte Peter, wenn sie sagt: Bietet uns exklusive Stories nach Mass an! Wenn nämlich zu befürchten ist, dass die Konkurrenz in der gleichen Woche das gleiche Thema behandelt, verliert die Redaktion das Interresse. Nichts ist darum naiver, als die Frauenschrift A mit der Versicherung zu bedrängen, die Frauenzeitschrift B hätte bereits etwas über den Anlass gebracht.»
Beherzigenswert auch Charlottes Mahnung, nicht alles so pingelig und wichtig zu nehmen, aus jeder Mücke einen Elefanten zu machen. Eine einseitige Berichterstattung ist nämlich sehr oft auch auf falsche Information zurückzuführen!
Sie bittet eindrücklich um den Mut, nicht nur die Schokoladenseite zu zeigen, sondern auch die Schattenseiten. Sie bittet um Toleranz gegenüber allfällige Fehler in der Berichterstattung.

Verena Doelker-Tobler: Frauensendungen ab Herbst 1984

Verena Doelker-Tobler ist die einzige Abteilungsleiterin des Schweizer Fernsehens. Sie leitet «Familie und Fortbildung».
Von ihr aus gesehen, kommen die Abteilungen «Aktualität» (Otmar Hersche), welche die Tagesschau und DRS aktuell umfasst, für die BSF-Anliegen in Frage.
Aber auch die Abteilung «Politik und Zeitgeschehen» (Ulrich Pfister) mit Inlandberichterstattung: CH, politische Dokumentation und «Tatsachen und Meinungen», könnte Möglichkeiten bieten, sowie die Abteilung «Familie und Fortbildung» (Verena Doelker). Als Sendegefässe bieten sich hier der strukturierte «Treffpunkt» an, eventuell auch das Karussell.»
Ein wichtige Neuheit gab Verena Doelker-Tobler in Lugano bekannt. Der neue Strukturplan macht's möglich. Ab November 1985 strahlt die Abteilung «Familie und Fortbildung» eine nachmittägliche Zusatzsendung aus, in welcher Frauenfragen gezielt behandelt werden.
Das ist ein gewaltiges Entgegenkommen gegenüber den Frauenanliegen. Doch anstatt Applaus kam Kritik: Nachmittagssendungen könnten nur von Hausfrauen gesehen werden. Die berufstätige Frau und vor allem die Männer hätten dann keine Zeit, vor dem Fernseher zu sitzen. Von Ghetto wurde gesprochen.
Da kommt also, von Verena Doelker-Tobler geduldig und einfühlsam vorgetragen, der Vorschlag zu einer neuen Frauensendung. Die Kritik der Frau bewies nur eines, wie nötig diese Medientagung in Lugano ist.
Es wird zum grossen Teil darauf ankommen, welche Themen, welche Projekte die Frauenverbände der Abteilung «Familie und Fortbildung» unterbreiten.
Verena Doelker-Tobler will sich bereits im Herbst 1983 gezielt mit Arbeitsgruppen, die in den Frauenverbänden gebildet werden müssen, über die Gestaltung der Sendung unterhalten. Sie strebt ehrlich eine enge Zusammenarbeit an. Wir Frauen sollten nicht unbedingt die Hand beissen, die sich uns entgegenstreckt. Wenn wir, die andere Hälfte des Volkes, unsere Anliegen lebendig formulieren, so dass keine Langweilersendung daraus resultiert, wird eines Tages diese engagierten, Frauen gewidmete Sendung, vielleicht dereinst zur besten Sendezeit ausgestrahlt werden. Der Ball liegt eindeutig bei uns.
Auch das sagt Verena Doelker, dass Einladungen meist zu spät in die TV-Redaktionen gelangen. Grosse Ereignisse wären mindestens 3 bis 4 Monate vorher anzukündigen, damit eine gut dokumentierte Sendung geplant werden kann.

Marie-Therèse Guggisberg: Verstaubtes Image

Marie-Therèse Guggisberg, neu ernannte Informationschefin von Radio

Die neuen Vorstandsmitglieder von links nach rechts: M. Räber-Huber, R. Lanz-Baur, D. Peyer-Stäuble, R. Hirschi-Hartmann, R. Beusch-Neikomm, C. Allidi-Cavalleri und die neue Präsidentin L. Bener-Wittwer.

Zürich, gibt zu, dass man bei den Massenmedien ein eher verstaubtes Image von den Frauenverbänden habe. Sie begrüsst die Möglichkeit eines Gedankenaustausches ausserordentlich. Im übrigen ist das Radio in Sachen Frauenfragen sehr aufgeschlossen. «Wir bekommen von den Frauenverbänden» zu wenig oder zu trockene oder zu polemische Informationen.
Wie das Fernsehen ist ja auch das Radio zu einer «ausgewogenen, objektiven» Berichterstattung verdonnert.
Das würde im Fall BSF unter Umständen bedeuten, dass über alle 240 angeschlossenen Verbände berichtet werden müsste – ein Ding der Unmöglichkeit!
Als Anregung nennt Marie-Therèse Guggisberg Sendegefässe, die für aktuelle Sendungen in Frage kommen: Von Tag zu Tag und Rendez-vous am Mittag usw. Aktuelle Meldungen müssten 10 Tage vor einem Ereignis eintreffen. Für grössere Ereignisse sind Fristen bis sieben Wochen normal.
Vor allem aber, meint die Radio-Frau, müssten Frauenverbände lernen, Einladungen profimässig an die richtigen Stellen zu versenden.
Im übrigen ist nach Marie-Therèse Guggisberg das Radio ein sehr kontaktfreudiges Massenmedium, mit viel Kontaktmöglichkeit für die Zuhörer, die sich direkt in die Sendung einschalten können. Wie zum Beispiel beim Hörertelefon, das bereits heute vermehrt von Frauen benützt wird.

Resolution für eine starke, unabhängige Frauenpresse

Die klassische Frauenpresse mit fünf Titeln ist seit Mitte 1975 auf einen einzigen Titel, «Annabelle–Elle» – von 750000 Totalauflage aus 120000 – zusammengeschmolzen. Die im gleichen Verlag herauskommende «Voilà» wird vermutlich eines Tages ebenfalls darin aufgehen.
Für die engagierte Staatsbürgerin gibt es nur Zeitschriften wie das «Schweizer Frauenblatt» und «Femme Suisse», die von den Frauenverbänden mitgetragen werden. Die Einsicht, dass wir, wenn wir ernst genommen werden wollen, auch über eine starke, unabhängige Frauenpresse verfügen müssen, um mehr Öffentlichkeit herzustellen, setzte sich durch.
In einer Resolution forderten die Delegierten zum grösseren Engagement gegenüber dieser Frauenpresse auf.
Happy-End in Lugano? Ein Anfang ganz bestimmt. Die vielseitige Berichterstattung in allen Medien über diese Tagung beweist es!

Lys Wiedmer-Zingg

Wir danken

Ihnen, wenn Sie uns die Adressen von Interessentinnen melden, die unsere Zeitschrift «Mir Fraue/Schweizer Frauenblatt» noch nicht kennen, aber kennenlernen möchten. Ohne jede Verpflichtung senden wir diesen Interessentinnen drei Probenummern von «Mir Fraue/Schweizer Frauenblatt» zum Kennenlernen zu.

Name: _____

Vorname: _____

Strasse: _____

Plz./Ort: _____

Bitte einsenden an:
Verlag «Mir Fraue/Schweizer Frauenblatt», Postfach, 8703 Erlenbach

Frauenhäuser: Ein Strudel der Verzweiflung und Hilflosigkeit

Versuchte man mittels einer Umfrage die Schwierigkeiten zu ergründen, mit denen Frauenhäuser in der Schweiz vor allem zu kämpfen haben, würde wohl die Finanzknappheit an erster Stelle rangieren. Es handelt sich aber hier letzten Endes um ein organisatorisches Problem, das mit dem guten Willen der Beteiligten gelöst werden kann. Viel schwieriger gestaltet sich dem gegenüber die Aufgabe der Betreuerinnen in diesen Häusern, die vor Hindernissen stehen, welche Aussenstehende kaum erahnen können. Es ist das Verdienst der Arbeitgemeinschaft «Frau und Demokratie», dass diese Aspekte einmal ausreichend zur Sprache kamen. Zwei Mitarbeiterinnen der Frauenhäuser Zürich und Basel zeichneten ein eindrückliches Bild von ihrem Alltag.

Ansteckende Hoffnungslosigkeit

itb. Seit zwei Jahren leiht **Doris Spörri** ihre psychische und physische Präsenz dem Basler Frauenhaus. Die ständige Konfrontation mit der Krise, das einseitige Bild, das sich mit der Zeit über die Beziehungen zwischen Mann und Frau ergibt, diese dauernde Hoffnungslosigkeit, die ansteckend wirkt, der man etwas entgegensetzen solte: Mit diesen Symptomen müssen die Betreuerinnen fertig werden. Dass sich hier ein halbes Arbeitspensum geradezu aufdrängt, ist klar. Woher sollen diese Frauen die Kraft nehmen, mit dem dauernden Trubel fertig zu werden? Plastisch schilderte Doris Spörri, was alles sich in *einem* Moment abspielen kann. Auskunft einer neuen Frau, die man übers Wichtigste informiern will, das schrillende Nottelefon, mittels dem ein Mann herausfinden will, ob seine Ehefrau sich im Frauenhaus befindet (er erhält natürlich keine Auskunft), eine Frau, die im Vorraum am Telefon mit ihrem Mann verhandelt – offensichtlich unter Druck. Kinder, die schreiend ihre Wünsche äussern, eine weitere Frau, die auf die Rechnung wartet, damit sie gehen kann, eine Patientin, die in ihrem Zimmer auf Betreuung hofft und vorerst das nötige Verständnis nicht aufbringt, dass man nicht nur für sie da ist ... All das spielt sich auf kleinstem Raum in kürzerster Zeit ab.

Von der Betreuerin erwartet man, dass sie über allem steht, sich nicht mitreissen lässt in diesen Strudel der Verzweiflung und Hilflosigkeit. Wieweit fühlen sich die Betreuerinnen in die Schicksale der Frauen hinein? Es wühle sie auf, beschreibt Doris Spörri dieses Einfühlen, oder es betäube sie jeweilen, bis sie keine Betroffenheit mehr empfinde. Sie bewegt sich in einem seelischen Trümmerfeld, der Eindruck der niedergeschlagenen Frau lässt sie nicht mehr los. Es gibt kein Immunsystem dagegen, niemand kann so hart und gefühllos sein, dass es nicht an seiner Substanz zehren würde. Ferien sind dann dringend nötig, bevor der Körper sich in Krankheit flüchtet.

Hilfe zur Selbsthilfe

Die Versuchung, den hilfesuchenden Frauen mit guten Ratschlägen zur Seite zu stehen, ist gross. Aber diese Frauen müssen ihren Weg selber finden. Durch Beeinflussung erreichen sie ihre Eigenständigkeit nicht. Es ist für die Betreuerinnen nicht einfach, die Entscheide der Frauen zu verstehen, aber die respektieren sie (⅔ der Frauen kehren zu ihren Männern zurück). Für die misshandelten Frauen ist es ein ganz neues Gefühl, ohne feste Strukturen zu leben. Sie, die gewöhnlich aus einer Beziehung ausgebrochen sind, in der sie nichts zu sagen hatten, sollen nun plötzlich ohne Chef entscheiden und diesen Entscheid mit seinen Folgen auch noch verantworten. Das bedeutet für diese Frauen einen anspruchsvollen Prozess; ihre anfängliche Überforderung äussert sich oft in hässlichen Szenen. Auch damit hat die Mitarbeiterin im Frauenhaus fertig zu werden, muss Geduld üben und zu den offenen Strukturen stehen, obschon es manchmal einfacher wäre, den Alltag mit festen Normen zu regeln.

Die Arbeit mit den Kindern

Die Kinder werden aus der gewohnten Umgebung herausgerissen, wissen nicht, was mit ihnen geschieht. Dies führt zu einer tiefen Verunsicherung, welche sich in Aggressionen oder Unansprechbarkeit äussert. Die raschen Wechsel lassen keine richtige Beziehung aufbauen. Dazu kommen die unterschiedlichen Erziehungsmethoden von Mutter und Betreuerin.

Wo bleibt das Erfolgserlebnis

Aus dieser Arbeit lässt sich keine sichtbare Bilanz ziehen, es ist Sache der persönlichen Einschätzung, was als Erfolg gilt.

Die typische misshandelte Frau gibt es nicht

Woher stammt das Phänomen der Gewalt? Die Psychologin und Mitarbeiterin **Anne Hermanns** aus dem Frauenhaus Zürich analysiert so:

Gewalt ist in der Gesellschaft nicht verboten (Brutalos, Aufrüstung). Dem Mann wird seine Überlegenheit anerzogen, er muss sich durchsetzen, allenfalls mit Gewalt. Die Frau wird zur Demütigkeit angehalten, zum Gehorchen. Anne Herrmann schilderte an einem Beispiel, wie sich negative Voraussetzungen in einer Ehe kumulieren können. Das Mädchen erlebt in seiner Kindheit einen gewalttätigen Vater und eine hilflose Mutter. Es forcierte die Lösung aus diesen unerfreulichen Familienverhältnissen und hängte sich, ohne je selbständig gewesen zu sein, an einen als Erlöser auftauchenden Partner. Er musste den omnipotenten Mann spielen, eine Rolle, die ihn überforderte und in der er wieder nur dank Gewalt bestehen konnte. Die Männer retten sich in Alkohol, die Frauen zeigen vielfach Reaktionen gegen sich selbst und werden depressiv.

Der Wunsch, für diese Frauen besser sorgen zu können, ist verführerisch, doch sind sich die Betreuerinnen der Gefahr sehr wohl bewusst, dass sie die Frauen damit in eine neue Abhängigkeit manövrieren. Als erstes nehmen sie diese Frauen ernst, indem sie sie fordern. Auch leben sie ihnen im Team einen Stil ohne festgefügte Führung vor.

Was nachher?

Viele Frauen kapitulieren. Sie haben keine rechte Ausbildung, leiden unter der Wohnungsnot, können keinen neuen Freundeskreis aufbauen. Im Frauenhaus bemühen sich die Frauen, diesen Entscheidungsprozess zu bewältigen, indem sie zunächst ihre eigenen Geschichte zu verstehen suchen. Welche Zukunft sie wählen, ist schliesslich ihrem Entscheid überlassen.

Kosmetik-Fachschule

Seriöse Ausbildung zur Fachkosmetikerin resp. Bio-Kosmetikerin in medizinisch-wissenschaftlicher und apparativer Kosmetik.

Halbtags- und Abendschule

Halbtagsschule je vormittags oder nachmittags.

Diplomabschluss nach 6 Monaten.

Institut SEMPER SANUS

8002 Zürich, Lavaterstrasse 44 (Bahnhof Enge) Telefon 202 76 77

Frauenszene Schweiz

Denise Waser erste Ortschefin des Kantons Bern

Seit dem 1. Januar wird die Zivilschutzorganisation der Berner Gemeinde Seftigen von einer jungen Frau kommandiert. Denise Waser ist die erste Ortschefin des Kantons Bern. Auch ihr unsere herzliche Gratulation.

Entscheidungshilfe für die Gerichte

Landauf, landab herrscht grösste Unsicherheit bei Arbeitnehmern, Arbeitgebern und Gerichten erster Instanz, wie Klagen, den gleichen Lohn für gleichwertige Arbeit betreffend, anzugehen seien.
Der Schweizerische Kaufmännische Verband (SKV) hat nun eine 39 Seite starke Schrift herausgegeben, die eine Übersicht über die zu berücksichtigenden Gesichtspunkte vermittelt.
In erster Linie ist diese Broschüre allerdings als Schützenhilfe für jene Frauen gedacht, die nicht wissen, wie sie sich gegen die schlechtere Salarierung wehren können, an wen sie sich um Hilfe zu wenden haben, welches Vorgehen, welche Beweise nötig sind, um ein Verfahren richtig durchzuziehen.
Der Fall der Zürcher Krankenschwestern wurde im Schweizer Frauenblatt mehrfach besprochen, die gleichen Lohn für gleichwertige Arbeit einklagten und in erster Instanz abblitzten, weil, nach Isabelle Mahrer, Aktuarin des Arbeitsgerichtes des Bezirks Baden, die Richter Mühe bekundeten, den Frauenberuf Krankenschwester mit anderen traditionellen Männerberufen zu vergleichen.
Das Lohngleichheitsprinzip gilt, gemäss Broschüre
1. sowohl für den öffentlichen Dienst als auch die Privatwirtschaft, für weibliche aber auch männliche und ausländische Arbeitnehmer.
2. für Vollzeit-, Teilzeit- und Temporärarbeit
3. für gleichwertige Arbeit innerhalb desselben Unternehmens wie in verschiedenen Berufszweigen und Betrieben.
4. für Geld- und Naturallohn sowie andere Vergütungen (Gratifikationen, Sonderzulagen) und Sachleistungen (Vergütung im Reiseverkehr).
5. für Lohnunterschiede nach dem 14. Juni 1981, aber auch für Arbeitsverträge, die vor diesem Zeitpunkt abgeschlossen wurden und nach diesem Zeitpunkt weiter andauern.

Generalversammlung des Schweizerischen Katholischen Frauenbundes

Am 19. Mai fand die 68. Generalversammlung des SKF in Luzern statt. Das Tagungsthema «Familie heute — Auf der Suche nach einem Leitbild christlicher Familie (Vortrag Dr. Plasch-Spescha, Sozialethische Arbeitsstelle der römisch-katholischen Kirche, Biel) wurde ergänzt durch Erfahrungsberichte. Edwin Achermann, Stans, sprach zum Thema «Eltern gestalten das Leben gemeinsam». Lisbeth Koller, Mitverantwortliche für Gruppen junger Mütter, Horw, widmete sich dem Thema «Junge Frauen miteinander», und Angeline Fankhauser, Verantwortliche für Tagesmütter, Pro Juventute, sowie Ursula Turnheer, CjM Rapperswil, Leiterin einer Tagesmüttergruppe in Rapperswil, berichteten über das aktuelle Thema «Tagesmütter wozu».

Delegiertenversammlung des SVF (Schweizerischer Verband für Frauenrechte)

Samstag, 28. Mai 1983 ging im Bahnhofbuffet in Bern die 72. Delegiertenversammlung des SVF über die Bühne. Als Jahresthema wurde dabei, gemäss Anträgen von Genf und Mont.Neuchâteloise, das Thema «Die Frau und das Sozialwesen» (AHV, Krankenkasse, Mutterschutz, berufliche Vorsorge) gewählt.
Der SVF setzt sich in seinen Zielsetzungen für die «Gleichen Rechte für Mann und Frau» ein, verneint die traditionelle Alternative Beruf oder Familie, verlangt die Aufteilung der Haushalt- und Erziehungspflichten zwischen Männern und Frauen, fordert Chancengleichheit der Geschlechter und solidarisiert sich mit den Frauen der dritten Welt.

