

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 73 (1995)  
**Heft:** 12

**Artikel:** Eine neue Bundesverfassung?  
**Autor:** Reck, Oskar / Kilchherr, Franz  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-725300>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 06.07.2025

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

# Eine neue Bundesverfassung?



Dieses Büchlein kann kostenlos bestellt werden (siehe Seite 8).

150 Jahre ist ein stattliches Alter. Die Schweiz besitzt eine der ältesten Verfassungen der Welt. Erstaunlich für ein Land mitten auf einem Kontinent, der Schauplatz mehrerer welthistorischer Umwälzungen in diesem Jahrhundert war. Trotzdem ging die Zeit an unserem Grundgesetz nicht spurlos vorüber. Während

seltsame Artikel über «Brauteinzugsgebühren» gegenstandslos vor sich hin schlummern, fehlen etliche anerkannte Grundrechte wie etwa das Recht auf Schutz des Privat- und Familienlebens. Und: Die 136 Teilrevisionen seit 1848 haben die Verfassung zu einem unübersichtlichen Flickwerk werden lassen.

Vergangenen Sommer hat der Bundesrat den Entwurf einer neuen Verfassung der Öffentlichkeit vorgestellt und grünes Licht für eine breit angelegte Vernehmlassung gegeben. Normalerweise werden im Rahmen einer ordentlichen Vernehmlassung die Kantone, Parteien und Spitzenverbände eingeladen, zu einer Verfassungs- oder Gesetzesänderung Stellung zu nehmen. Weil eine Totalrevision der Bundesverfassung von ungleich grösserer Bedeutung ist, wollte die Regierung möglichst viele politisch Interessierte an der Diskussion teilnehmen lassen. Deshalb ist der Kreis der Vernehmlassungsadressaten wesentlich erweitert worden und wird allen Bürgerinnen und Bürgern auf Bestellung ein Gratisexemplar des Verfassungsentwurfs angeboten.

## Run auf den Verfassungsentwurf

Wie die vergangenen Monate gezeigt haben, stösst die erweiterte Vernehmlassung, die auch unter dem Begriff «Volksdiskussion» bekannt wurde, auf ein grosses Echo. Schon gegen 120 000 Entwürfe der neuen Verfassung wurden verschickt, der Grossteil davon auf Bestellung von Privatpersonen und Organisationen. Noch bis Ende Februar kann sich jedermann zu den Änderungsvorschlägen äussern.

Nach Ablauf der Vernehmlassungsfrist werden die eingegangenen Stellungnahmen für die Botschaft an das Parlament ausgewertet.

## Teilweise kuriose Artikel

Was aber soll neu werden mit dem vorliegenden Verfassungsentwurf? In erster Linie geht es darum, eine Verfassung zu schaffen, die wieder mit dem geltenden (geschriebenen und ungeschriebenen) Verfassungsrecht im Einklang steht. Es ist auch für Laien leicht erkennbar, dass das bestehende Grundgesetz in die Jahre gekommen ist. Es enthält etliche kuriose Artikel. Von Durchzugsrechten für die Bundesarmee

ist darin die Rede, von Brauteinzugsgebühren, Auswanderungsagenturen oder vom oft zitierten Absinthverbot. Das sind Reminiszenzen aus den Anfängen unseres Bundesstaates, die zwar nicht unbedingt stören, aber doch auch ihren Teil dazu beitragen, dass die Verfassung als Ganzes uneinheitlich und unübersichtlich geworden ist. Wer sich beispielsweise über die Grundrechte oder die Rechte im Bereich der sozialen Sicherheit kundig machen will, wird nicht darum herumkommen, die ganze Verfassung durchzublättern, bis er die entsprechenden Artikel ausfindig gemacht hat. Zum Teil wird die Suche auch vergeblich bleiben, denn die Grundrechte zum Beispiel sind nur unvollständig aufgeführt.