Verena Meyer Ehrendoktor Gratulation

Am dies academicus der Universität von Zürich wurde am 29. April auch die Rektorin Verena Meyer zum Ehrendoktor ernannt.
Sie befand sich als einzige Frau in bester Gesellschaft mit Friedrich Dürrenmatt, Fritz Leutwiler, Bertil Galland usw.
Wir gratulieren herzlich

Die Frau als Steuersubjekt

Das Fachthema der Jahresversammlung des Basler Juristenvereins von anfangs Mai drehte sich um die Konsequenzen im Steuerrecht, die sich aus dem Verfassungsartikel «Gleiche Rechte für Mann und Frau» ergeben. Denn mögen die kantonalen Steuergesetze noch so sehr voneinander abweichen, beruhen sie doch alle auf dem System der Haushaltsbesteuerung.
Gemäss Art.4, Abs.2 der Bundesverfassung ist die Ehefrau nun aber nicht mehr unselbständige Teilhaberin des durch den Ehemann vertretenen Haushalts, sondern selber Steuersubjekt....
Als Steuersubjekt müsste sie in Zukunft selbständig alle mit der Steuer verbundenen Rechte ausüben. Sie sollte auch die Steuererklärung mitunterschreiben können.
Was vielen Männern in der Seele besonders weh tun wird, deren Angetraute bis jetzt nicht wussten, was der Gemahl eigentlich verdient.
Die Besteuerung des Konkubinatsverhältnisses hingegen, so befanden die Juristen, sei der Quadratur des Kreises verwandt. Eine faire Lösung ungeheuer schwierig zu realisieren.

Die unheilige Allianz

Die Volksinitiative «Recht auf Leben» lehnt der Gesamtbundesrat zwar ab. Er präsentierrt folgenden Gegenvorschlag: «Jedermann hat das Recht auf Leben, körperliche und geistige Unversehrtheit, Bewegungsfreiheit und persönliche Sicherheit.»
Für den Kampf gegen die Initiative «Recht auf Leben» sowie gegen jeden anderen Vorschlag, der eine Fristenlösung ausschliesst, rüsten sich die SVSS (Schweizerische Vereinigung für Straflosigkeit des Schwangerschaftsabbruchs).

Plädoyer

Plädoyer heisst eine neue Zeitschrift, die sechsmal jährlich herauskommen soll. Sie wird von den Demokratischen Juristen der Schweiz (DJS) herausgegeben.
Plädoyer Nummer 2 befasst sich mit Art. 4 «Mann und Frau sind gleichberechtigt» in zwei ausgezeichneten Beiträgen: «Zwei Jahre danach — eine erste Bilanz» und «Der (Un)Wert der Hausfrau» (Haftpflicht)».
Adresse: Plädoyer, Postfach 1853, 4001 Basel

Frauen-Referendum gegen 10. AHV Revision?

Die beiden AHV Spezialistinnen Christiane Brunner, Genfer Anwältin, VPOD Präsidentin und Mitglied der Eidgenössischen AHV/IV Kommision, ärgert sich über die Vorschläge der Eidg. Kommission ebenso sehr wie die Berner Anwalts-Kollegin Gret Haller.
Wir berichteten bereits ausführlich über die Tatsache, dass in der zehnten AHV Revision nicht etwa Frauenpostulate verwirklicht werden, sondern, dass die gleichen Rechte für Mann und Frau in erster Linie den Männern zugute kommen werden.
Bundesrat Egli steht dicke Frauenpost ins Haus. In Frauenkreisen erwägt man ein Referendum oder gar eine Initiative gegen die 10. AHV Revision. Der KV hat in diesem Sinn ebenfalls protestiert und selbst der zurückhaltende Evangelische Frauenbund erwägt Protest.

AHV für Auslandschweizerinnen

Die Ehefrauen von obligatorisch versicherten Auslandschweizern, sollen nachträglich und mit Rückwirkung, freiwillig der AHV beitreten können. Die stossende Gesetzeslücke, die nun geschlossen werden soll, hatte zu einer Flut von Beschwerden geführt.

Neugründung: Verein für feministische Wissenschaft

Am Samstag, 7. Mai, gründeten Wissenschafterinnen aus der ganzen Schweiz im Restaurant Innere Enge in Bern einen Verein für feministische Wissenschaft.
Die Wissenschaft ist eine der letzten Hochburgen der Männer.
Ähnlich wie feministische Theologinnen die Bibel neu zu interpretieren versuchen, wollen nun die Wissenschafterinnen Formen und Inhalte der traditionellen, herrschenden Wissenschaften und die etablierte Ausbildung unter die Lupe nehmen. Es gibt bereits mehrere Lizentiats- und Diplomarbeiten zu frauenspezifischen Themen. Einige Frauen befassen sich im Rahmen eines Nationalfonds-Projektes etwa mit dem beruflichen Wiedereinstieg der Frauen. An den meisten Schweizer Universitäten bestehen heute neben dem offiziellen Lehrbetrieb feministische Arbeitsgruppen.
Der Verein wurde aber auch gegründet, um die Position der Wissenschafterinnen zu stärken und den Kampf gegen die Diskriminierung von Frauen im Wissenschaftsbetrieb aufzunehmen.

Gabrielle Nanchens come back?

Gabrielle Nanchen, die als Nationalrätin zurücktrat, um ihren kleinen Kindern mehr Mutter zu sein, zieht es doch wieder nach Bern. Sie visiert sogar das Stöckli (Ständerat) an. Ob es ihr als SP Frau allerdings gelingt, gegenüber der Vorherrschaft der CVP Kandidaten erfolgreich anzukämpfen, ist im konservativen Wallis noch mehr als ungewiss.

Der grosse Unterschied

Nach einer ersten offiziellen Einkommens- und Vermögensstatisik (nach 25 Jahren) bestätigt sich das, was alle vermuteten: Ein Prozent aller Schweizer Steuerzahlen besitzt 30 Prozent aller Vermögen
Die Hälfte der Bevölkerung besitzt praktisch gar nichts, nämlich nur zwei Prozent....
Die zehn am besten verdienenden Prozent versteuerten 1978 durchschnittlich 107 000 Franken Einkommen.. Die am schlechtesten verdienenden 10 Prozent 7500 Franken.
Das Einkommensniveau der Frauen liegt deutlich unter jenem der Männer. Spitzenverdienerinnen sind besonders dünn gesät. Nur rund drei Prozent Frauen - etwa rund 12 000 Frauen — verdienen über Fr. 50 000 pro Jahr.

BERNINA 910
Eusi Jüngscht.
Sie ist einfach und kann doch alles, und zwar perfekt. Sie hat alle Nutzstiche und näht durch dick und dünn. Sie ist augenblicklich nähbereit, wann immer Sie Lust aufs Nähen haben.
BERNINA®
Mir zeiged Ine gern, was die alles chan.
Verlangen Sie die neuesten Prospekte bei:
Fritz Gegauf AG, Bernina-Nähmaschinenfabrik, 8266 Steckborn
Tel. (054) 8 29 21

Männerfrauen und Frauenmänner
Leiko Ikemura

Die grazile Japanerin, mit einem Schweizer verheiratet, wird an der Frauen-Triennale in Le Landeron, die am 5. Juni eröffnet wird, präsent sein. Sie kommt extra zu diesem Anlass aus Nürnberg zurück, wo sie für ein halbes Jahr als «Stadtzeichnerin» von der Stadtverwaltung ein Atelier und eine Monatssubvention zur Verfügung gestellt bekommen hat.
Der Kontakt ergab sich an der Jugend-Triennale in Nürnberg von letztem Jahr, als die Jury die hochbegabte Japan-Schweizerin entdeckte.
Wie alle Künstlerinnen glaubt auch Leiko Ikemura nicht daran, dass es eine typische Frauenkunst und eine typische Männerkunst gibt. Für sie gibt es nur gute und schlechte Kunst. Aber wenn sie an der Triennale in Le Landeron teilnimmt so darum, weil sie sich brennend dafür interessiert, was dort geschieht, ob sich neue Horizonte öffnen, neue Wege aufgezeigt werden. Sie freut sich auf die Begegnung mit anderen Künstlerinnen. einige unserer Titelblattkünstlerinnen werden übrigens unter den Ausstellerinnen sein wie eine Lilli Keller oder eine Margrit Jäggli (Babettli – erinnern Sie sich noch?) usw.
Für Leiko Ikemura ist Weibliches und Männliches in jedem Menschen gemischt.

Nicht umsonst spielen Männerfrauen und Frauenmänner in ihren Bildern eine bedeutende Rolle. Im wunderschönen Katalog, der der Bonner Kunstverein anfangs über Leiko Ikemura herausgab, schrieb Margarethe Jochimson zum Thema:

«Wie Leiko Ikemura Tier und Mensch zu einer Einheit verbindet unter dem Aspekt einer Balance zwischen Intellekt und Sinnlichkeit, so vereinigt sie auch Männliches und Weibliches, Mann und Frau, zu einem Ganzen. «Es gibt nie eine reine Männerwelt und nie eine reine Frauenwelt. Männliches und Weibliches fliessen immer zusammen.» Ihre Menschenwesen machen so auch sehr oft den Eindruck, sowohl männlich als auch weiblich zu sein. Es sind geschlechtlich ambivalente, androgyne Wesen. Auch hier verfährt sie – wie bei den Tiermenschen – nach demselben, plausiblen bildnerischen Prinzip, indem sie weiblich anmutende Köpfe auf männlichen Körpern oder weibliche Körper mit männlich wirkenden Köpfen versieht. Gelegentlich auch zeigt der menschliche Körper männliche und weibliche Merkmale zugleich. «Das liegt in meiner Hand drin», meint sie, «meine Gestalten werden so.»

An der Illustration einer gesellschaftlichen Ideologie – welche auch immer – ist Leiko Ikemura nicht interessiert. Ihre Gedanken kreisen nicht so sehr um die konkrete Veränderung oder Gestaltung gesellschaftlicher Strukturen, obwohl sie dafür offen ist, sondern um die ewige Frage des Seins, des Sinns – als Voraussetzung für den entwurf einer neuen Sicht der Gesellschaft. «Die Funktion der Kunst,» so ist sie überzeugt, «ist ihre Funktionslosigkeit in der Gesellschaft. Das ist paradoxerweise sehr politisch».
Leiko Ikemura ist in Tsu, der Hauptstadt der Präfektur Mie am Pazifischen Ozean 1951 geboren. Am Meer aufgewachsen, fühlt sie sich durch und durch als Inselmensch. Grossgeworden ist sie in einem Elternhaus, in dem trotz der radikalen Verwestlichung nach dem letzten Weltkrieg auf japanische Tradition geachtet wurde. Nach Abschluss der Oberschule 1970, entschied sie sich nicht für die Kunst, sondern für ein Studium spanischer Literatur und Sprache an der Universität Osaka. Kurse in Zeichnen und Malen belegte sie nebenbei in einer Privatschule, später dann arbeitete sie in einer Malgruppe an der Universität.

danja

Tanz-Therapeutin

Gestalten Sie Ihre Zukunft!
Schulen Sie Körperbewusstsein!
Begeistern Sie andere!

Ein erster Schritt zur Verwirklichung ist eine Ausbildung zur ***Tanz-Therapeutin.***

Beginn und Kursdauer wählen Sie selbst.
Eignungstest,
Diplomabschluss.
Schulleitung:
Frau V. Eggenberger.

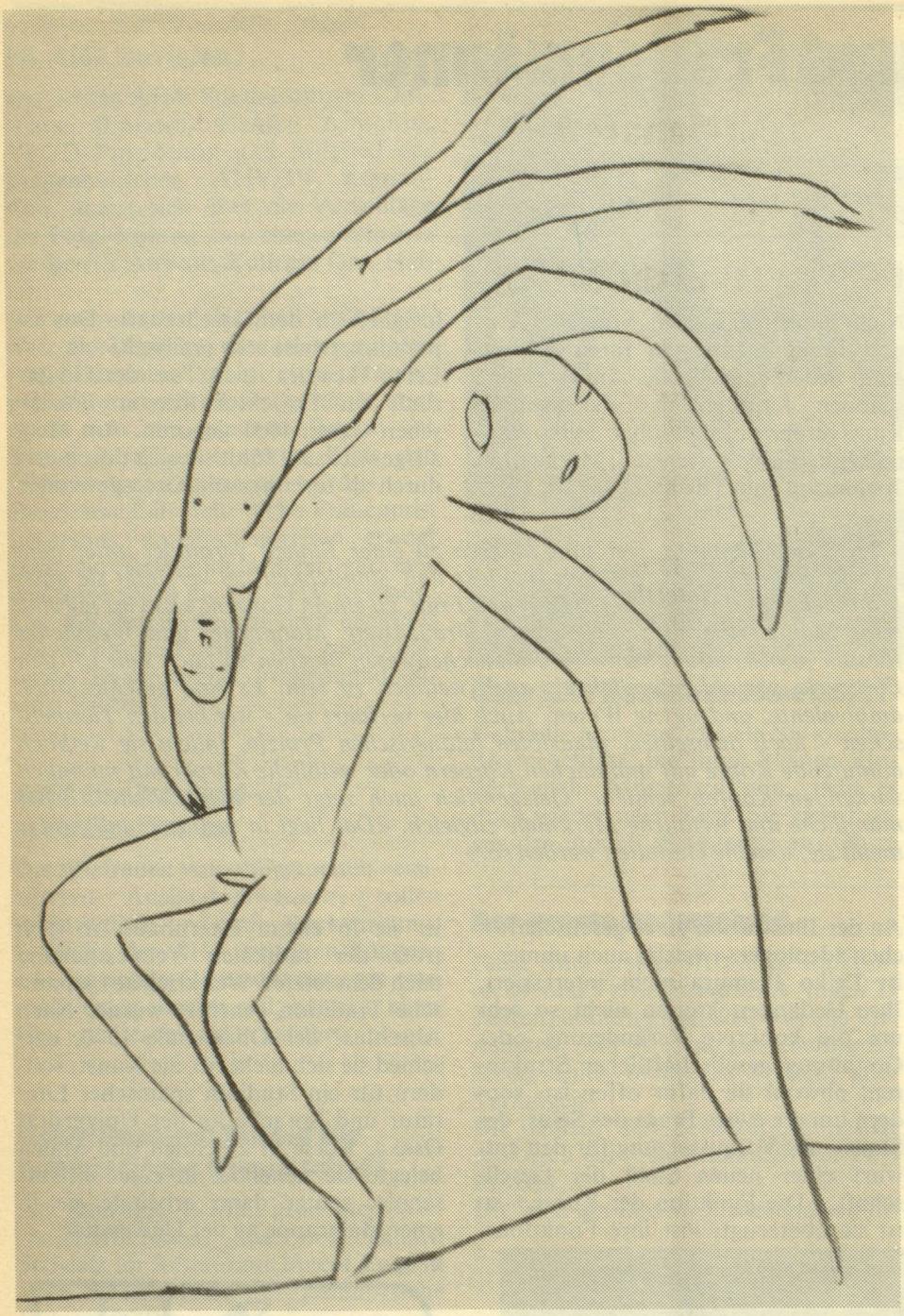
Ich wünsche Gratis-Dokumentation:

Name: _____

Strasse: _____

Plz/Ort: _____

Gymnastikseminar 8002 Zürich
Lavaterstrasse 57 Tel. 01 202 55 35



1972 beschloss sie nach Spanien zu fahren. Sie kehrte nicht mehr nach Japan zurück. Neben Sprachstudien in Salamanca und Granada zeichnete sie und begann auch zu modellieren. Sie schaffte den Sprung an die Kunstakademie in Sevilla.

In die Schweiz, wo sie heute lebt, kam sie 1979. Grund war nicht nur eine starke menschliche Beziehung, sondern auch das Bedürfnis, sich unmittelbar im Herzen Europas mit den aktuellen Strömungen der Kunst auseinander zu setzen.

Ihrer Heimat Japan fühlt sie sich immer noch eng verbunden, ist aber nicht sicher, ob sie je wieder dort hin möchte. Sie braucht den Abstand, um die dinge von Ferne zu betrachten und ihre Dynamik zu spüren. -er

Wenn Kaffee Ihren Magenfrieden stört..

Vielen bekommt nicht jeder Kaffee. Das liegt oft an gewissen Reizstoffen, die Beschwerden auslösen können. Für solche Kaffeefreunde, die das Coffein gut vertragen und seine belebende Wirkung schätzen, gibt es einen speziellen Kaffee: den reizarm veredelten «Café ONKO S». Er wird vor dem Rösten mit einem patentierten Verfahren nachweislich von vielen Reizstoffen befreit und magenfreundlich gemacht. Das anregende Coffein, das volle Aroma und der köstliche Geschmack bleiben dabei voll erhalten. Die Gründlichkeit dieses Verfahrens ist offiziell anerkannt und berechtigt dazu, dass CAFE S als nach weislich «reizarm» bezeichnet werden darf.

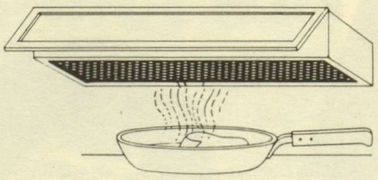
Der unappetitlichste Ort in den meisten Küchen ...

ist die **Dampfabzughaube.** Der fettige, klebrige Belag, der sich hier ansammelt – ein Nährboden für Bakterien – kann mit den gebräuchlichen Reinigungsmitteln kaum entfernt werden. Hier hilft nur

TORESAN FIX®

das kraftvolle und doch schonende, fettlösende Reinigungsmittel. TORESAN-FIX® putzt mühelos auch Gitterroste, Grills, Gehäuse aller Art (auch Kunststoff). Mehrfach verwendbar, daher sehr sparsam im Gebrauch.

Garantie: Bleibt die versprochene Wirkung aus, so vergüten wir bei Rücksendung innert 8 Tagen nach Lieferung den vollen Betrag.



(bitte in Blockschrift ausfüllen)

BESTELLUNG:
Bitte senden Sie mir gegen Nachnahme:

☐ Flasche TORESAN-FIX® à Fr. 19.50 (Preis exkl. Nachnahme + Porto)

Name/Vorname: _____

Strasse: _____

PLZ/Ort: _____

Datum: _____

Unterschrift: _____

Einsenden an:
DISTRA AG, Postfach 40
4153 Reinach 2, Tel. (061) 76 90 90

Gesund durch lebendigen Sauerstoff

«Die unbemerkte Sauerstoff-Unterversorgung der Körperzellen ist die Hauptursache der meisten Erkrankungen und des vorzeitigen Alterns!»

TROMA-ION nach Dr. Dr. Konstantin von Brunowsky

Doppel-Gerät für Wasserpunktur (Durchblutung) und Hydro-Ionen (Sauerstoff) erzeugt durch den «Wasserfall-Effekt» nach Lenard (5 Min. tägl.)

Preis: Fr. 215.– (5 Jahre Garantie)

Broschüre über Einsatz und Wirkungsweise in gesunden und kranken Tagen: AB ORI, 3000 Bern 5, Telefon 031/55 48 72.

ERSTAUNLICHE ERFOLGE

Name .....

Adresse ..... PLZ/Ort .....

Die Frau in der Kunst

Drei Monate lang haben die Frauen das Wort

Zum ersten Mal wird eine Internationale Triennale über «Die Frau und die Kunst» durchgeführt. Und zwar in Le Landeron, vom 3. Juni bis 28. August 1983. Künstlerinnen aus der ganzen Welt werden sich im mittelalterlichen Städtchen treffen. Eine permanente Ausstellung zeigt Werke schweizerischer und äusländischer Malerinnen, Bildhauerinnen und Weberinnen. Da zwischen eingestreut liegen eine ganze Reihe hochinteressanter Veranstaltungen: Öffentliche Diskussionen, Performance, Videoschauen, von Frauen gedrehte Filme, Tanz, Musik, Dichterlesungen usw.
Das Städtchen Le Landeron am Bielersee ist vielen ein Begriff durch die beinahe schon zur Legende gewordene grösste und wichtigste Trödel- und Antiquitätenmesse der Schweiz: «Brocante»!