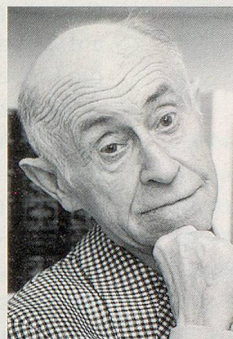
**Bundesrat  
Arnold Koller**

«Die heutige Verfassung stammt aus dem Jahr 1848, dem Gründungsjahr des Schweizerischen Bundesstaates. Seither ist sie nur einmal – 1874 – zu einem grösseren Teil reformiert worden. Im Kern nach wie vor intakt, entspricht sie heute an vielen Stellen nicht mehr der modernen Staatswirklichkeit. Etliche Bestimmungen sind überholt, wichtige Elemente fehlen. Die Verfassung ist unübersichtlich und schwer verständlich geworden. Mit der jetzigen Reform sollen diese Mängel behoben und eine neue bürgernahe Verfassung geschaffen werden. Sie wird die Schweiz wieder handlungsfähiger und berechenbarer machen. Die direkte Demokratie soll ein Wesensmerkmal unseres Staates bleiben. – Bewährtes erhalten, die Zukunft gestalten, die Schweiz stärken. Das will der Bundesrat mit den Reformvorschlägen zur Bundesverfassung. Damit dieses Ziel erreicht wird, braucht es das Mitmachen aller Bürger. Der Reformprozess soll als Gemeinschaftswerk von allen Kreisen der Bevölkerung und allen Landesteilen getragen werden.»

## Oskar Reck

### Von der Grundwelle zur Volksdiskussion

*Es gibt Schlagworte, die einer winzigen Zeitspanne zugehören und dann auf immer verschwinden. Und es gibt andere, denen es vergönnt ist, bei der Wiederkehr des nämlichen Problemkreises mit schöner Regelmässigkeit den Phrasendreschern aufs neue zu Diensten zu sein. Ein solches Thema ist die sogenannte Totalrevision der*



*Bundesverfassung, die auch 1874 keine totale war, und ihre Widersacher sind nie müde geworden, ihre zwei Haupttrümpfe ins Spiel zu werfen: erstens, es gebe keine «Grundwelle», die eine Staatsreform erzwingt, und zweitens, es herrsche nicht die Zeit für «grosse Würfe».*

*Beides sind Scheinargumente. Wer die Genesis der modernen Schweiz kennt, vermag mühelos zu belegen, dass es eine kleine und äusserst zielstrebige Minderheit war, die den Bundesstaat schuf; und es gelang nochmals einer elitären Minorität, die Verfassungsreform von 1874 in Gang zu setzen. Nie und nirgendwo haben spontane Volksbewegungen Neues herbeigeführt. Es waren immer Einzelne und vorerst Verkannte, die geistige Vorarbeit leisteten. Dann erst kam es zu Durchbrüchen.*

*Sind wir derzeit, im letzten Dezennium dieses Jahrhunderts, zu einem grossen Aufschwung überhaupt noch imstande? Wenn wir keinen Reformwillen mehr aufbringen, das weiss jeder wache Geist im Lande, wird der äussere und innere Zerfall des Kleinstaates unvermeidlich. Was uns nun aber der Bundesrat als Grundlage einer sogenannten Volksdiskussion vorlegt, aus der für 1998 ein neues Ver-*

*fassungswerk hervorgehen soll, ist von Grund auf fragwürdig. Dem gehaltvollen und formschönen Entwurf der Kommission Furgler, der in den siebziger Jahren zustande kam, folgte nach seiner peinlichen parlamentarischen und auch öffentlichen Abfuhr ein Papier weit aus minderen Ranges. Doch auch dieses Projekt, das sich*

*wesentlich auf die Justiz und die Volksrechte begrenzt, ist bereits heftig umstritten.*