Die Frau und die Kunst

Internationale Triennale in Le Landeron

3. Juni bis 28. August
Veranstaltungskalender Juni:

Freitag, 3. Juni 11.00: *Pressekonferenz*
Samstag, 4. Juni, 21.00: *Performance (Zeichensetzung) Margretha Dubach, Zürich*
Sonntag, 5. Juni, 11.00: *Vernissage in der Altstadt Annetta Pedretti, Zürich, Heidi Bucher, Winterthur, Ka Moser, Bern*
Freitag, 10. Juni, 20.30: *Öffentliche Diskussion zum Thema Frau und Kunst*
Samstag, 11. Juni, 21.00: *Pantomime mit Helena Korinkova und Ursula Jankowski, Biel*
Sonntag, 12. Juni, nachmittags: *Performance mit der Australierin Susan Swinbourne*
Samstag, 18. Juni, 20.30: *Choreographisches Duo mit Jackie Planex und Tom Crocker (Amerika)*
Sonntag, 19. Juni, 20.30: *«Il valore della donna e il suo silenzio». Film von Gertrud Pinkus*
Montag, 20. Juni, 20.30: *«Xunan – the Lady» Film von Margrit Keller, Zürich und Peter von Gunten, Bern*
Mittwoch, 22. Juni, 20.30: *Madame X – une dominatrice absolue». Film von Ulrike Ottinger (RFA)*
Donnerstag, 23. Juni, 20.30: *«Der Tod des Grossvaters» Film von Jacqueline Veuve, Lausanne*
Freitag, 24. Juni, 20.30: *«L'île de sirênes» Film von Isa Hesse, Küsnacht*
Samstag, 25. Juni, dès 14.00: *Video-Wochenende mit Ulrike Rosenbach. Trisha Brown, Laurie Anderson, Julia Hayward, Frederike Pesold, renate Kocer, Joran la Barbera, Annegret Soltau usw.*
Samstag, 25. Juni, 20.30: *«Anna» Film von Linda Christanell, Wien*
Samstag, 25. Juni, 21.30: *«Menschenfrauen» Film von Valie Export, Wien*
Sonntag, 26. Juni, 14.00: *Fortsetzung des Video-Wochenendes*
Mittwoch, 29. Juni, 20.30: *Astrologie Lucie Cottens, Lausanne*

Die einen zweifelten die Aktualität einer solchen Veranstaltung an, scheinen sie gar zu boykottieren, reden von Künstlerinnen im Ghetto. Andere wiederum finden eine solche Gesamtschau unerhört wichtig, freuen sich auf andere Kunstformen und auf Künstlerinnen aus der ganzen Welt, auf neue Erfahrungen.
Wer politisch engagiert ist, läuft leicht Gefahr, das Thema über- oder fehlzuinterpretieren. Wichtig ist zu wissen, dass die Idee – sie stammt übrigens von einer Künstlerin und Galeristin – schon ein halbes Jahrzehnt alt ist. In der Zwischenzeit hat sich in der «Frauenszene» einiges gewandelt.
Am 5. Juni wird im mittelalterlichen Städtchen die erste Triennale eröffnet, eine Kunstausstellung, ein Treffen von Künstlerinnen aus aller Welt, das in Zukunft alle drei Jahre wiederholt werden soll. Die Reaktion auf diese 1. Triennale stiess, lange vor der Eröffnung, auf vitales Echo.

Mag die Motivation urspünglich vermehrt auch aus (kultur)politischen Gegebenheiten herrühren, nämlich aus der allgemeinen Benachteiligung der krativen Frau in der Kunstszene, so bestand das Hauptziel der Ausstellung doch immer in der Absicht, einem breiteren Publikum Einblick in die Vielseitigkeit künstlerisch tätiger Frauen zu vermitteln.
Was beschäftigt sie? Wie nehmen sie die Umwelt wahr? Was haben sie uns mitzuteilen? Nehmen sie die Chancen, die sich gerade aus der Benachteiligung in der Kunstszene bietet, wahr? Welche Wege schlagen sie ein? Gibt es eine spezifische weibliche künstlerische Aussage? Dom.

Kontaktadresse:
Galerie Eric Schneider
2525 Le Landeron
Tel. (038) 51 58 21

Ihrem Wohlbefinden zuliebe!

Atem- und Bewegungsschule verbunden mit herrlichen Ferienwochen

Leitung:
Frau Alice Portner
dipl. Atempädagogin
Brittnau

Gunten am Thunersee, Parkhotel:
24. Sept. bis 1. Okt./1. bis 8. Okt.
Preis pro Woche Fr. 485.–
(alles inbegriffen)

Glion ob Montreux, Hotel Righi Vaudois:
27. Juli bis 6. Aug.

Wildhaus, Hotel Hirschen:
13. bis 20. August

Montana, Hotel-Kurhaus Bella-lui:
10. bis 17. September

Für diese Kurse Pensionspreise auf Anfrage.
Kursgeld Fr. 170.–.

Ermässigung für Ehepaare.

Wohlausgewogenes Kursprogramm in Bewegungs- und Haltungsschulung (kreislauf- und stoffwechselfördernd).

Korrektur und Kräftigung bei Fehlatmung. Asthma und Emphysem. Besondere Pflege der Wirbelsäule (Bandscheiben). **Unterricht in kleinen Gruppen und für alle Altersstufen.**

Auskunft, Prospekte und Anmeldungen an die Kursleiterin, Frau A. Portner, Altachen, 4805 Brittnau, Tel. 062 51 32 76 oder Sr. Bethli, Tel. 21 43 12.

Unter neuer Leitung

BSF Bund Schweizerischer Frauenorganisationen

Das Schwergewicht der 82. Delegiertenversammlung der Bundes Schweizerischer Frauenorganisationen lag auf den Wahlen. Neben der Neuwahl von sechs Vorstandsmitgliedern konzentrierte sich das Interesse vor allem auf den Wechsel im Präsidium.Dr. Lisa Bener-Wittwer heisst die 15. Präsidentin des BSF, die Evelina Vogelbacher-Stampa in diesem anspruchsvollen Amt ablöst.

(itb.) 150 Delegierte fanden sich am Samstag, 23. April 1983,erneut im Palazzo dei congressi von Lugano ein, um die ordentlichen Jahresgeschäfte ihres Dachverbandes abzuwickeln. Gleich zu Anfang konnte die Präsidentin, Evelina Vogelbacher, ein neues Mitglied aufzunehmen lassen, nämlich den Verein «Neuanfang im Beruf», Zürich (Kategorie B). Auch Jubiläen gab es wieder eine ganze Reihe zu feiern, so schreiben z.B, die Sektion St. Gallen und Zürich des Schweiz. Gemeinnützigen Frauenvereins bereits seit 80 Jahren mit an der Geschichte des BSF.

Die Strukturreform

Als Ergänzung zum Jahresbericht schilderte Evelina Vogelbacher das Fortschreiten der Strukturreform, für welche die Delegiertenversammlung 1982 in Zürich grünes Licht gegeben hatte. Der BSF steht finanziell seit Jahren auf wackeligen Füssen. Mit einem Leitbild (das eine Präsidentinnenkonferenz im März 1983 diskutierte und das bereinigt in die interne Vernehmlassung geht) stellt sich der BSF vor und gibt zu erkennen, was er will. Erst müssen die Leistungen, Ziele und Ideen fassbar sein, dann folgt die Beurteilung, ob der BSF seinen Preis wert ist. Eine Projektgruppe bestehend aus Frauen, welche das Phänomen BSF kennen, arbeitet konzentriert unter Leitung eines Vertreters der Forschungsstelle für Verbandspolitik der Universität Fribourg. Es erfolgt jedoch kein Schritt ohne dass die angeschlossenen Verbände ihr «placet» dazu gegeben hätten.

Ehrenmitgliedschaft für die scheidende Präsidentin

Nicht einmal die engsten Mitarbeiterinnen von Evelina Vogelbacher können ganz ermessen, wieviel Zeit , Kraft, Nerven und Engagement sie in das Präsidium des BSF investiert hat. 1975 trat sie in den Vorstand ein und zeichnete sich dort bald schon durch wohlüberlegte Beiträge aus. So empfanden es die Vorstandsmitglieder 1979 als grosses Glück, dass sich EVS bereiterklärte, das Präsidium zu übernehmen. Es war ihr bewusst, dass dieses Amt keine Lorbeeren bringt, aber aus der Verpflichtung allen Frauen gegenüber nahm sie stets eine neue Runde in Angriff. Getreu dem in ihrem ersten Jahresbericht erwähnten Motto «Unterwegs sein gibt Lebensmut» ebnete sich Evelina Vogelbacher den Weg durch das Gestrüpp der Tagespolitik des so grossen komplizierten Verbandes und wurde nicht müde, die Rolle des BSF-Frauenparlamentes immer und immer wieder zu erklären. Gerade die erfolgreiche Abstimmung über die Gleichberechtigung für die Frau zeigte, wie schwierig es heute ist, eine Politik der kleinen Schritte zu vertreten, die nicht mit Schlagworten operiert, sondern auf dem Boden der Realität hartnäckig für alle vertretbare Lösung anstrebt. Als Anerkennung für ihren Einsatz erhielt Evelina Vogelbacher die Ehrenmitgliedschaft und für ihren Garten 10 Rosenbäumchen, die an einem blühenden und dornigen BSF erinnern sollen. Die Churer Rechtsanwältin Dr. iur. Lisa Bener-Wittwer, mit glänzendem Resultat zur neuen Prädsidentin gewählt, plädierte in ihrem italienischen Schlusswort für eine stärkere Integration der Frau in die Gesellschaft. Nur durch aktives Mitgestalten können die Frauen ihren Einfluss geltend machen. (Ein Interview mit der neuen BSF folgt in einer der nächsten Ausgaben des «Schweizer Frauenblattes»)

Dass man sich dem Blitzlicht der Kamera stellen muss, will man in der Öffentlichkeit die gebührende Aufmerksamkeit erregen, haben die BSF-Frauen auch gelernt. So versammelte sich denn der neugewählte Vorstand mit seiner Präsidentin geduldig vor den Fotografen.
Von links nach rechts: R. Lanz-Baur (neu), B. von der Weid, M. Räber-Huber, D. Peyer-Stäuble (beide neu), I. Thomann-Baur, R. Hirschi-Hartmann, R. Beusch-Neukomm (beide neu), J. De Boccard-Perréard, C. Allidi-Cavalleri (neu), die neue Präsidentin Lisa Bener-Wittwer, R. Marx-Gut, C. Bossi-Caroni, A. Hamburger, S. Däniker-Pfister, M.-Th. Morand-Bongard, E. Moser, R. Wiggenhauser-Baumann, S. Wildhaber-Creux, D. Wyss-Boudry, E. Wildbolz-Oester.

Das Berufsbild des BSF

Berufsbild des BSF, Winterthurerstr. 60, 8006 Zürich

Analytiker-Programmierer mit eidg. Fachausweis

Funktion und Aufgaben

Verantwortlich für die programmtechnische Lösung in einem Teilgebiet des Systems:
- EDV-gerechte Analyse von Arbeitsabläufen
- Gliederung in Teilgebiete und Programme
- Datenbeschreibungen
- Erstellen der Programmierungsunterlagen (Programmvorgabe)
- Programmieren

Anforderungen

- Logisches Denkvermögen
- Rasche Auffassungsgabe
- Programmiererfahrung
- Bereitschaft zur Zusammenarbeit
- Konzentrationsvermögen
- Abstraktionsvermögen
- Gute kaufmännische oder technische Ausbildung
- Gründliche Hard- und Software-Kenntnisse
- Kenntnisse der EDV-Organisation
- Sinn für praktische und wirtschaftliche Lösungen
- Selbständigkeit

Ausbildungsziel

Erwerb der erforderlichen Fähigkeiten und Kenntnisse, um in Unternehmungen und Verwaltungen im kaufmännischen/administrativen Bereich für Teilaufgaben eines vorgegebenen Lösungskonzeptes selbständig die Detailanalyse und Programmierung ausführen zu können.

Voraussetzungen

- kaufmännische oder einschlägige technische Berufslehre mit Abschluss oder Maturität oder vom BIGA anerkanntes Handeslsdiplom, dazu mind. 3 Jahre nachgewiesene Tätigkeit in Programmierung und Analyse oder
- mind. 6 Jahre nachgewiesene Praxis, wovon 3 Jahre praktische Tätigkeit in Programmierung und Analyse.

Stoffplan

- Problemorientierte Programmsprache
Codieren, Interpretieren, Korrigieren von komplexen Programmteilen

- Methodik und Standardisierung
Methoden der EDV-Projektorganisation, Testorganisation, Schlüsselsysteme, Darstellungsmethoden, Datenerfassung und -Ausgabe, Dokumentation und Standardisierung

- Systementwicklung
Im Rahmen eines EDV-Konzeptes verschiedene Lösungen im Detail entwikkeln, unter Berücksichtigung der Hard- und Software, der organisatorischen und technischen Belange, der Systemdokumentation, der Sicherheit und der Wirtschaftlichkeit

- Mathematik
Kaufmännisches Rechnen, Zahlensysteme, Grundzüge Mengenlehre und Algebra, Finanzmathematik

- Ablauforganisation
Vorgehensmethodik, Darstellungstechniken für die Erfassung des betrieblichen Informationsflusses

- Buchhaltung
Doppelte Buchhaltung, Bilanz und Erfolgsrechnung, Rechtsformen der Unternehmung, gesetzliche Buchführungvorschriften

- Fachenglisch
Englische EDV-Fachtexte sinngemäss übersetzen

- Hardware und systembezogene Techniken
Aufbau und Funktionen von EDV-Anlagen, Systemfunktionen, Betriebsarten, Dateiorganisation, Datensicherung

Lehrgangablauf

Berufsbegleitender Unterricht von 2 bis 3 Semestern, je nach Ausbildungsinstitut
- Abendschule
- Abend- und Samstagsschule
- Tagesschule, verteilt auf Werktage und Samstage
- Fernunterricht in Kombination mit Samstagsschule

Der Lehrgang kann mit einer Berufsprüfung abgeschlossen werden, die mit einem eidg. Fachausweises beurkundet wird. Der Inhaber des Fachausweises ist berechtigt, den Titel «Analytiker-Programmierer mit eidg. Fachausweis» zu führen.

Auskunftsstellen

Die meisten Handelsschulen/Berufsschulen der kaufmännischen Verbände und verschiedene private Institute für höhere kaufmännische Ausbildung bieten diesen Lehrgang an.

Auskunft durch den Verband der Datenverarbeitungsfachleute im Schweizerischen Kaufmännischen Verein.

Das Problem gehört zu werden

Am Freitagnachmittag hatten sich die Delegierten in die Medienarbeit einführen lassen, und so waren sie sich über die grundsätzliche Richtigkeit der vom Vorstand vorgeschlagenen Resolution einig. Was sich indessen rund um diese Resolution in Lugano abspielte, kann wohl nur als typisch schweizerisch bezeichnet werden. Die Änderungsanträge jagten einander, sie betrafen aber allein die französische und italienische Version, deren sprachliche Ausgestaltung nicht die ungeteilte Zustimmung der Vertreterinnen dieser Landesgegenden fand. So konnte schliesslich nur der deutsche Text endgültig verabschiedet werden. Er lautet:

«In Anbetracht dessen, dass
- die Frauenverbände vollwertige Partner im politischen Geschehen sind und ihre Anliegen und Wünsche in die Öffentlichkeit tragen wollen;
- eine starke unabhängige Frauenpresse sich nur durchsetzen kann, wenn sich die Frauen dazu bekennen, sind die Mitgliederverbände des BSF entschlossen, sich vermehrt Publizität zu verschaffen und die Zurückhaltung in den Medien abzulegen; und sie fordern ihre Mitglieder auf, frauenpolitische Zeitschriften durch Abonnemente und Textbeiträge zu fördern. Der BSF erwartet von den Medienschaffenden, dass sie den Anliegen der Frauen genügend Platz einräumen.»

Redaktion: Irène Thomann-Baur
Am Schützenweiher 14
8400 Winterthur
Telefon (052) 22 91 44

Auto-Lunch – leicht und vollwertig

Verband Schweizerischer Hausfrauenvereine

Überfüllter Magen – verminderte Reflexe

Wir alle kennen die Müdigkeit, die uns nach einem guten, reichen Mahl befällt. Sie stellt sich ein, weil der Verdauungsprozess eine vermehrte Durchblutung von Magen und Darm und – damit verbunden – eine verminderte Durchblutung des Gehirns bewirkt. In dieser negativen Phase ist die Aufmerksamkeit stark beeinträchtigt, ein Zustand, der am Steuer höchst gefährlich ist. Dass es gar nicht so weit kommt, kann der Lenker durch richtige Ernährung erreichen.

Wenig Kalorien, trotzdem satt

Die Mahlzeiten des Autofahrers sollen kalorienarm sein, aber dennoch alle notwendigen Grundstoffe in adäquater Menge enthalten. Sie müssen arm an Fett und reich an leichtverdaulichem, sättigend wirkendem Eiweiss sein. Kohlenhydrate sind vorwiegend in Form von pflanzlicher Stärke zu geniessen.

Sicher fährt, wer sich richtig ernährt

Der Autolenker braucht also keineswegs schlechter zu essen als seine Mitfahrer, er hat lediglich darauf zu achten, dass er sich «leichter» verpflegt. Der Eiweissbedarf lässt sich in Form von magerem Fleisch, magerem Fisch, magerem Käse oder Hüttenkäse decken. Das Fett wird am besten in Form von Öl, also mit Salaten, eingenommen, und statt Weissbrot wähle man das nährstoffreichere Vollkornbrot. Werden diese Nahrungsmittel mit Obst und Gemüse ergänzt – blähende Gemüse vermeide der Autofahrer –, so führt sich der Lenker die lebenswichtigen Mineralstoffe, Vitamine und Spurenelemente in genügender Menge zu.
Damit die Leistungskurve möglichst gleichmässig verläuft, wird empfohlen, die Mahlzeiten und Zwischenverpflegungen über den ganzen Tag zu verteilen. Alle zwei Stunden eine Pause, ein wenig Bewegung, ein paar Körperübungen, ein Apfel oder eine Tasse Kaffee reduzieren die Strapazen einer langen Reise. Wer sich hungrig fühlt, soll die Fahrt unterbrechenund essen. Untersuchungen haben gezeigt, dass hungrige Lenker nervöser und aggressiver fahren als satte.
Wer trotz guter Vorsätze zur Mässigung ein volles Mittagessen eingenommen hat, setze sich nicht unmittelbar danach ans Steuer, sondern unternehme einen kurzen Spaziergang oder ruhe eine halbe Stunde.

Auto und Mensch

Seinen Wagen lässt der verantwortungsbewusste Automobilist regelmässig pflegen. Er überwacht beim Tanken, dass das richtige Benzin nachgefüllt wird,und überzeugt sich, wie es mit Pneudruck, Öl und Wasser steht. Bevor er eine grössere Reise antritt, ordnet er eine besonders sorgfältige Kontrolle durch seine Garage an. Lässt er die gleiche Sorgfalt aber auch sich selbst angedeihen? Achtet er darauf, dass auch er den richtigen «Treibstoff» aufnimmt und die Reise in bester Verfassung beginnt? Nicht selten wird dem Fahrzeug mehr Aufmerksamkeit geschenkt als dem «Chauffeur». Und doch hängt die Sicherheit der Wageninsassen und anderer Strassenbenützer zum grossen Teil vom Wohlbefinden des Lenkers ab. Der immer dichter werdende Verkehr und hohe Geschwindigkeiten erfordern unaufhörliche Aufmerksamkeit. Der körperlich weitgehend inaktive Lenker muss über eine absolute Konzentrationsfähigkeit verfügen, um jederzeit rasch und richtig reagieren zu können. Unfälle sind häufig die Folge einer zu langsamen oder falschen Reaktion. Die Tatsache, dass menschliches Versagen an der Spitze der Unfallursachen steht, ist Grund genug, den «menschlichen Motor» nicht weniger gut zu pflegen als denjenigen des Autos.

Kein Alkohol am Steuer

Alkohol ist in jeder Form zu meiden, denn sogar in kleinen Mengen leistet er Ermüdungserscheinungen Vorschub. Starker Rauch im Innern des Wagens bewirkt eine Sauerstoffverminderung. Darum ist das Rauchen am besten zu unterlassen. Kaffee, Tee und Obstsaft oder eine Frucht sind zuverlässigere Helfer bei der Überwindung von Müdigkeit als Nikotin. Doch ist für jede Zwischenverpflegung anzuhalten; Essen während der Fahrt lenkt ab.

Flüchtlingswoche vom 19.–25. Juni

- Genaue Informationen über etwaige Aktivitäten in Ihrer Region, entnehmen Sie der Presse, Radio und Fernsehen.
- Backförmchen und Rezepte sind auch in Lebensmittelgeschäften (Usego) erhältlich.
- **Verkauf der Guetzli:** Viele Frauenvereine haben sich spontan bereit erklärt, das Backen und Verkaufen von Guetzli in eigener Regie zu organisieren.
  Auch mit den örtlichen Kirchgemeinden und den verschiedenen Frauenzentralen, könnte betr. Verkauf von Guetzli Kontakt aufgenommen werden. Es wäre sicher von Vorteil, sich rechtzeitig bei den erwähnten Stellen zu orientieren.
- Die Zentralstelle für Flüchtlingshilfe gibt ebenfalls gerne weitere Auskunft. Telefon 01/361 96 40.

Veranstaltungen

Sektion Basel
Präsidentin: Elisabeth Barth-Frei, Spalenvorstadt 7, 4051 Basel, Tel. (061) 25 28 26.

Ausflug nach Steckborn
Mittwoch, 22. Juni. Wir werden eine Fahrt auf dem Rhein machen und die Nähmaschinenfabrik Bernina besuchen. Extraeinladung wird folgen.

Sektion Solothurn
Präsidentin: Y. Rudolf-Benoit, Rötiquai 44, 4500 Solothurn, Tel. (065) 22 37 27.
Der **Jahresausflug** ins «Gros de Vau» (La Sarraz, Romainmôtier usw.) vom 23. Juni findet nur bei genügend Anmeldungen statt. Kosten ca. 50 Franken inkl. Fahrt und Mittagessen. Abfahrt 07.30 Uhr Dornacherplatz. Schriftliche Anmeldung bis spätestens 18. Juni bei der Präsidentin.

Sektion Winterthur
Auskunft: K. Ziörjen-Helg, Nelkenstr. 4, 8400 Winterthur, Tel. (052) 22 16 25.

Jahresausflug an den Zugersee
mit Car und Schiff. Donnerstag, 16. Juni. Abfahrt mit Car Hermann 10 Uhr ab Archplatz. Mittagessen 11.30 Uhr im Seehotel Rigi, Immensee. Mit Schiff nach Zug. Anschliessend Besuch des Johanna-Spiry-Museums in Hirzel. Führung ca. 20 Minuten. Heimfahrt über Rapperswil. Kosten für Car, Schiff und Eintritt: Fr. 37.–. Anmeldung bis 14. Juni an Frau Nef, Tel. 25 89 35 oder Frau Pagani, Tel. 29 29 19. In den Monaten Juli und August keine Veranstaltungen (Ferienzeit). Ausnahme: Wandern, Stamm und Jassen.

Jahresbericht 1982/83

SVF Schweizerischer Verband für Frauenrechte

Unser letzter Jahresbericht schloss mit der Bemerkung, dass sich unser Verband wahrscheinlich an einem Kreuzweg seiner Geschichte befände und diesbezüglich gewisse Entschlüsse zu fassen, gewisse Wahlen zu treffen hätte. Es folgen auszugsweise einige Gedanken unserer Präsidentin, Christiane Langenberger.

Für viele Mitglieder und Sektionen kennzeichnet sich denn auch dieses Jahr als eines des Tastens, des Suchens, gleichzeitig aber des sich Wohlerfühlens.
Unser Seminar über den Feminismus des SVF und der direkt damit verbundene Bericht der Eidgenössischen Kommission für Frauenfragen, «Biographie und Rollennorm», wirkten auf uns herausfordernd, verhalfen jedoch eindeutig zu unserer Standortbestimmung.

Revision des Bürgerrechtes: Auf Anregung von Frau Dr. Ruckstuhl haben wir uns erneut mit diesem Problemkreis befasst. Wir haben uns eingehend zur getrennten Abstimmung geäussert und uns mit Textvorschlägen an die betreffenden Kommissionen und an die Stände- und Nationalräte wie auch an die Presse gewandt. Persönliche Briefe und Kontakte zu Parlamentariern ergänzen diese Offensive.
Aus unsern weiteren Aktivitäten möchten wir auf ein Problem hinweisen, das Frau Dr. Ruckstuhl seit Jahren am Herzen liegt: die Ratifizierung der Zusatzprotokolle 1 und 4 der Europäischen Menschenrechtskonvention durch den Bundesrat.
(Wäre hier ein Druck möglich, um jenen Schweizerinnen das Stimmrecht zu verschaffen, die immer noch davon ausgeschlossen sind?)
Unsere *internationalen* Kontakte werdern vor allem von Frau I. Rimondini, der 1. Vizepräsidentin der International Alliance of Women, gepflegt. Zusammen mit Frau Dr. Mahrer, unserer Vertretung in der Eidgenössischen Kommission für Frauenfragen, war sie am Drei-Jahreskongress in Helsinki.

Wir versuchen regelmässig, den Kontakt zu den Medien zu pflegen und unsere Anliegen einer breiteren Öffentlichkeit darzulegen.

Der Jahresbericht unserer Präsidentin schliesst mit einem Dank: «Der Ideenaustausch, die Zusammenarbeit verliefen besonders fruchtbar, und wenn ich bedenke, wie wenige Frauen hinter all der geleisteten Arbeit stehen, sehe ich mich zu doppelter Anerkennung verpflichtet.»
Die Redaktion schliesst sich mit einem ganz herzlichen Dankeschön an die Präsidentin diesen Worten an!

Reform ist ein langwieriger, mühsamer Prozess der kleinen Schritte!

Das so langsame Inkrafttreten der Gleichberechtigung, die immer wieder verschoben oder zu kostspieligen Revisionen zeigen, wie wichtig unser Vorgehen ist, wie hart wir uns für die Gleichwertigkeit unserer Arbeit, für den gleichen Lohn, für die gleiche Ausbildung der Geschlechter einsetzen müssen.

Aus den Aktivitäten des Zentralvorstandes

Zwei Arbeitsgruppen setzen sich mit dem Ergebnis unseres Seminars über den Feminismus auseinander und erarbeiten ein Leitbild für die nächsten Jahre. Daran sind berufstätige Frauen aus der ganzen Schweiz beteiligt, was den Rhythmus der Sitzungen etwas verzögert.
Die *Berufswahlmöglichkeiten* für Mädchen (Vorschlag Sektion Schaffhausen) sind erst von sieben Sektionen untersucht worden. Wir hoffen auf weitere Antworten. Immerhin haben schon jetzt einige Sektionen die Ergebnisse interessant genug gefunden, um sie in ihren Kantonen zu publizieren und damit einen neuen Fortschritt in der Ausbildung der Mädchen zu fordern.

Redaktion: Verena Müller
Ritterstrasse 9, 8032 Zürich
Telefon (01) 69 19 31

Lesetip

Frauen in der Schweiz Von den Problemen einer Mehrheit

von Regina Wecker

In fünf Kapiteln stellt die Autorin lesenswerte Quellentexte zur Geschichte der Frauen vornehmlich im 19. und 20. Jahrhundert zusammen.
Diese Quellentexte eignen sich besonders für Lehrkräfte, die ihren Schülern auch mal Frauengeschichte vorführen möchten, anderseits scheinen sie mir eine gute Grundlage für Diskussionen in Frauenzirkeln.

Der Einsatz lohnt sich doch!

Statistik: Judith Widmer, Schaffhausen

Die Entwicklung der Frauenvertretungen in den kantonalen Parlamenten – langsam, langsam aufwärts ...

1976:	188 Frauen auf 2935 Ratsmitglieder	=	6,4%
1977:	207 Frauen auf 2935 Ratsmitglieder	=	7,1%
1978:	228 Frauen auf 2935 Ratsmitglieder	=	7,8%
1979:	245 Frauen auf 2981 Ratsmitglieder	=	8,2%
1980:	253 Frauen auf 2981 Ratsmitglieder	=	8,5%
1981:	268 Frauen auf 2981 Ratsmitglieder	=	9,0%
1982:	275 Frauen auf 2978 Ratsmitglieder	=	9,2%
April 1983:	288 Frauen auf 3000 Ratsmitglieder	=	9,6%
Mai 1983:	302 Frauen auf 3000 Ratsmitglieder	=	10,1%

Verständnis für Suchtkranke

Schweizerischer Bund abstinenter Frauen

Seit 40 Jahren ist der erste Sonntag im März den Kranken gewidmet. Dieses Jahr standen die Suchtkranken im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit. Vorgängig zum Krankensonntag wurde in Zürich ein von Prof. med. Boris Luban-Plozza geleitetes Symposium durchgeführt. Vier Fachreferate umrissen die Problematik des Tabak-, Alkohol-, Medikamenten- und Drogenmissbrauchs.
Zweck der Veranstaltung war, die Öffentlichkeit auf die Probleme der Suchtkranken aufmerksam zu machen, die von der Gesellschaft oft gar nicht als Kranke anerkannt werden. Den Abhängigen sollte die Gewissheit vermittelt werden, dass sie als kranke Menschen angenommen und bei der Überwindung ihrer Sucht unterstützt werden. Betont wurde zudem, dass Abhängigkeit nicht unter dem Aspekt der Schuldfrage zu betrachten sei, sondern im Zusammenhang mit unserer Gesellschaftsstruktur verstanden werden müsse.
Markus Wieser, Direktor der Fachstelle für Alkoholprobleme in Lausanne, referierte über Alkoholismus. Hier sein leicht gekürzter Vortrag:

Ich kenne kein anderes gesundheitliches Problem, das die Gemüter derart erhitzt, die Geister derart scheidet, wie die Diskussionen über Alkoholismus. Zwar wird heute bedeutend mehr und sachlicher über Alkoholismus, Alkoholprobleme diskutiert. Sachlich ist die Debatte allerdings nur, wenn sie uns nicht persönlich berührt, wenn unsere Mitverantwortung nicht angesprochen, wenn unser persönliches Trinkverhalten nicht in Frage gestellt wird. Sobald dies der Fall ist, dann werden die Diskussionen wie eh und je von Emotionen geleitet. Persönliche Betroffenheit löst heftige Abwehrreaktionen in uns aus.
Tatsächlich ist Alkoholismus ein vielfältiges und schwerverständliches Problem. Rund 90% der Erwachsenen in der Schweiz trinken mehr oder weniger regelmässig alkoholische Getränke, die meisten, ohne dass ihnen dieses ersichtliche Probleme schafft. Die Eigenschaften von Wein, Bier und Schnaps mit Mass getrunken, werden meistens als positiv empfunden. Gelegenheiten zum Alkoholkonsum sind denn auch in unserem Lande vielfältig. Wer bei uns einen über den Durst trinkt, wird mit grosser Nachsicht behandelt oder ermuntert, weiterzufahren. In diesem alkoholfreundlichen Klima tauchen nun plötzlich Leute auf, die Probleme haben im Umgang mit alkoholischen Getränken.

Alkoholismus ein Laster?

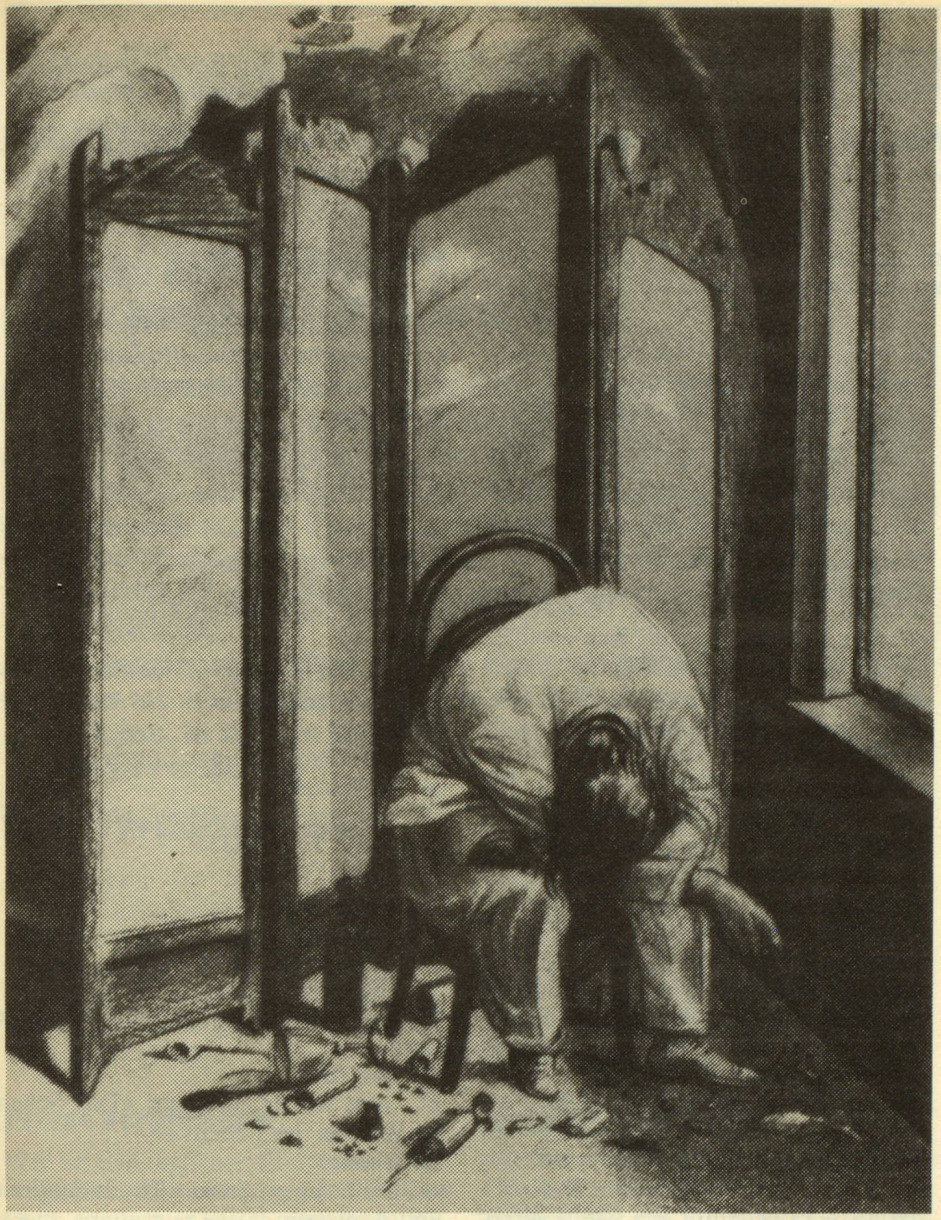
Der Übergang zwischen sogenannt normalem und anormalem Trinken ist fliessend. Das verunsichert. Das stört unser Vergnügen an alkoholischen Getränken. Deshalb versuchen wir, diese fliessende Grenze zu einer klaren Trennlinie zu machen. Wir haben uns ein Bild geschaffen, wie der Alkoholiker aussehen muss: Er ist willensschwach. Er erfüllt die Erwartungen nicht, die in ihn als vollwertiges Mitglied unserer Leistungsgesellschaft gesetzt werden. Er ist selber schuld an seinem Schicksal. Und mittels Gesetzen schützen wir die Gesellschaft vor ihm. Wir bevormunden ihn, wir weisen ihn in Anstalten ein, wobei gleichzeitig auch noch die Krankenkassenleistungen gekürzt werden. Denn schliesslich ist Alkoholismus ein Laster.
Diese harte Aussage ist keineswegs eine Behauptung, sondern sie basiert auf zahlreichen Untersuchungen im In-und im Ausland. Sowohl in der allgemeinen Bevölkerung als auch unter Behandlungsfachleuten, Ärzten, Psychiatern, Krankenpflegern wird Alkoholabhängigkeit als Laster bezeichnet. Aussagen wie «als Patient ist er geistig und physisch krank, aber als Bürger verursacht er soziale und wirtschaftliche Probleme» sind keine Ausnahme. Sie zeigen aber auch unser Dilemma auf, in dem wir uns befinden, wenn wir dem Alkoholiker persönlich begegnen. Tatsächlich ist die Behandlung von Alkoholismus schwierig. Tatsächlich ist ein durch jahrelangen Alkoholmissbrauch gezeichneter Mensch kein erfreulicher Anblick. Tatsächlich haben die meisten von uns mit dem Alkohol ganz andere Erfahrungen als der Alkoholabhängige, denn die meisten von uns können ja aufhören. Die Tatsache, dass der Abhängige seinen Konsum nicht einschränken kann, dass er in einem bestimmten Stadium den Alkohol braucht, um zu «funktionieren», ist nur den wenigsten klar. Wir machen es uns wirklich zu einfach, wenn wir dem Alkoholiker, der jetzt effektiv ein Kranker ist, die Schuld an seinem Zustand geben.

Wer ist schuld?