*Wenn wir noch immer darauf beharren, die Reform unseres Grundgesetzes sei der Kern einer eigentlichen Staatsreform, ist es rundweg unverständlich, dass so viele Jahre staatspolitischer Untätigkeit verschlampt worden sind. Jetzt soll im Eiltempo das Versäumte wettgemacht werden. Das ist, ich sage es mit tiefstem Bedauern, keine seriöse Möglichkeit, und ich füge mit ebensolchem Bedauern bei, dass die proklamierte Volksdiskussion, die eine von oben diktierte Grundwelle ist, zu nichts führt. Zwar blicke ich in Nostalgie auf das geistige Ringen der Furgler-Kommission zurück. Aber ich bleibe bei meiner Überzeugung, dass ohne solchen politischen Aufwand kein haltbares Werk zustande kommt.*

Oskar Reck

*Diesen Text schrieb Oskar Reck für die Dezember-Ausgabe von «Chance», dem Forum für Sicherheits- und Friedenspolitik in Aarau. Wir drucken ihn hier mit freundlicher Genehmigung von Autor und Verlag ab.*

### Verfassung zum Anfassen

Diese auch aus staatsbürgerlicher Sicht beunruhigende Feststellung veranlasste denn auch das Parlament 1987, den Bundesrat mit der Totalrevision der Bundesverfassung zu beauftragen. Damit bekräftigte es auch die Notwendigkeit, die bereits in den sechziger Jahren

begonnenen, aber nicht zu Ende geführten Reformarbeiten wieder aufzugreifen. Dabei sollte die sogenannte «Nachführung» des geschriebenen und ungeschriebenen (aber in der Praxis gleichwohl angewandten) Verfassungsrechts im Vordergrund stehen. Im Zuge dieser Nachführung sollten auch formale Verbesserungen durchgeführt



**alt  
Ständerätin  
Josi J. Meier,  
CVP, Luzern**

«Seit bald 30 Jahren ist diese Verfassungsreform in der halboffenen Schublade, es ist dringendst notwendig, dass sie jetzt endlich über die Bühne geht. Mit einer Motion verlangte ich letztes Jahr als Termin 1998. Stellen Sie sich eine Firma vor, die noch die gleichen Strukturen aufweisen würde wie vor 150 Jahren, als man mit Kutschen durch unser Land fuhr. Undenkbar!

Ich war Mitglied der Kommissionen Wahlen und Furgler; viele Ideen aus den von diesen Kommissionen verfassten Berichten sind im heutigen Entwurf enthalten, dieser ist sicher tauglich. Am wichtigsten sind meiner Meinung nach die individuellen Grundrechte und die sozialen Rechte, die den einzelnen Bürgern das Überleben sichern, so dass sie die aufgelisteten Freiheiten überhaupt wahrnehmen können.» ny

werden, namentlich eine systematische, verständliche Darstellung des Verfassungsrechts in einer zeitgemässen Sprache.

## Volksrechte

Die Volksrechte stellen einen wesentlichen Bestandteil der schweizerischen Identität dar. Durch die Reformvorschläge sollen sie – so der Bundesrat – zum Teil ausgebaut, zum Teil eingeschränkt oder auch verfeinert werden. Folgende Änderungen sind vorgeschlagen:

- Bei wichtigen Entscheiden sollen die Mitwirkungsmöglichkeiten des Volkes erweitert und die Handlungsfähigkeit sowie Glaubwürdigkeit der Schweiz erhöht werden (Einführung des fakultativen Verwaltungs- und Finanzreferendums, Ausbau des fakultativen Staatsvertragsreferendums, Einführung der allgemeinen Volksinitiative).
- Durch die Umgestaltung, Verfeinerung und Ergänzung der Volksrechte sollen ebenfalls die Handlungsfähigkeit und Glaubwürdigkeit der Schweiz verbessert werden (Abstimmungen über zwei alternative Referendumstexte; gleichzeitige Abstimmung über verschiedene Volksinitiativen zum selben Gegenstand; Verankerung des Grundsatzes, dass Volksinitiativen, die dem zwingenden Völkerrecht widersprechen, ungültig sind).
- Durch die Anpassung der Unterschriftenzahl an das starke Bevölkerungswachstum der letzten zwei Jahrhunderte werden die Hürden für Referendum und Verfassungsinitiative erhöht.