Die sozialwissenschaftlich orientierte Alkoholforschung ist heute in der Lage aufzuzeigen, dass die Einstellung gegenüber den alkoholischen Getränken eine wesentliche Erklärungsgrösse für die Entstehung von Alkoholabhängigkeit darstellt: **Je positiver die Einstellung gegenüber den Alkoholika, desto häufiger werden sie getrunken. Und je höher der Gesamtkonsum in einer Bevölkerung, desto höher der Anteil von Menschen, die mit alkoholischen Getränken nicht problemlos umgehen können.** Diese Erkenntnis enthält eine wesentliche Konsequenz: **Unsere trinkfreudige Gesellschaft schafft sich ihre Alkoholprobleme weitgehend selber.**

Überwindung des Lasterkonzeptes

Das von den Politikern immer wieder erhobene Postulat zur Verringerung der Alkoholprobleme und der Zahl der Alkoholabhängigen hat nur dann eine Aussicht auf Erfolg, wenn diese Zusammenhänge berücksichtigt werden. Dazu gehört eine Veränderung der Einstellung gegenüber den Alkoholabhängigen. Wir müssen uns vermehrt mit den Entstehungsursachen der Abhängigkeit auseinandersetzen, um das Lasterkonzept zu überwinden, denn Alkoholabhängige sind Kranke, die die Kontrolle über den Alkohol verloren haben. Das bedeutet das Fallenlassen der Idee vom Selbstverschulden. Dies würde eine frühe Erfassung der Menschen ermöglichen, die Probleme im Umgang mit Alkohol haben. Eine Erfassung zu einem Zeitpunkt, wo noch erfolgreich an die Selbstverantwortung appelliert werden kann. Heute ist es mehr als verständlich, wenn Familie, Arbeitgeber, Freunde alles unternehmen, um einen Alkoholabhängigen vor der «Entdeckung», die gleichzeitig Stigmatisierung bedeutet, zu schützen. Denn wer möchte schon gerne einen Verwandten oder Freund zum Aussenseiter der Gesellschaft abgestempelt sehen. Dieses falsche, aber beim gegenwärtigen Stand der Dinge verständliche Schutzverhalten bezeichnen Fachleute als Co-Alkoholismus. Früherfas-



Aus Unesco Kurier 1/1982

sung ist ein wichtiges Postulat, um den langwierigen Heilungsprozess verkürzen zu können. Gleichzeitig bedeutet Früherfassung aber Vermeiden von menschlichem Leid. Abgesehen von Anstrengungen auf dem Behandlungssektor müssen Massnahmen ergriffen werden, die verhindern, dass Alkoholabhängigkeit oder andere Alkoholprobleme überhaupt erst entstehen. Auch hier müssen wir umdenken, umlernen und anerkennen, dass nur auf das Individuum ausgerichtete Gesundheitserziehung allein nicht wirksam sein kann. Es geht darum, das alkoholfreundliche Klima zu verändern und durch Steuerung des Angebotes den Gesamtkonsum zu verringern. Nur so kann auch die Summe der Alkoholprobleme verringert werden.

Unser Ziel

Wenn es Ziel des Tages der Kranken ist, Gesunde und Kranke einander näher zu bringen, so ist dies ganz besonders auf dem Gebiete der Alkoholprobleme dringend notwendig. Die Natur der Alkoholabhängigkeit mit ihren körperlichen, geistig-seelischen und gesellschaftlichen Auswirkungen hat zur Folge, dass die Grenze zwischen gesund und krank hier, wie auch bei anderen Abhängigkeitskrankheiten, fliessend ist. Heute macht es den Eindruck, als ob die Gesunden sich krankhaft bemühen, die Kranken auszuschliessen.
Ich hege nicht die utopische Hoffnung, dass der Tag der Kranken 1983 alles verändere. Mindestens aber hoffe ich, dass durch den Tag der Kranken immer mehr sogenannte Gesunde ihre Mitverantwortung am Entstehen von Alkoholproblemen wahrnehmen und mithelfen, das dem Alkoholabhängigen feindliche Klima in ein helfendes, verständnisvolles Klima umzuwandeln.

M. Wieser

Redaktion: Annemarie Rüegg, Hohfurristrasse 23, 8408 Winterthur, Tel. 052/25 60 16.
Präsidentin: Nelli Wenger, Müngerstrasse 62, 3006 Bern.

ASA-Informationen

Lokalradios
Die neuen lokalen Radiosender bieten unseren Vereinen eine wertvolle Möglichkeit, über ihre Tätigkeit und ihre Anliegen zu berichten. Wir empfehlen daher, hier am Ball zu bleiben und festzustellen, wer in der betreffenden Region eine Konzession erhalten hat. Kontakte sind dann unverzüglich aufzunehmen. Eine ganze Reihe von Kantonalverbänden ist auch bei den lokalen Genossenschaften der SRG Mitglied geworden und nützt die Möglichkeiten der Lokalsendungen aus.

Für ein Präventivgesetz
Eine vom Vorstand eingesetzte Arbeitsgruppe hat dem Bundesrat eine Stellungnahme zugunsten eines Gesetzes für die Krankheitsvorbeugung eingereicht. Sie wünscht den baldigen Erlass eines umfassenden Präventivgesetzes. Interessenten können gegen Rückporto eine Kopie der Stellungnahme im Sekretariat verlangen: *ASA, Case postale 1063, 1001 Lausanne, Tel. (021) 20 29 21.*

Die Alkoholordnung im Dienste der Volksgesundheit

Unter diesem Namen hat die Alkoholverwaltung eine neue Broschüre herausgegeben. Sie fasst auf 14 Seiten kurz zusammen, wie es zur Alkoholordnung gekommen ist und welche Massnahmen ergriffen werden, um das Angebot an gebrannten Wassern zu vermindern und die Nachfrage danach einzuschränken. Tabellen geben Aufschluss über die einzelnen Alkoholkategorien, den Verbrauch, die fiskalische Belastung und die Verteilung des Reinertrages der Alkoholverwaltung.
Bezugsquelle: Eidg. Alkoholverwaltung, Postfach, 3000 Bern 9

Ich stelle klar:

In der Aprilnummer veröffentlichte ich den Brief an die Redaktion des «Pro» mit einer aus verschiedenen Reklamen zusammengestellten Illustration. Offensichtlich haben nun verschiedene Leserinnen diese Illustration falsch gedeutet. Vom Inhalt des Briefes und den verwendeten Zitaten her glaubte ich, die Absicht sei klar und bedürfe keiner Erklärung mehr: Ich wollte ganz einfach zeigen, wie heute für Alkoholika Reklame gemacht wird.
A. Rüegg

Delegiertenversammlung

BGF Schweizerischer Verband der Berufs- und Geschäftsfrauen

Rund 150 Mitglieder aus allen Landesteilen nahmen am 30. April/1. Mai 1983 an der Delegiertenversammlung des Schweizerischen Verbandes der Berufs- und Geschäftsfrauen in Chexbres teil.

Mit einem Vortrag von Prof. Jeanne Hersch und einem festlichen Bankett unter Beisein von Maxine Hays, der Präsidentin des internationalen Verbandes, im Hôtel du Signal begann sie am Samstag. Ein ökumenischer, auf die Frau ausgerichteter Gottesdienst von Pfarrerin Alice Paquier, Lutry, leitete am Sonntag die eigentliche DV ein. Die Wahl einer neuen Zentralpräsidentin und die Wahl von vier Ausschussmitgliedern, sowie eine Orientierung über den vom 31. Juli bis 5. August in Washington stattfindenden 16. Internationalen Kongress der BGF waren die Schwerpunkte der Traktandenliste. Nach Eröffnung der Versammlung, begrüsste Prof. Erna Hamburger die Anwesenden und insbesondere die Gäste, unter ihnen wiederum Maxine Hays, dann Dr. Claude Rossigol, die ehemalige Präsidentin des franz. BFG Verbandes und Vizepräsidentin des internationalen Verbandes, sowie Livia Ricci, Präsidentin des italienischen Verbandes. Obwohl, wie die Präsidentin betonte, der Blick vorwärts wichtiger als der Blick rückwärts sei, zeigte ihr Jahresbericht einmal mehr, welch nicht nur grosse, sondern auch wichtige Arbeit im Vereinsjahr von ihr und dem Ausschuss für den Schweizerischen Verband und auch in den einzelnen Verbänden und den Komissionen geleistet wurde.

Weiter wies sie auf die Bedeutung der Verbandsbeziehungen zu schweizerischen, europäischen und internationalen Frauenorganisationen hin.

Ein internationales Erlebnis von Bedeutung ist zweifellos der bereits erwähnte internationale Kongress in Washington.

Maxine Hays ermunterte denn auch die Anwesenden, recht zahlreich daran teilzunehmen. Die kommenden Jahre würden grosse gesellschaftliche Veränderungen für alle, insbesondere für die BFG, ohne Unterschied von Nationalität und Hautfarbe, mit sich bringen. Internationale Kontakte würden deshalb inskünftig stets unerlässlicher. Anstelle von Prof. Erna Hamburger wurde mit grossem Mehr Fränzi König, Verwaltungsassistentin an der UNI Basel, seit 1977 Honorary Secretary des SVBFG, zur Zentralpräsidentin gewählt.

Wurden der scheidenden Präsidentin von der Versammlungen ihre zweifellos grossen Verdienste, die sie gerade dank ihrer internationalen Beziehungen für den Verband geleistet hat, herzlich verdankt, bedankte sich ihrerseits die neu gewählte Präsidentin, für das ihr von den Delegierten entgegengebrachte Vertrauen. Darauf und auf ein tatkräftiges Mitschaffen der Mitglieder, sei sie für die Ausübung ihres verantwortlichen Amtes angewiesen.

Ebenfalls zurück traten die Vizepräsidentinen Margaret Schmid, und Evelyne Gard. Neu in den Ausschuss gewählt wurde Dr. Thérèse Bühlmann, Apothekerin, seit 1975 Präsidentin des BGF-Clubs Luzern und seit 1980 Präsidentin der kulturellen Komission, Mayor-Berclaz, Prof. Ecole sup. de commerce lic. ès sc.comm. & econ., seit 1978 Präsidentin des Clubs Sierre und seit 1981 Präsidentin der wirtschaftlichen Komission sowie Dr. jur. Julian Schager-Jebbink, seit 1980 Mitglied des St. Galler Clubs.

Neu in den Verband aufgenommen wurde der Tessiner Club, der dies mit einer spontanen Einladung für die DV 1985 in die Sonnenstube verdankte.

Die DV 1984 wird voraussichtlich in Davos stattfinden. Eine definitive Abklärung war nicht möglich, da die Delegation vom Davoser Club, bedauerlicherweise am Samstag einen Autounfall erlitt – glücklicherweise ohne ernsthafte Verletzungen-, weshalb sie an der Teilnahme der DV verhindert war.

Das nationale Thema 1983/84 schliesslich wird sich der Frau in der Kunst widmen. Um 12 Uhr schloss Prof. Erna Hamburger dann die DV 1983 nicht ohne den Wunsch der Versammelten, auch weiterhin auf ihren Rat als Mitglied zählen zu dürfen.

Margrit Annen-Ruf

Maxime Hays mit Erna Hamburger und Margaret Schmid

Veranstaltungen

- **Aarau:**
9. Juni Ursula Hedinger «Die Tätigkeit der Schweizer Rettungsflugwacht», 23. Juni: Semesterausklang
- **Baden:**
6. Juni Club-Fyraabe-Treffen. 20. Juni Gisela Sitte «Die Welt der Edelsteine»
- **Basel:**
8 Juni Frau E. Guex spricht als Malerin und Batikerin, 14. Juni: Besichtigung des renovierten Rathauses
- **Bern:**
1. Juni Herr Lüthi «Trachtenvermietung und Kostüme»
- **Davos:**
14. Juni Gemeinsamer Lunch
- **Frauenfeld:**
27. Juni Dr. Hugo Mayr «Joh. Heinrich Mayr 1768-1838»
- **Glarus:**
keine Meldung
- **Lausanne:**
keine Meldung
- **Lenzburg:**
23. Juni Adolf Fuchs «Gottes Liebe lebt»
- **Luzern:**
21. Juni Dr. U. Bisinger «Das Sehen im Wandel des Lebens»
- **Olten:**
4. Juni Seleger Moor: «Rhododendren und Azaleen»
- **Rapperswil:**
keine Meldung
- **St. Gallen:**
14. 6. Besichtigung der Hauptpost. 27. 6. Tagesausflug
- **Schaffhausen:**
keine Meldung
- **Sierre:**
9. Juni Sortie à Yvonne
- **Solothurn:**
8. Juni Besuch im Kloster Fahr bei Silje Walter
- **Thun:**
23. Juni Sommerabend ob Faulensee
- **Winterthur:**
11. Juni Sommerfahrt
- **Zürich:**
1. Juni: Meisenabend Fränzi König «Leben in englichen Landhäusern». 7. Juni: Evelyn Schweizer: Tramwagenführerin. 14. Juni: Erfahrungen aus dem Frauenhaus. 21. Juni: Dr. Gertrud Forster, Einführungsreferat

Treffpunkt für Konsumenten

Wie man die Teuerung selber wirksam bekämpfen kann

m.n. Fast Monat um Monat weist der Landesindex der Konsumentenpreise gestiegene Lebenshaltungskosten aus. Wäre der Preisanstieg auf wenige spektakuläre Preissteigerung zurückzuführen, so liesse sich vielleicht eher ein Rezept dagegen finden. Charakteristisch an der Teuerung ist aber gerade, dass sich aus unzähligen kleinen und kleinsten Preiserhöhungen zusammensetzt, die aber zusammen trotzdem eine beachtliche Geldentwertung ausmacht.
Die Konsumenten sollen private Teuerungsbekämpfung betreiben, das ist eine Zielsetzung, die jeder Konsument sofort versichern kann. In diesem Sinn, sind diese Tips und praktischen Hinweisen zu verstehen.

Private Preisüberwachung

Kontrollieren Sie laufend die Preise der von Ihnen gebrauchten Güter und Dienstleistungen. Überlegen Sie sich bei steigenden Preisen, ob Sie den Bedarf etwas einschränken können. Sinkende Umsätze bremsen den Preisauftrieb am sichersten.

Preise vergleichen

Wer bei den täglichen Einkäufen Preisvergleiche vornimmt, spart nicht nur Geld, sondern er leistet auch einen Beitrag zur Teurungsbekämpfung. Preise und bei ungeraden Gewichten auch Grundpreise, d.h. der Preis pro Einheit, müssen von Gesetzes wegen überall angeschrieben sein. Dadurch wird der Preisvergleich stark erleichtert. Waren ohne Preisangaaben sollte man überhaupt nicht kaufen. Sie sind in der Regel teurer.

Qualität vergleichen

Nicht nur die Preise, sondern auch die Qualtät muss man vergleichen. Es kommt auf das günstige Preis-Qualitäts-Verhältnis, nicht auf den niedrigen Preis an.

Saisongemäss einkaufen

Bei Früchten und Gemüse auf die Saison achten. Wer schon mitten im Winter Erdbeeren, im April Tomaten und im Juni Trauben essen will, strapaziert seinen Geldbeutel stärker als derjenige, der seinen Gluscht auf die Saison verschiebt. Ganz abgesehen davon, dass die Produkte während der Saison auch qualitativ überlegen sind.

Einkäufe planen

Schnell gekauft ist selten gut gekauft, und eine Einkaufsliste ist keine Schande, sondern das Erkennungszeichen des nüchteren und kritischen Einkäufers.

Nur kaufen, was man braucht

Auch der preiswerteste Einkauf ist zu teuer, wenn man die Ware nachher ungebraucht in den Abfall wirft.

Grössere Anschaffungen

Bei grösseren Anschaffungen ist auch in einer Zeit steigernder Preise die Eile ein schlechter Ratgeber. Gerade die grossen Anschaffungen haben wir nachher während Jahren. Es lohnt sich doppelt, hier auf Qualität zu achten die nacher zu erwarteten Betriebskosten in den Entscheid einziehen.

Zehn Jahre Konsumentinnenforum

Margrit Huber neue Präsidentin

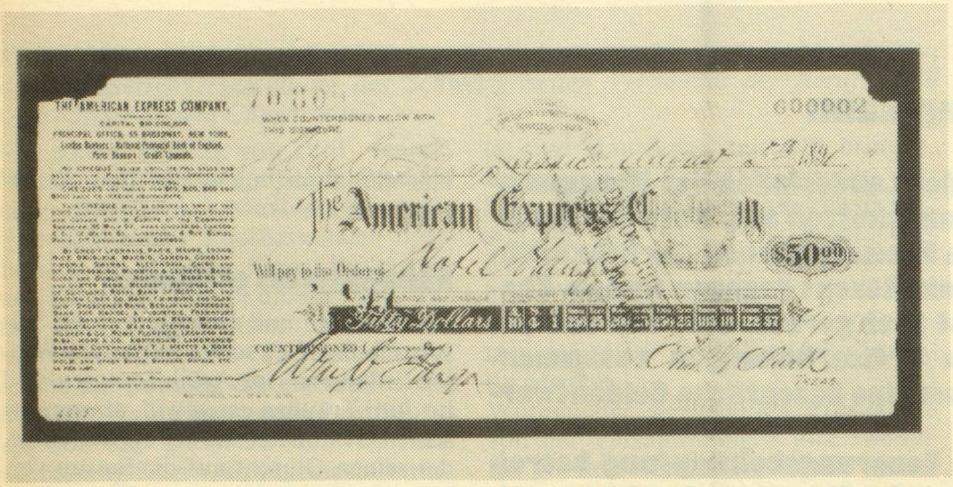
Nach zehn Jahren erfolgreicher Tätigkeit im Präsidium des Konsumentinnenforums Zürich ist Rosmarie Cloetta zurückgetreten. An der 9. Mitglieder- und Delegiertenversammlung wurde Margrit Huber-Berninger, lic. iur., Rechtsanwältin, als neue Präsidentin gewählt. Rosemarie Cloetta wurde zur Ehrenpräsidentin ernannt. Neu gewählt wurden einstimmig Hannelore Heitz als Vorstandsmitglied und Carmen Haefeli als Revisorin.
In ihrem Jahresbericht behandelte Rosemarie Cloetta die Abstimmung der Preisüberwachungs-Initiative vom 28. November 1982, die zur vollen Zufriedenheit der Konsumentinnenorganisationen verlaufen ist. Nun gilt es, den Willen des Volkes zu realisieren und die Preisüberwachung einzuführen. Nach einem Rückblick über die Arbeit des Vorstandes ging die scheidende Präsidentin auf eine Umfrage über die Versorgungslage in der Stadt und Agglomeration Zürich ein. Diese bezog sich auf die unterschiedlichen Versorgungsmöglichkeiten der Bevölkerung mit Konsumgütern in einzelnen Stadtquartieren. In einigen Gemeinden des Kantons bestehen sogar echte Versorgungslücken, so zum Beispiel in Pfaffhausen, in Benglen, Forch und Maur.
Margrit Huber, die frischgewählte neue Präsidentin des Konsumentinnenforums Zürich, möchte im kommenden Jahr unter anderem das Konsumkreditwesen in den Vordergrund stellen. Die «Konsumenten-Information» genannten Merkblätter werden wie bisher viermal jährlich erscheinen. Weiter ist eine Informationsveranstaltung über die Abonnentenwerbung verschiedener Verlagshäuser vorgesehen. Schliesslich erwartet Margrit Huber vermehrte eigene Initiativen und Anregungen und eine aktivere Mitarbeit der Mitglieder.

Neu auf dem Markt

Passiertes Tomatenmark im Tetra-Pack

ss. Jetzt ist aromatisches Tomatenmark in einer praktischen Tetra-Pakkung zu 200 und 500 g unter dem Namen «Pomi» im Lebensmittelhandel erhältlich. Das natürliche Püree aus vollreifen Tomaten wird von der Paidol AG, 9202 Gossau, angeboten. Es enthält weder Konservierungsmittel noch Zutaten und eignet sich hervorragend für Saucen, Teigwaren-, Fleisch- und Gemüsegerichte, Pizzas, Suppen, Drinks.