## Ein Beispiel: «Schutz des Privat- und Familienlebens»

Anders als heute enthält die nachgeführte Verfassung alle anerkannten Grundrechte und führt sie geordnet auf. Mit dem neuen Artikel 10 lässt sich die Verbesserung illustrieren:

Absatz 1 lautet: «Jede Person hat Anspruch auf Achtung ihres Privat- und Familienlebens sowie ihres Briefverkehrs und ihrer Wohnung.» Dieser Absatz legt heute noch ungeschriebenes, jedoch aufgrund der bundesgerichtlichen Rechtsprechung geltendes Recht fest und übernimmt den Inhalt von Artikel 8 der Europäischen Menschenrechtskonvention (EMRK).

Absatz 2: «Das Post- und Fernmeldegeheimnis ist gewährleistet.» Dieser Absatz übernimmt den Inhalt von Artikel 36 Abs. 4 der geltenden Bundesverfassung, kleidet ihn aber in eine «moderne» Sprache. Bisher lautete er: «Die Unverletzlichkeit des Post- und Telegrafengeheimnisses ist gewährleistet.»

Absatz 3: «Jede Person hat Anspruch auf Schutz vor Missbrauch persönlicher Daten.» Dieses Grundrecht ist heute nur auf Gesetzesstufe garantiert.

## Keine umstrittenen Neuerungen

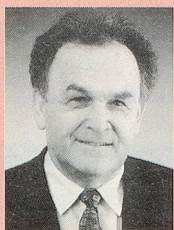
Im Rahmen der Nachführung hat das federführende Eidgenössische Justiz- und Polizeidepartement gemäss parla-



**Nationalrätin  
Margrith  
von Felten,  
SP, Basel**

«Über die Verfassung zu diskutieren, ist wichtig, das jetzt geplante Nachführen reicht jedoch nicht aus, es greift zu wenig in die Zukunft. Mir fehlt zum Beispiel eine Diskussion über die Erhaltung des ökologischen Gleichgewichts. Was die internationale Zusammenarbeit anbelangt, sollten in der Verfassung neue Regeln festgelegt werden, um die Aussenpolitik zu demokratisieren. Damit Frauen in den Bundesbehörden angemessen vertreten sind, sollte die Quotenregelung vorgesehen werden, genauso auch das Stimm- und Wahlrecht für Ausländerinnen und Ausländer. Besonders wichtig wäre es, dass mit Hilfe der Verfassung verhindert werden könnte, dass ökonomischen Kriterien mehr Bedeutung beigemessen wird als Menschenrechtsfragen, ich denke dabei insbesondere an die drohende Entwicklung in Richtung einer Klassenmedizin und -justiz. Die geplante Erhöhung der Unterschriftenzahl für Initiativen und Referenden sehe ich als Abbau der Demokratie; falls sie durchkommt, werden nur noch grosse Verbände mit viel Geld ihre Anliegen vors Volk bringen können.» ny

mentarischem Auftrag von wesentlichen inhaltlichen, vor allem umstrittenen Neuerungen grundsätzlich abgesehen. So wurde zum Beispiel der vieldiskutierte Bistumsartikel nicht gestrichen und auf die Aufnahme eines Städte- oder Parteienartikels verzichtet. Ausser vier punktuellen Neuerungen (Schutz des Redaktionsgeheimnisses, Gebietsveränderungen zwischen Kantonen, Mitwirkung der Kantone in der Aussenpolitik, Öffentlichkeit der Verwaltung), die einem anerkannten Reformbedürfnis entsprechen und die institutionellen Rahmenbedingungen verbessern sollen, blieb in der Substanz das «Bewährte erhalten».