Reisen ohne Sorgen



Ferien ohne Sorgen – mit dem richtigen Reisegeld

Auch Reisespezialisten bestätigen es: Es sind zunehmend die Frauen, die nicht mehr nur beim Kofferpacken, sondern auch beim Planen und Vorbereiten der Ferien eine massgebende Rolle spielen. Diese ihre massgebende Mitsprache erstreckt sich nicht allein auf die Wahl von Reiseart und Ferienort, sondern insbesondere auch auf Fragen der Reise- und Ferienfinanzierung und auf die Menge und die Art des mitzunehmenden Reisegeldes. Und darum sehen sich gerade auch die Frauen und Gattinnen schon vor dem gestressten Ehemann und Herrn des Hauses (als ob es, notabene, keine gestressten Hausfrauen gäbe!) vor die Frage gestellt, welches Zahlungsmittel auf der geplanten Reise sich wohl am sichersten und zweckmässigsten erweisen würde. Dazu einige Tips:

Bargeld in grösseren Mengen eignet sich dazu schlecht. Erstens ist es gefährlich, grössere Beträge mit sich herumzutragen. Es könnte ja gestohlen werden oder sonst verlorengehen, was in einem fremden Land besonders unangenehm ist. Und zweitens wechselt in vielen Ländern, besonders in den USA, nur noch selten Bargeld die Hand.

Sicherer als Bargeld sind **Reisechecks.** American Express hat dieses Zahlungsmittel 1891 erfunden, und der allererste Travellers Cheque der Welt wurde im gleichen Jahr vom damaligen Präsidenten William C. Fargo (verbunden mit dem legendären Unternehmen Wells & Fargo – bekannt aus den Pionierzeiten des Wilden Westens) im Hotel Hauffe in Leipzig zur Zahlung vorgelegt. Seither erfreut sich der American Express Travellers Cheque einer derartigen Beliebtheit, dass er zum meistbenützten Reisecheck der Welt geworden ist. Grund dafür bilden die weltweite Akzeptanz dieses Zahlungsmittels in Hundertausenden von Geschäften, Hotels und Restaurants sowie ein Rückerstattungssystem bei Verlust oder Diebstahl der Travelers Cheques, das seinesgleichen sucht. Denn American Express verfügt nicht nur über mehr als 1000 eigene Niederlassungen und Repräsentanten, sondern gesamthaft über 60000 Rückerstattungsstellen auf der ganzen Welt.

Dazu kommt, dass American Express als einzige Organisation seit kurzem fünf zusätzliche **Gratisdienstleistungen** anbietet: So hilft American Express bei Verlust von Travellers Cheques alle allfällig auch verlorengegangenen Kreditkarten zu sperren. Falls auch die Identitätspapiere abhanden gekommen sind, kann American Express eine zeitlich begrenzte Ausweiskarte zur Verfügung stellen, und Angehörigen oder Geschäftspartnern wird eine Nachricht übermittelt. Auch bei Umbuchungen von Hotels und Reisen ist American Express behilflich. Sobald der Rückerstattungsantrag genehmigt ist, ermöglicht American Express auf Wunsch einen Bargeldbezug bis zum Gegenwert von US-$ 200.

Wer sich am Bankschalter nach diesen Sonderleistungen erkundigt, zeigt, dass er über Travellers Cheques Bescheid weiss und darum nur mit American Express bedient sein will.

American Express Travellers Cheques sind in **sieben wichtigen Währungen** erhältlich, nämlich in US-Dollar, in Schweizer Franken, in kanadischen Dollar, in Deutscher Mark, in französischen Francs (ausgegeben von der Société Française du Chèque de Voyage), in Pfund Sterling (ausgegeben von der Travellers Cheques Associates Ltd.) und in japanischen Yen.

Wir danken

Ihnen, wenn Sie uns die Adressen von Interessentinnen melden, die unsere Zeitschrift «Mir Fraue/Schweizer Frauenblatt» noch nicht kennen, aber kennenlernen möchten. Ohne jede Verpflichtung senden wir diesen Interessentinnen drei Probenummern von «Mir Fraue/Schweizer Frauenblatt» zum Kennenlernen zu.

Name: _____

Vorname: _____

Strasse: _____

Plz./Ort: _____

_____

Name: _____

Vorname: _____

Strasse: _____

Plz./Ort: _____

_____

Name: _____

Vorname: _____

Strasse: _____

Plz./Ort: _____

_____

Name: _____

Vorname: _____

Strasse: _____

Plz./Ort: _____

_____

Bitte einsenden an:
Verlag «Mir Fraue/Schweizer Frauenblatt», Postfach, 8703 Erlenbach

Ausflugsziele und Hotels – für Sie ausgesucht

Eine Sonneninsel

Hotel Rigikulm

Mit dem Verbindungstunnel und Lift von der Bergendstation der Arth-Rigi-Bahn und der Vitznau-Rigi-Bahn erreicht der Gast direkt das Hotel Rigi-Kulm in 1800 m über Meer auf der Sonneninsel der Zentralschweiz. Von hier aus wird eine Aussicht auf ein unübertreffliches Alpenpanorama geboten. Inmitten von Alpwiesen ist es der richtige Ort für Ruhe und Erholung. Der unvergleichliche Rundblick auf zahlreiche Seen und Täler ist ein Erlebnis. Ein Sonnenauf- oder -untergang bleibt eine unauslöschliche Erinnerung.
Dazu führt das Hotel eine ausgezeichnete Küche und einen gepflegten Keller; es ist in der Lage, auch den anspruchvollsten Gast zufriedenzustellen. Eine prächtige Sonnenterasse und schöne Restaurationsräume laden zum Verweilen ein. Ebenfalls stehen Säle für Gesellschaften, Konferenzen und Tagungen bis zu 5000 Personen zur Verfügung. Alle Zimmer haben fliessend kaltes und warmes Wasser sowie Telefon und Radio.

Gstaad

Hotel Residence Cabana

Ein Ferien- und Tagungshotel von bestem Ruf inmitten einer herrlichen Berglandschaft, an sonniger Lage am Dorfeingang von Gstaad. in einer gepflegten Atmosphäre findet der Feriengast hier Entspannung und Erholung. Aber auch für das Wohl der Tagungsteilnehmer ist in ausreichendem Mass gesorgt, denn das Hotel verfügt über ein luxuriöses Hallenbad mit durchgehendem Innen- und Aussenbassin, Unterwassermassage, Warmwasser-Sprudelbad, Sauna, Dampfbad, Solarium, grossem Gymnastik- und Fitnessraum sowie einem grossen, gepflegten Garten mit Liegeterassen. Ab Sommer 1983 besteht ein Schönheitszentrum für Damen und Herren.
Für das gastronomische Wohl werden Sie im rustikalen, mit viel Ambience und Kerzenlicht eingerichteten Restaurant «La Fontana» verwöhnt, wo sich Paul Mottenberger um das Wohl der Gäste kümmert.

Gesellschaft für Studienreisen

Nicht in jedem Katalog zu finden

Studien- und Rundreisen, die nicht in jedem Katalog zu finden sind, offeriert die GIB – Gesellschaft für Studienreisen und internationale Begegnung AG, 3007 Bern 14.
Besonders attraktiv sind die sogenannten «Grossen Reisen»: Vier Wochen quer durch die UdSSR: Fahrt mit der Transsibirischen Eisenbahn bis Chabarowsk im Ferner Osten – Studienprogramm in Mittelasien mit Besuch der Städte Samarkand Taschkent und Buchara, Anschlussprogramm mit Kaukasusaufenthalt oder Badefreizeit in Jalta auf der Halbinsel Krim. Kosten 3385.– Franken.
4 Wochen quer durch den Westen der USA: Ein Spezialprogramm, das sich vornehmlich an unkonventionelle Reisende richtet. Die Route führt ab Los Angeles über San Francisco bis Canada; dann über Yellowstone, Las Vegas, Grand Canyon zurück nach Los Angeles für nur 3780.– Franken mit Flug ab/bis Zürich.

Den ursprünglichen Charakter bewahrt

Ferienboutique Klosters

Klosters, der Sport- und Ferienort an der Route nach Davos, ist einer der Kurorte in Graubünden, der trotz baulicher Expansion seinen ursprünglichen Charakter bewahrt hat. Auf 1200 m ü.M. liegend, eingebettet in eine wild-romantische Berglandschaft, gilt Klosters als ausgesprochener Klimakurort und als Wanderparadies. Ein gut ausgebautes Netz von markierten Wanderwegen, insgesamt über 250 km bieten dem Wanderer unzählige Möglichkeiten. Auch Spaziergänger kommen in Klosters voll auf ihre Rechnung.
Aber auch in kultureller Hinsicht bietet Klosters seinen Gästen einiges. So sind die während der Sommersaison veranstalteten klassischen Konzerte mit international bekannten Solisten bereits zur Tradition geworden.
Eine Attraktion besonderer Art ist in diesem Sommer das am 13./14. August durchgeführte Trachtenfest.

Walliser Weinberge

Wanderführer

Der Wanderführer durch die Walliser Weinberge wurde von der Maurice Gay SA Sitten aus Anlass ihres 100jährigen Bestehens herausgegeben.
Die ersten Frühlingstage laden ein, die schönen Walliser Weinberge zu durchqueren und den vorgeschlagenen Wanderwegen entlang der Suonen und Weinberge von Branson nach Salgesch zu folgen.
Der Wanderführer im praktischen Taschenformat beschreibt sechs verschiedene Routen:
«Ein Bummel durch die Provence» von Branson bis Saillon,
«Das Wallis des Mittelalters» von Saillon bis St-Pierre-de-Clages,
«Von Winzerhäuschen zu Winzerhäuschen» von Vétroz bis Sitten,
«Urzeitliche Bisses» von Sitten bis St-Léonard,
«Den Stützmauern entlang» von St-Léonard bis Siders,
«Auf den Spuren Rilkes» von Siders bis Salgesch.

Preisgünstig und bequem

Mit 260 km Paris entgegen

Für eine Fahrt mit dem schnellsten Zug der Welt, dem «Train à Grande Vitesse», TGV, nehmen Paris-Bahn- und andere Fans sogar einen Umweg über Genf in Kauf. Der 200 m lange Gelenktriebzug, der ein speziell für diese Komposition errichtetes Trassee mit 260 Stundenkilometern befährt und über 8 klimatisierte Wagen mit 111 1. Klass und 275 2. Klass-Plätzen verfügt, legt die Strecke Genf-Paris in nur 4¼ Stunden statt der üblichen 5¾ Stunden zurück.
Die drei Tagesverbindungen von und nach Paris (morgens, mittags und abends) erlauben interessante Reisekombinationen. Verschiedene Reiseveranstalter bieten bereits Pauschalfahrten mit Hotelaufenthalt an.

Ihr Partner bei Krankheit und Unfall:

KFW

Krankenfürsorge Winterthur, Schweiz. Kranken- und Unfallversicherung, 8401 Winterthur, Tel. 052/84 91 91

Car-Reisen Galliker Ballwil

Reiseprogramm 1983

21. bis 26. Juni **Pisa–Elba–Siena**	6	875.–
7. bis 12. August **Zillertal**	6	635.–
14. bis 21. September **Nevers–Lourdes–Riviera**		8980.–
5. bis 12. Oktober **Nevers–Lourdes–Ars**	8	950.–
17. bis 21. Oktober **Fuschlsee–Salzkammergut**	5	590.–

Alle Fahrten mit neuem Car mit Klimaanlage und Bordtoilette. Vollpension, Zimmer mit Bad und WC.

Verlangen Sie unser Gratisprogramm.

041.89 14 94

Ideal gelegen

Sporthotel Pontresina

Das Sporthotel Pontresina liegt mitten im Dorf, umgeben von dessen schönen Wäldern und prächtigen Bergwelt. Sportler, Wanderer und Ruhesuchende finden im klimatisch bevorzugten Pontresina die besten Voraussetzungen für schöne und erholsame Ferien.

Das Sporthotel verfügt über 140 Betten, freundliche und neue Aufenthaltsräume, Speisesaal, Fernsehzimmer, Spielzimmer, Liegewiese im Garten, das Hallenbad ist 2 Minuten vom Hotel entfernt.

Alle Zimmer sind mit Dusche/Bad/WC, Radio und Telefon ausgestattet und bieten für jedermann den erwarteten Komfort.

Im gemütlichen Sportstübli werden auserlesene Spezialitäten aus Küche und Keller angeboten.

Albinen – ideale Ruhe

Noch vor wenigen Jahrzehnten lebte Albinen fast ausschliesslich von der Landwirtschaft. Nur ein paar wenige Leute arbeiteten im Chippis und auf Baustellen. Im Jahre 1954 wurde die Zufahrtsstrasse zum Dorf gebaut. Seither hat sich nun viel geändert. Eine zwar langsame, aber um so sicherere Entwicklung setzte ein. Die Landwirtschaft ist zum Nebenerwerb geworden. Aus dem Bauern wurden Arbeiter-Bauern. Die bekannten Albiner Leitern werden immer häufiger von Touristen erstiegen.

Albinen – und vor allem das schöne Torrentgebiet – ist ein einzigartig reizendes Gelände und für den Fremdenverkehr geradezu wie geschaffen. Dies haben auch recht viele Touristen bemerkt, und vielen Feriengästen ist der schöne Fleck Erde ans Herz gewachsen. Durch den Bau der Torrentstrasse hat die Gemeinde Albinen einen grossen Beitrag an die Zukunft unseres gesamten Gebietes geleistet.

SAVOY

Arosa

wo man sich trifft

Ihr ***** TOP-HOTEL
für aktive Sommer- + Winterferien

- Wanderwochen • Reiterwochen
- Tennis- und / oder Squashwochen
- Schönheits- und Schlankheitswochen
- Fitnesswochen • Seminare

Tennishalle und Aussenplätze, Squash-Hallen, Kegelbahnen, Hallenbad, etc.
Gratis-Kindergarten

SAVOY-HOTEL, CH-7050 AROSA

Joe L. Gehrer, Dir.
Tel. 081-31 02 11
Telex 74 235

SCHILTHORN

Ein Ferienort in den man sich leicht verliebt

Bekannt für seine preisgünstigen und attraktiven Sommer- und Winterpauschal-Ferienwochen.

Neu: Alpines Kur- und Sportzentrum

Verkehrsbüro
3825 Mürren
036 55 16 16

Gletscherbahn

fiesch-eggishorn

Grösste Rundsicht im Oberwallis

Automatischer Schnee- und Wetterbericht
Telephon (028) 71 26 22

Betriebsleitung Fiesch
Telephon (028) 71 13 45

Jugendherberge Kühboden
Telephon (028) 71 17 46

Für Sie ausgesucht

98 G P TV B D VISA 64.–/130.–
Führendes, traditionsreiches Hotel im Ort. Vollkommen renoviert 1977. Ruhige Lage, Bar, Dancing, Bankett- und Seminarräume. Kandahar-Grill. Garage und Autopark in Stechelberg. Grill-Spezialitäten

HOTEL MÜRREN

C. + M. Martin
3825 Mürren/Schweiz
Berner Oberland
Tel. 036 55 24 24, Telex 923 225

„Für anspruchsvolle Sportferien.
Für gelungene Tagungen und Seminarien."

---

hotel **alpina** braunwald

Warum nicht einmal ein autofreier Ort. Ein immer dankbares Ziel für Ferien und Weekend-Ausflüge.

Zimmer mit Bad oder Dusche
Frühstück-Buffet
Eintritt ins öffentliche Hallenbad in den Preisen inbegriffen.

Fam. R. Schweizer
8784 Braunwald
Tel. (058) 84 32 84

Saas Almagell Pension Spycher

1670 m ü. M.

Ausgangspunkt zu zahlreichen Wanderungen, Bergtouren und Sportplätzen

Skigebiet – Sesselbahn – Skilifte
Und in unserem neuen «Spycher» trifft der Gast genau das, was er heute während seiner Ferien braucht: Warme, heimelige Wohnstätten, eine **gepflegte, gutbürgerliche Küche** und eine Gastfreundschaft, die von Herzen kommt. Das ganze Jahr geöffnet. Öffentlicher Parkplatz in der Nähe. 10 Autominuten von Saas Fee entfernt.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Besitzer:
Familie Anthamatten-Medard
Telephon 028/57 24 94

Berghotel Albinen VS

1300 m

Modernes Familienhotel

5 × täglich direkter Autobus nach Leukerbad (6 km)
Ausgangspunkt in das Wander- und Skigebiet Torrent

Pensionspreis: HP Fr. 45.–, VP Fr. 55.–
Hotelgarage
100% WIR auf Pensionspreis

Ganzjährig geöffnet
Telefon (027) 63 12 88 Besitzer Stefan Metry

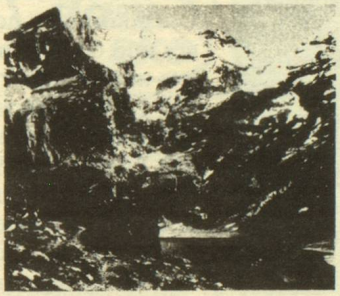
ATZMÄNNIG GOLDINGEN

mit der modernen Sesselbahn ins herrliche Wandergebiet – bequeme, abwechslungsreiche Touren mit weitem Ausblick auf See und Berge.

RIESENRUTSCHBAHN

Sportbahnen Tel. (055) 88 12 35
Hotel Talstation Tel. (055) 88 13 44
Aut. Auskunftsdienst Tel. (055) 88 13 31

700 m Länge
Eine tolle Attraktion zum Plausch von jung und alt!



KANDERSTEG
1200 m

Sesselbahn zum Oeschinensee
1700 m

Prächtiges Wandergebiet!

Grosser Parkplatz bei der Talstation
Tel. 033 75 11 18

HOTEL RESIDENCE **CABANA**
SAANEN · GSTAAD

Jeder Komfort im weltbekannten Ferienparadies. Grosses Hallen- und Freibad, vollst. Fitness Center, Restaurant LA FONTANA, Bar, Kinderhort, Sportlehrer, Wochenprogramm, Parkhallen.
Neu: Seminar- und Konferenzräume/Beauty Center
Ferien im neuen Stil!

CABANA-FAMILIEN-, REIT-, GOLF- UND SCHERENSCHNITTWOCHEN
Pauschal ab Fr. 600.– pro Person und Woche inkl. Halbpension.
Prospekte und Informationen: Tel. 0041/30/4 48 55

*** Hotel Roncaccio

6951 Cureglia-Lugano
Telefon 091 56 27 46

Komfort zu günstigen Preisen.
Alle Zimmer mit Dusche/WC.
Direktwahltelefon und Radio.
Bar – Spezialitätenrestaurant.
«Signer-Schlankheitskur»
Familie R. Cotti-Moser P

Stoos

Einzigartige Sonnenterasse

Das Dorf Stoos mit seinen Hotels, Gasthäusern sowie den Chalets, Ferien und Privathäusern, liegt auf dem Hochplateau, ca. 1300 m.ü.M. Der Kur- und Sportort ist autofrei und wird in nur 8 Minuten Fahrzeit mit der steilsten Standseilbahn der Zentralschweiz erreicht. Die modernisierte, leistungsfähige Bahn befördert in der Stunde über 800 Passagiere. Bei der Talstation Schlattli stehen mehr als 1100 Gratisparkplätze zur Verfügung. Ab Morschach bringt die Luftseilbahn LMS Reisende in wenigen Minuten auf das Hochplateau. Die Stundenleistung beträgt ca. 150 Passagiere. Auch sind an der Talstation Gratisparkplätze vorhanden. Stoos selbst ist und bleibt autofrei.

Das Dorf zählt nur ungefähr 150 Einwohner. 9 Hotels und Pensionen bieten den Besuchern über 380 Betten an. Dazu kommen noch 1000 Matratzenlager und 60 Ferienwohnungen und Chalets mit ungefähr 450 Betten. Gemütliche Lokale, Bars, Diskothek und Kegelbahnen sorgen für Unterhaltung. Für Fitness und Sport sind vorhanden: Eisfeld, Curlingrink, Hallenbad, (im Sommer geheiztes, alpines Schwimmbad), Sauna, Solarium, Fitnessraum und Reitgelegenheiten.

Neu bei Kuoni

Helvetic Tours

Helvetic Tours ist eine neue Ferienformel von Kuoni. Hinter Helvetic Tours steht somit Erfahrung, Sicherheit und Seriosität.

Helvetic Tours offeriert besonders preisgünstige Ferien und Reisen für alle, die weniger Wert auf Prestige und Luxus legen, dafür um so mehr auf die Möglichkeit, ihre Ferien aktiv zu gestalten, sei es auf eigene Faust oder organisiert. Das Schwergewicht bilden Ferienhotels der einfachen Kategorie bis zur gehobenen Mittelklasse.

Attraktives SSR-Ferienprogramm

Das neue «Ferienhandbuch» von SSR-Reisen richtet sich auch diesmal an alle jungen und junggebliebenen Reisebegeisterten und bietet auf 256 Seiten eine Vielfalt von Möglichkeiten für das Budget.

Ein Trend lässt sich beim Durchblättern des SSR-«Ferienhandbuchs» klar erkennen: SSR bietet auf allen fünf Kontinenten noch mehr Einzelarrangements und «Baukasten-Kombinationen» an, die unzählige individuelle Möglichkeiten offenlassen. Neu im Programm sind Ziele in Südostasien (Burma, Thailand, Borneo) und in Südamerika (Ecuador, Galapagos, Kolumbien). Eine weitere SSR-Spezialität sind die umfassenden Länderpaletten, deren Bausteine aus Rundreise, Badeferien, Fly-Drive und Entdeckung auf eigene Faust bestehen. Beispiele dafür sind Griechenland und Portugal, beide mit teilweise wesentlich günstigeren Preisen als 1982.

Im Fernbereich gibt es neu attraktive «Transitreisen» durch die UdSSR, Mongolei und China. Die bewährten Rundreisen in Äthiopien, Jemen, China und Ägypten sind weiter im Angebot.

Das SSR-«Ferienhandbuch» ist erhältlich über Telefon 01/2423131.

Sprachen lernen – leicht gemacht

In ihren 22 Eurocentres-Schulen werden fünf europäische Sprachen in acht verschiedenen Ländern unterrichtet.

An allen Schulen unterrichten einheimische Lehrer mit Hochschulabschluss. Die Programme werden der Zeit angepasst und laufend verbessert. Man versucht, mit neuen Arbeitstechniken (z.B. Videos) die Schüler zur selbständigen Arbeit zu animieren.

Das Kursangebot ist gross. Es umfasst Kurse für gründliche Sprachausbildung, Kompaktkurse, Osterkurse, Sommerkurse und Lehrerweiterbildungskurse. Die Kompakt- und Sommerkurse (Dauer 2–4 Wochen) zählen zu den populärsten Kursen an den Eurocentres. Fortgeschrittene können sich in einem Kurs für gründliche Sprachausbildung auf ein anerkanntes Diplom vorbereiten.

Für Frauen, die wieder ins Berufsleben einsteigen möchten, kann ein solcher Sprachaufenthalt von grosser Hilfe sein. Dasselbe gilt auch für alleinstehende, pensionierte, berufstätige Frauen usw.

Nähere Auskünfte werden durch die Eurocentres Head Office, Seestr. 247, 8037 Zürich, Tel. (01) 4825040, erteilt.

Bettmeralp

Wallis, 1950 m

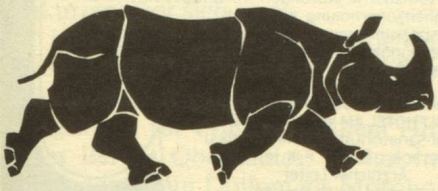
Erreichbar in 10 Minuten ab Talstation Betten FO, in 125-Personen-Kabine, mit allergünstigsten Preisen!
Freundliche Gaststätten und vier Touristenlager.
Neues Bergrestaurant auf dem Bettmerhorn. Gondelbahn 2700 m ü. M.

Sommer: Aletschwald – Aletschgletscher (Märjelensee), Eggishorn oder Bettmerhorn, Märjelenweg ums Bettmerhorn, Hochwälder, Bettmersee, Tal- und Alpenblick, reiche Flora – all das bietet die Sonnenterrasse.

Winter: Die Jumbo-Kabinen tragen Sie hinauf ins sonnenreiche und schneesichere Skigebiet am Aletschgletscher mit seinem herrlichen Alpenpanorama. Dort finden Sie 10 Skilifte, 1 Gondelbahn, 2 Sessellifte, erstklassige Pisten, eine Skischule, eine Eisbahn sowie Hotels, Pensionen und Ferienwohnungen.

Auskunft und Prospekte: Verkehrsverein (028) 27 12 91
Fahrpreise: Verkehrsbetriebe (028) 27 12 81

Ein Besuch der sich lohnt



Der Basler Zoo bietet allen etwas — besuchen Sie:
- den neueröffneten Kinder-Zolli
- das einzigartige Affenhaus
- das Vivarium mit seiner traumhaften Welt der Fische und Reptilien
- den schönen, alten Park mit den vielen seltenen Tieren

2 Restaurants, Parkplätze, Parkhaus 300 m Tel. 061 54 00 00

ZOOLOGISCHER GARTEN BASEL

Natur- und Tierpark Goldau

Das einzigartige Tierparadies im wildromantischen Bergsturzgebiet mit seiner attraktiven Bärenanlage. Das ganze Jahr geöffnet!

Telefon 041/82 15 10

DIÄT & KNEIPP-SANATORIUM Dr. L. Felbermayer

Kuranstalt für biologische Ganzheitsbehandlung
A-6793 Gaschurn/Montafon/Austria

Ärztliche Leitung: Dr. L. und R. Felbermayer
Telefon: Inland 05558/617-0 · Ausland 0043/5558/617-0
Telex 52145

RUHE – ERHOLUNG – GENESUNG

finden Sie in einem Haus mit gepflegter **österreichischer Gastlichkeit.**
Gesunde **Vollwerternährung** aus biologischem Anbau ist die Basis unserer **naturgemässen Behandlung.**
Heilmassagen, Mayr-Kuren, Akupunktur, Neuraltherapie, Ozonbehandlung, Revitorgan-Zelltherapie. Heilmassagen und -gymnastik, Ozonhallenbad.

Diätvorträge, Schulung in gesunder Küchenpraxis, Konzert- und Liederabende, Volkstanzabende – auch für Senioren.

Geführte Bergwanderungen im **Alpenpark Montafon.**

Geöffnet bis 9. Okt. 1983, circa 10% Preisreduktion vom 15. April bis 5. Juni 1983.

Fordern Sie **Gratisprospekte** unter «mir Fraue» an.

Atelier Design Grafik Höllinger, Bregenz

dan sko — **der epochemachende dänische komfortschuh**

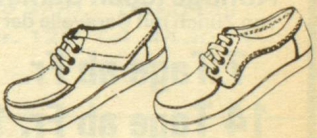
passt sich kompromisslos der natürlichen fussanatomie an - und nicht umgekehrt. Feinstes atmungsaktives rindsleder umhüllt den fuss nach echter moccasin-art.

Probieren Sie jetzt diesen handgefertigten passformschuh - Ihrem wohlbefinden und der gesundheit zuliebe. Wir garantieren 10-tägiges umtausch- und rückgaberecht.

Modelle: "sport" (wulstnaht) und "city" (flachnaht)

Farben: braun, sand, burgund, schwarz, weiss, blau.

Grössen: 35 bis 40 41 bis 47
Preise: fr. 159.- fr. 169.-



Einsenden an: INTEGRA, CH-4453 Nusshof (061 98 32 23)

Bestellung *vom ...* **SF 3 4**

modell	farbe	grösse	paar	beruf / unterschrift

☐ *Bitte schicken Sie mir prospektmaterial*

name
strasse
plz/ort
telefon

Sieben Hotelplan-Sommerkataloge vermitteln Tips und Rei-seideen

hobby zyt

Schweizerische Zeitschrift für Heimwerker+Bastler

Senden Sie mir eine Probenummer.
Telefon (01) 910 80 16
Verlag Börsig AG, 8703 Erlenbach

Name _____

Adresse _____

PLZ/Ort _____

Sanatorium für Diagnostik u. Therapie

nach Dr. F. X. Mayr
Ärztlicher Leiter Dr. med. Martin Winkler

Gesundheits-zentrum LANSERHOF

Anerkannte Therapiestation der Tiroler Landesregierung

Für Magen-, Darm-, Leber-, Gallenstörungen, Darmträgheit, Übergewicht und Risikofaktoren, Stoffwechselleiden, Gicht, Rheumatismus, Herz-, Kreislauf-, Wirbelsäulenschäden, Nieren-, Blasen-, Hautleiden, Allergosen, vegetative und psychosomatische Störungen, vorzeitiges Altern. Gesundheitsüberholung, Kururlaub.
Entschlackungskuren, Spezialmassagen, Unterwassergymnastik, Hot-Whirlpool, Kneipp-Anwendungen, Hallenbad (30°), ganzjähriger Betrieb, Höhenort 900 m Seehöhe.

Schwesterhaus des Gesundheitszentrums
GOLFHOTEL AM WÖRTHERSEE
Spezial-Sanatorium für Diagnostik u. Therapie nach Dr. F. X. MAYR.
Ärztlicher Leiter:
Dr. med. Erich Rauch

Tirol

A-6072 LANS
bei Innsbruck
Tel.: 00 43/52 22/77 6 66
Telex: 05-3166

GRATIS – KUPON
FÜR AUSFÜHRLICHE UNTERLAGEN DER F.X. MAYR KUR

12

Ischia Bade- und Kurferien *Ihrer Gesundheit zuliebe!*

Abflüge jeden Samstag ab 7. Mai
von Zürich mit Caravelle der Swissair-Tochter CTA

7 Tage ab Fr. 895.–
14 Tage ab Fr. 1140.– **Vollpension**

Inbegriffen: Flug, Transfers, Hotels mit Vollpension. Alle Zimmer mit WC/Dusche.
Alle Hotels mit Thermalschwimmbad • Betreuung durch unsere Schweizer Hostess •

★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★

Fahrt in modernem, bequemem **Langstreckenbus** mit WC/Waschraum, Klimaanlage, Kühlschrank, verstellbaren Sitzen und Fusstützen.
Äusserst gute Rundsicht dank Hochdeckerform.
Abfahrten jeden Freitag und Montag das ganze Jahr ab Zürich, Bern und Luzern.

10 Tage ab Fr. 635.– inkl. 5 Fango und 5 Massagen
17 Tage ab Fr. 880.– inkl. 10 Fango und 10 Massagen

Inbegriffen: Hotel mit Vollpension, alle Zimmer mit Dusche/WC. Alle Hotels mit Thermalschwimmbad.
• Verlangen Sie ausführliche Prospekte

Kaufmann-Reisen – führend für ISCHIA

Badenerstrasse 298, 8040 Zürich, Telefon (01) 242 77 44

F. C. Lachat

Ausbildung als Kosmetikerin

Francis C. Lachat hat über tausend Frauen und Mädchen als Kosmetikerinnen ausgebildet. Viele dieser Damen führen heute mit Erfolg ihren eigenen Schönheitssalon. Er selber gründete oder half mit beim Entstehen von bekannten grossen Instituten, was nicht ohne, oft argwöhnische Reaktion der Konkurrenz vor sich ging.
Seit 1981 gibt Herr Lachat Wochenkurse (als Ferienkurse) unter dem Titel «Pragmatologie» als Methodik- und Erfolgskurse für Frauen in einem Hotel des Berner Oberlandes. Er hat im Selbststudium ein Diplom als Morphologe erworben und ebenfalls die vorgeschriebenen Arbeiten zum Erlangen eines Diploms des SVSK als Professor der Kosmetik mit Erfolg geleistet.
Als Kursunterlage gilt in seinen Schulen der von ihm geschriebene komplette Kurs für angehende Kosmetikerinnen, demnächst im Buchhandel unter dem Titel «Das grosse Handbuch der Schönheitspflege» erhältlich.

Die Braun-«Gemini HLH 20» ist durch ihr neuartiges 2-Motoren-System mit je 300 Watt die am schnellsten trocknende Schwebehaube auf dem Markt.
Telion AG, 8047 Zürich

Massage-Schule MASSEIN
A. Mauz (vormals Carlo G. Weber)
Weinbergstrasse 24 (am Central)
8001 Zürich
Seriöse und gründliche Ausbildung

Körpermassage
Sportmassage
Theorie mit einem Arzt
(nicht für Heilzwecke)
Praxis und Theorie, Diplomabschluss
Tages- und Abendkurse. Kleine Gruppen.

Anmeldung:
Telefon (01) 252 74 23 oder
(01) 734 07 03

Für Badefans zuhause, die es sich zur Gewohnheit machen, zu Beginn eines anstrengenden Tages eine erfrischende, belebende Dusche zu nehmen oder am Ende dieses Tages in wohligem Schaumbad zu entspannen, ist das «Body Beautifyers» Körperpflegeset gedacht.
Neben dem unentbehrlichen Dusch- und Badegel 100 ml, der dank milden Substanzen die Haut nicht austrocknet, enthält das Juvena Körperpflegeset ausserdem einen «Body Balm» 200 ml. Dieser pflegende und befeuchtende Körperbalsam mit angenehm diskreter Duftnote macht die Haut nach Dusche oder Bad zart und geschmeidig.
Das «Body Beautifyers» Körperpflegeset ist ab sofort mit elegantem, cremfarbenen Gratisbadetuch zum Preis von Fr. 29.– im Fachhandel erhältlich.

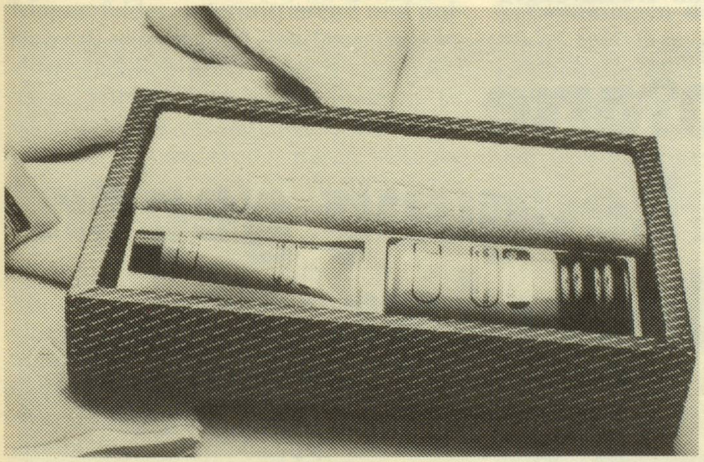


Foto: Juvena, 8604 Volketswil

Beatrice Kalberer
Dipl. Kosmetikerin
Gesichts- und Décolleté-Massage
Tages- und Abend-Make-up
Peeling
Wimpern und Brauen färben
Haarentfernung
Def. Haarentfernung
Manicure
Beauté de Pieds
Rückenpeeling

Öffnungszeiten: Di – Sa 9.00 – 18.00 Uhr
8005 Zürich, Heinrichstr. 121, Tel. 44 30 74

Kosmetische Gesichtschirurgie

Entfernung von **Augensäcken**
Gesichtsfalten
kosmetische
Nasenkorrekturen
usw.
Literatur auf Verlangen.

CLINIQUE DE LA TOUR
2300 La Chaux-de-Fonds
Téléphone (039) 23 36 77/78

Für immer befreit von lästigen Gesichtshaaren

Rapidenth, der rein-biologische Haarentferner, beseitigt Damenbart und Stoppeln an Kinn, Lippen und Wangen.

Rapidenth enthaart endgültig mit den Wurzeln.

Rapidenth hinterlässt eine seidenweiche, glatte Haut.

Schröder Schenke

Probepackung Fr. 15.50
Kurpackung Fr. 30.–

Gerbergasse 54 Abt. 7 4001 Basel
Tel. 061/25 46 45

Fitness – Gesundheit – Kuren

Lenk

Das neue Kurzentrum

Um das für seine Heilwirkung bekannte Wasser der stärksten alpinen Schwefelquelle richtig zu nutzen, wurde ein neues, modernes Kurzentrum mit zeitgemässen Einrichtungen und Anlagen gebaut. Denn gerade heute entspricht das moderne Kuren einem zunehmenden Bedürfnis.

Die grosszügige Ausstattung des Kurzentrums nach neuesten Erkenntnissen der heutigen Medizin wird eine angenehme Atmosphäre schaffen. Unter der kundigen Leitung eines spezialisierten Kurarztes, der von geschultem Personal assistiert wird, gelangen die fortschrittlichen und wirksamen Therapiemöglichkeiten und die bewährten natürlichen Heilmethoden zur Anwendung.

Auch zur Vorbeugung, denn entsprechende Kuren haben zum Ausgleich der heutigen, spannungsreichen Lebensweise eine wohltuende, kräftigende Wirkung.

Indikationen erster Ordnung:
- rheumatischer Formenkreis: Abnützungsleiden der Gelenke und der Wirbelsäule, Gelenkentzündungen im chronischen Stadium, M. Bechterew, Bandscheibenschäden, rheumatische Muskel- und Sehnenleiden.
- mechanische Schädigungen: Funktionsverbesserung nach Unfällen, orthopädischen und neurochirurgischen Operationen (z. B. Diskushernie)
- stoffwechselbedingte Störungen: Chronische Gelenkveränderungen bei Gicht, Kalkmangel der Knochen
- neurologische Erkrankungen: Restlähmungen nach Hirnschlag, Nervenverletzungen und anderen Nervenkrankheiten, «Nervenentzündung»
- Erkrankungen der Atemorgane: subakute und chronische Erkrankungen der oberen Luftwege (Nase, Nasennebenhölen, Rachen, Kehlkopf), der Ohrentrompete sowie der unteren Luftwege, insbesondere der Bronchien.

Arterioforce
die natürliche Vorbeugung gegen Altersbeschwerden.

aus frischen biologischen Pflanzen

Arterioforce

Frischpflanzen-Präparat aus Knoblauch und Bärlauch, Weissdorn und Passionsblume sowie natürlichem Vitamin E zur Vorbeugung gegen Altersbeschwerden, Gedächtnisschwäche, Schwindelgefühl, ständiges Müdesein, Absinken der Leistungsfähigkeit, Vergesslichkeit. Täglich 3 x 1-2 Kapseln vor den Mahlzeiten

ein A. Vogel Produkt

Erhältlich in Ihrer Apotheke oder Drogerie in Flaschen à 120 Kps.
Der Fachmann berät Sie gerne!

Mit Leccorubb-Gesundheitsschuhen leicht und beschwingt gehen

M. Dass sich durch die Aktivierung der Reflexzonen an der Fussohle verschiedene Körperpartien positiv beeinflussen lassen, ist heute anerkannt. Dieses Prinzip bewirkt auch das angenehme und leichte Gehen mit den Lecorubb-Gesundheitsschuhen. Man fühlt sich damit wie auf Meersand oder auf einem Waldboden. Das Fussbett dieser Gesundheitsschuhe besteht aus Tausenden von kleinen Massageschlingen, die den Brutkreislauf aktivieren und dadurch auch die Reflexzonen der Fussohle. Alle Schuhmodelle haben eine atmungs- und saugaktive Zwischensohle, die eine optimale Luftzirkulation gewährleistet.
Ein anatomisch-orthopädisch geformtes Fussbett mit Zehengreifer stützt den Fuss und gibt seitlichen Halt. Der elastische Unterbau der Laufsohle wirkt wie eine Teleskopfeder, der Auftritt wird weich gebrochen und kann korrekt abgerollt werden. Und die trittsichere Sohle ist strapazierfähig und abriebfest.
Lecorubb beweist aber auch, dass Gesundheitsschuhe das Image vom «hässlichen Entlein» längst abgelegt haben. Mit einer Palette, die vom klassischen bis zum modischen Schuh reicht, lässt sich für jeden Geschmack das passende Paar finden.
Lecorubb-Gesundheitsschuhe und -Massageartikel können nur in Apotheken und Drogerien gekauft werden.

Ein neues Schuhgefühl

Schuhe, wenn möglich, täglich wechseln. Während der Ruhepause mit Zeitungspapier ausstopfen. So kann das Leder die beim Tragen aufgenommene Feuchtigkeit rasch wieder abgeben. Einfacher und schneller geht es mit Schuhspannern aus Holz.
Echte Moccasins sind atmungsaktiv. Sie sind darum nie ganz wasserdicht. Beim Wandern in nassem Gras kann schon einmal etwas Feuchtigkeit eindringen. In solchen Fällen verwenden Sie am besten Imprägnierwachs für die Nähte.
Bei «dan-sko» (Integra AG, 4453 Nusshof) sind die Sohlen vorn und hinten absichtlich leicht angeschrägt, damit Sie gleich vom ersten Augenblick an wieder «natürlich» gehen können. Die PU-Sohlen sind extrem robust.
«Dan-sko» sind zwar Schuhe für gesunde Füsse, die gesund bleiben wollen, doch verschaffen sie auch kranken Füssen oft schlagartig Erleichterung.
Ihre bewährten Einlagen können Sie in den meisten Fällen auch in «Dan-sko» tragen oder einbauen lassen.

Gegen Schmerzzustände jeglicher Art

Dass man ohne Wärmeeinwirkung erfolgreich Therapie betreiben kann, ist nicht neu. Wissenschaftler entdeckten die aussergewöhnlichen Effekte der hochfrequenten, elektromagnetischen Energie. Mit dieser für den Laien eher ungewöhnlichen und nicht immer verständlichen Energie arbeitet auch das erste Schweizerische Diapulse-Institut in Cham.
Magnetfelder, intermittierend und pulsierend, wie dies mit den Diapulse-Geräten fachlich und sachlich therapiert wird, können Schmerzen lindern. Es ist eine nicht zu leugnende Tatsache, dass Schmerzzustände, deren Ursache Rheumatismus, Neuralgien nach einer Gürtelrose, Gewebsveränderungen nach Brüchen oder Operationen, schlechte Zähne und andere Übel sein können, in ihrer Stärke wechseln. Am einen Tag wird man von diesen Schmerzen heftig attackiert, am andern Tag tritt ganz unerklärlicherweise eine Linderung ein. Der Betroffene gibt in der Therapiestation meist unterschiedliche Wetterbedingungen als Grund an.
Doch ungleich häufiger werden solche Schmerzzustände durch Schwankungen oder elektromagnetische Felder unserer Erde gebessert oder verschlechtert. Jeder Mensch, jedes Tier und jede Pflanze, leben in einer elektromagnetischen Landschaft, die sich ununterbrochen verändert. Es gibt eindeutige Untersuchungsergebnisse über die dadurch ausgelösten seelischen und körperlichen Veränderungen beim Menschen und beim Tier. Eine Tatsache, die noch immer zu wenig Beachtung findet.
Bei der Behandlung Rheumakranker hat sich seit 1973 bestätigt, dass bestimmte Hormonwerte im Blut ansteigen, wenn man Magnetfelder einwirken lässt. Es handelt sich um Hydrocortisone, die auch bei Entzündungen aller Art Verwendung finden. Mit Hilfe der Diapulse-Magnetfeld-Therapie kann also eine natürliche Veränderung im ganzen Hormonspiegel herbeigeführt werden. Wichtig ist für die Patienten zu erkennen, dass alle schädlichen Einflüsse, auch jene, die durch Schwankungen der irdischen Magnetfelder entstehen, auf diese Weise ausgeschaltet werden können.
Die Patienten, die man in Cham antrifft, sind begeistert. Schon nach einigen Behandlungen mit dieser für den Patienten «unsichtbaren Sonne» zeigen sich Besserungen.

Die Leiterin des Instituts, Frau E. Koller, gibt Interessentinnen und Interessenten gerne weitere Auskunft.
(ARS Diapuls-Institut, Mugerenstr. 64, 6330 Cham.

Plax – ein neues Mittel zur Entfernung des Plaque-Zahnbelages mit Fluor-Zahnschmelz-Härtung zur Karies-Verhütung

Die Zahnkaries beginnt an der Schmelzoberfläche der Zähne, an der sich im Zahnbelag Kleinstlebewesen ansiedeln und sich ständig vermehren (bakterieller Zahnbelag). Mangelnde Mundhygiene, fehlende Selbstreinigung der Zähne durch kräftiges Kauen sowie der durch die Nahrung und Genussmittel zugeführte Zucker fördern die Entstehung der Karies.
Mit Plax, einem Zahnpflegemittel mit spezifisch aktiven mikrofeinen Wirkstoffen kann man optimal zur Gesunderhaltung der Zähne und des Zahnfleisches beitragen. Plax wird absichtlich in feinster Pulverform hergestellt, weil das Reinigen und Polieren der Zähne kaum von einer Zahnpasta übertroffen werden kann.
Plax entfernt die zu Paradentose führende Plaque (bakterieller Zahnbelag) und den hartnäckigen Zahnstein, reinigt schonend – auch bei empfindlichen und freiliegenden Zahnhälsen. Plax hilft Zahnfleischprobleme verhüten. Es wirkt adstingierend auf das Zahnfleisch, wodurch die Zähne fester halten und dadurch länger leben. Plax wirkt durch Fluor-Zahnschmelz-Härtung kariesverhütend. Plax poliert Verfärbungen (von Nikotin, Kaffee, Tee) weg und macht Ihre Zähne blendend weiss. Plax erfrischt Mund und Atem.
Dauergebrauch von Plax verspricht dauernde Karies-Vorbeugung, weil die durch Speisen entstandene Plaque immer wieder neu entfernt wird und somit keinen Schaden an Zähnen und Zahnfleisch verursachen kann.

Ginseng-Wirkstoffe

Ehe eigentlich in Europa ein regelrechter «Ginseng-Boom» entstand, war die praktische Begegnung mit diesem uralten Mittel als Kraft- und Vitalitätsspender eindrucksvoll. Neben der Indikation und Wirkungsweise der Akupunktur und der Moxibustion (antikes Heilverfahren, bei dem ein aus leicht brennbaren Stoffen geformter Kegel auf der Haut verbrannt wird) drehten sich die Diskussionen mit den chinesischen Ärzten immer wieder um die Ginseng-Wirkung. Damals wurde klinisch eine blutdrucksenkende Wirkung von den Ärzten angegeben. Dass eine allgemein roborierende Wirkung die Abwehrkraft gegen banale Infektionen steigere, wurde schon skeptisch beurteilt. Man schätzte jedoch eine allgemeine Leistungssteigerung, auch hinsichtlich der Konzentration, Aufmerksamkeit und Merkfähigkeit. Dadurch wurde die Anwendung des Wurzelextraktes besonders beim alternden Organismus gelobt: Ginseng galt allgemein als lebensverlängernd.

Eine rheographische Studie von Quiroga (Argentinien) an 200 Personen im Alter von 41–70 Jahren über die Verbesserung der Gehirndurchblutung ist, nicht nur wegen der geringen Zahl von 20 Placebopatienten, vorerst noch irrelevant, weist aber immerhin in die einzuschlagende Richtung von Forschungen. Die stimulierende Wirkung auf das Neurovegetativum bleibt umstritten. Auf dem 2. Internationalen Ginseng-Symposium, 1978 in Seoul, war ein grosser Teil der Kongressthemen der Wirkungsweise bzw. den eigentlichen Ginseng-Wirkstoffen gewidmet. Studien mit dem standarisierten Ginseng-Extrakt G 115, der in den präparaten Geriavit Pharmaton und Ginsana enthalten ist, haben eine Steigerung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit zu objektivieren versucht; subjektive Angaben zählen nicht. Eine Studie aus der Universitätsklinik Berlin (Charité) hatte angeblich eine entsprechende Verbesserung des Wohlbefindens nachgewiesen, wobei allerdings andere im Präparat enthaltene Wirkstoffe (Vitamine, Mineralstoffe) nicht ausgeschaltet worden waren. Eine insulinähnliche Aktivität ist von Schimert (München) und Okuda (Japan) mitgeteilt worden. Natürlich muss sich jeder Wissenschafter gegen vermutete Wirkungen von Heilpflanzen sowie von wirtschaftlich missbrauchten Scheinprodukten verwahren.

Die alten Volksweisheiten, die hinter dem Gebrauch vieler Heilpflanzen, auch der Ginseng-Wurzel stecken, müssen jedoch respektiert, wissenschaftlich überprüft und immer weiter relativiert werden, wie es beispielsweise bei den Produkten Geriavit Pharmaton und Ginsana G 115 der Fall ist. Gerade bei der weiteren Aufklärung der Wirkungsweise der Ginseng-Wurzel lohnt sich der wissenschaftliche Einsatz; Tradition verpflichtet.

Gerlecit-Kapseln helfen

Ein Regenerations-Präparat für das Alter

ss. Wie kann die Vitalität und Leistungskraft erhalten werden. Wer lange in den besten Jahren bleiben will, muss eine positive, optimistische Einstellung haben und sich gesund und abwechslungsreich ernähren. Am besten ist leichte, eiweiss-und vitaminreiche Kost, auf mehrere kleine Mahlzeiten verteilt. Die gesunde Lebensweise können wir mit Wirkstoffen unterstützen, welche die Natur uns schenkt. Besonders bei Vergesslichkeit, Konzentrationsmangel, ständiger Müdigkeit, Beklemmung, Anzeichen von Arteriosklerose regenerieren und stärken die Gerlecit-Kapseln.

Dieses Regenerations-Präparat enthält einen Extrakt aus Blütenpollen, der eine deutliche Verbesserung des Allgemeinbefindens bewirkt. Zur Steigerung der Funktionsfähigkeit von Gehirn und Nerven und der Zellatmung ist dem Gerlecit das pflanzliche PCF-Lecithin beigegeben, begleitet von den 12 wichtigsten Vitaminen und Eisen. Gerlecit gibt es auch in Form eines Tonicums. Es enthält Blütenpollen-Extrakt, PVF-Lecithin und Vitamin E, welches die Muskel- und Keimdrüsenfunktion unterstützt.

Wer sich rechtzeitig und regelmässig einen gesundheitlichen Zustupf gönnt, den Bluthochdruck und das Gewicht unter Kontrolle hält und sich körperlich viel bewegt, wird sich kaum über Altersbeschwerden beklagen müssen.

Düring AG, 8000 Thalwil

Ein Spezialkopfkissen für die anatomisch korrekte Ruhelage

Wenn der Kopf nachts falsch liegt, wird die Halswirbelsäule unnatürlich gebogen. Dieser «Knick im Genick» kann Ursache mancher Beschwerde sein.

Die internationale Lattoflex-Schlafforschung entwickelte in Zusammenarbeit mit Ärzten Lako-Vital, das Spezialkopfkissen, welches die anatomisch korrekte Ruhelage ermöglicht.

Halswirbelsäule, Nacken und Kopf werden mit Lako-Vital ihrer natürlichen Form entsprechend gestützt und komfortabel eingebettet.

Jeder Mensch hat seine individuelle Kopf- und Nackenform, unterschiedliche Schulterbreiten und auch persönliche Schlafgewohnheiten. Nur ein verwandlungsfähiges Kissen kann deshalb allen Anforderungen entsprechen! Dieses Problem wurde mit Lako-Vital auf wegweisende Art gelöst. Sie können dieses Spezialkissen genau Ihrer Anatomie anpassen, und es wird sich in der fixierten Form nicht verändern.

Ob Sie in der Rücken- oder Seitenlage schlafen, auf Lako-Vital sind Sie immer richtig gebettet. Das Resultat: besserer Schlaf, weniger Beschwerden, mehr Lebensfreude!

Echtes Kräuterbad

Mangelhafte Körperpflege schädigt unser grösstes Organ: die Haut! Mangelhafte Körperpflege führt zu verstopften Poren, die Haut atmet nicht mehr, und die darunter liegenden Organe leiden.

Es ist so einfach, Haut- und Körperkrankheiten, der Erschöpfung schlechthin vorzubeugen mit Parsanas Echtem Kräuterbad. Die wertvolle Zusammensetzung von Arnika, Heublumen, Schafgarbe, Zinnkraut, Lavendel usw. schenkt Wohlbefinden und fördert die Leistungsbereitschaft der Haut!

Laboratorium Parasana,
6672 Gordevio

Schweizer Frauenblatt/ mir Fraue

☐ Ich bestelle ein Abonnement zum Vorzugspreis von Fr. 36.– und erhalte die nächsten drei Hefte gratis.

☐ Senden Sie mir gratis einige Probenummern.

Name: _____

Vorname: _____

Strasse/Nr.: _____

Plz/Ort: _____

Einsenden an:
Verlag Schweizer Frauenblatt/mir Fraue, Postfach, 8703 Erlenbach

Diese zwei Präparate nach Dr. Fritjoff HIRSCH entheben Sie in kurzer Zeit Ihrer Sorgen bei HAARAUSFALL, SCHUPPEN und FETTIGEM HAAR!

S2 KURSHAMPOO, ein wissenschaftlich-biologisches Produkt, welches die Kopfhaut nicht auslaugt, sondern nährt und geschmeidig macht. Sie wird dadurch weniger empfindlich und widerstandsfähiger gegen Witterungseinflüsse und Alkalien.
250 ml Fr. 9.20.

AKTIVOL, bio-aktives Haartonikum, fördert den Haarneuwuchs, verhindert Juckreiz, sowie die Schuppenbildung, die Überfettung und den Haarausfall. 120 ml Fr. 13.80.

Damit Sie sich aus eigener Erfahrung von der unübertroffenen Wirkung dieser beiden Präparate überzeugen können, erhalten Sie je eine Originalpackung zum **Probierpreis von Fr. 15.–** (statt Fr. 23.–), wenn Sie den Betrag in Briefmarken mit diesem Inserat einsenden.

REBAG Rebonato & Co., 8967 Widen-Mutschellen
Tel. (057) 33 26 88

MF

Nervöse **Herzbeschwerden Schlaflosigkeit**

Versuchen Sie die homöopathischen

OMIDA-Herzchügeli

Das Herz und die Nerven werden ruhiger.

Die homöopathischen OMIDA-Herzchügeli wirken rasch bei nervösen Herzbeschwerden, Schlaflosigkeit, Schwindelgefühl, allgemeiner Nervosität, bei Blutandrang zum Kopf, bei nervösem Herzklopfen nach geistiger Erregung.

Die homöopathischen OMIDA-Herzchügeli helfen schnell und sind bequem, ohne Wasser einzunehmen.

In Apotheken und Drogerien erhältlich. Fr. 6.50

«Seit 1946 homöopathische OMIDA-Heilmittel».

«RUMANTE» HAT NEBEN DEM REINEN KUPFER 6 EINGEARBEITETE HOCHWIRKSAME MAGNETE «RUMANTE» KANN IHNEN HELFEN IHRE LEIDEN UND SCHMERZEN ZU BESEITIGEN!

Im Gegensatz zu den herkömmlichen einfachen Kupferreifen ist ‹RUMANTE» zu Ihrem persönlichen Vorteil geschlossen gearbeitet und kann mittels eingearbeiteter Lanière individuell nach Mass reguliert werden.
Dieser geschlossenen Verarbeitung ist es zu verdanken, dass die Wirkung des reinen Kupfers in Zusammenarbeit mit den Aimanté-Steinen gesteigert und demzufolge raschere und vor allem anhaltende Beseitigung Ihrer Schmerzen haben kann. Nur mit dieser Verarbeitung ist es möglich, den Kontakt zwischen dem Material und der Körperbeeinflussung zu intensivieren und zu steigern.
Der elektromagnetischen Kraft dieser Aimanté-Steine ist es zu verdanken, dass diese Ihren Kreislauf zusätzlich noch positiv beeinflussen und regulieren.

Niemand sieht diesem einmalig schönen und eleganten Schmuckstück an, welche Gesundheitsfördernden Eigenschaften mit dem Träger desselben verbunden sind.
Zu Ihrer eigenen Sicherheit diene, dass Sie mit dieser Wahl keinerlei Risiken eingehen ... denn wir räumen Ihnen **eine 90-tägige Rückgabemöglichkeit ein,** sollten wider Erwarten die von uns propagierten Erfolge ausbleiben.
Sichern Sie sich deshalb heute noch Ihr ‹RUMANTE»-Armband, damit auch für Sie die unerträglichen Leiden und Schmerzen ein Ende finden können.
Da unser Vorrat limitiert ist ist für Sie ein rascher Entschluss, sich ein solches Band zu sichern, von grossem Vorteil.

SPEZIAL-GUTSCHEIN Nr. RU/Q/2

Bitte gut leserlich ausfüllen und heute noch zusenden an:
L. C. S. Postfach 494, 1211 Genève 1

Senden Sie mir bitte gegen Nachnahme plus Kosten:

☐ 1 Bracelet ‹RUMANTE›, Kupfermagnetisch, vergoldet und im eleganten Etui zum Spezialpreis von Fr. 119.50

☐ Ich wünsche zuerst Ihren ausführlichen farbigen Prospekt zu erhalten.

NAME: _____ VORNAME: _____

STRASSE: _____ HAUSNUMMER: _____

POSTLEITZAHL: _____ WOHNORT: _____

DATUM: _____ UNTERSCHRIFT: _____

Das nützt Ihnen für sicheres Reisen am meisten: der Schweizer Pass und American Express Travelers Cheques.

Beide sind weltweit vertreten und gerne gesehen. Eine unschlagbare Kombination für sicheres Reisen.

Genau wie der Schweizer Pass sind auch American Express Travelers Cheques etwas besonderes. Denn hinter ihnen steckt die grösste Erfahrung, und es sind die einzigen Travelers Cheques, die im Verlustfall über den vollen Ersatz hinaus fünf Gratis-Dienstleistungen bieten:

1) American Express hilft alle eventuell abhandengekommenen Kreditkarten zu sperren.
2) Falls auch Identitätspapiere abhanden gekommen sind, kann American Express eine zeitlich begrenzte Ausweiskarte zur Verfügung stellen.
3) Sie können durch American Express Angehörigen oder Geschäftspartnern eine Nachricht zukommen lassen.
4) Bei Umbuchungen von Hotels und Reisen ist American Express behilflich.
5) Sobald der Rückerstattungsantrag genehmigt ist, ermöglicht American Express auf Wunsch einen Bargeldbezug bis zum Gegenwert von US$ 200.–.

American Express Travelers Cheques gibt es in US Dollars, Schweizer Franken und anderen wichtigen Währungen.

Verlangen Sie bei Ihrer Bank ausdrücklich American Express Travelers Cheques.

AMERICAN EXPRESS

American Express Travelers Cheques. Weltweit führend.