**alt**  
**Bundesrat**  
**Otto Stich**

«Eine Revision würde bestimmt nicht schaden, denn die jetzige Bundesverfassung ist veraltet, so beispielsweise alle Ausführungen über die Alkoholgesetzgebung und verschiedene andere Bestimmungen. Ganz jenseits von Gut und Böse ist auch eine Finanzordnung, die befristet ist. Ich meine aber, dass es genügt, wenn man die jetzige Verfassung ganz gründlich putzt und durchkämmt und die grosse materielle Erneuerung für eine spätere Totalrevision aufspart, denn beides ist im Moment politisch wohl nicht machbar. Man sieht ja, dass sich die Geister schon an kleinen Dingen entzünden.

Grundsätzlich muss eine Verfassung die Rechte und die Pflichten der Bürger festlegen – nicht im Detail, aber in den grossen Zügen. Entscheidend ist dabei der Geist, den eine Verfassung ausstrahlt, und nicht der Buchstabe, den man immer und immer wieder und manchmal auch bis ins Gegenteil von dem, was er ursprünglich gemeint hat, drehen und wenden kann. So darf man sich also durchaus fragen, ob man wirklich alles in die Verfassung aufnehmen soll und nicht auch einiges dem Geiste jener, die sie interpretieren, überlassen kann, denn es geht ganz sicher nicht an, dass eine Verfassung bis zum letzten Buchstaben alles und jedes in allen Einzelheiten festlegen und regeln will.» kl

### Neben der Nachführung auch Reformvorschläge

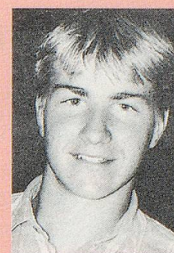
«Zukunft gestalten» war die zweite Losung des Reformvorhabens von Bundesrat Koller. Von Anfang an war es die Absicht des Justizministers, neben der Nachführung, die das rechtliche Fundament unseres Landes wieder «in Stand setzen» sollte, auch noch einzelne grössere Teilbereiche, die dringend erneuerungsbedürftig sind, unter die Lupe zu nehmen und hierzu substanti-

elle Reformvorschläge auszuarbeiten. Er konzentrierte sich auf die Bereiche Volksrechte und Justiz. Für beide Teile schnürte er ein Gesamtpaket, das den verschiedenen, zuweilen gegenläufigen Ansprüchen unserer Zeit Rechnung zu tragen versucht.

### Neue Volksrechte und Justiz

Am meisten Aufsehen erregte der Vorschlag, die Unterschriftenzahl für Initiative und Referendum der gestiegenen Bevölkerungszahl anzupassen (heute reicht es, wenn 2,2% der Bevölkerung ihre Unterschrift unter einen Initiativtext setzen, 1848 brauchte es dafür 10%). Dabei ist er nur einer – und sicherlich nicht der originellste – von mehreren Vorschlägen, die «direkte Demokratie unserer Zeit anzupassen». Verfeinerungen der Volksrechte – wie die Einführung der gleichzeitigen Abstimmung über verschiedene Volksinitiativen zum selben Gegenstand oder der Abstimmung über zwei alternative Referendumstexte – verdienen mindestens dieselbe Beachtung.

Die Reformvorschläge im Bereich der Justiz sind für den Nichtexperten am schwersten einzuschätzen. Aber auch hier gilt die Feststellung, dass die geltenden Bestimmungen nicht auf den Kopf gestellt, sondern vorsichtig und zurückhaltend Feineinstellungen vorgenommen wurden, die nicht über das schweizerische Rechtsverhältnis



**Nationalrat**  
**Toni Brunner**  
**SVP, Ebnat-Kappel**

(21-jährig, jüngster je gewählter Nationalrat)

«Es besteht die Gefahr einer Übersättigung. Neu erfinden müssen wir die Bundesverfassung nicht mehr. Wichtig ist, dass die neue Verfassung Wesentliches aufgreift und auf Unnötiges verzichtet. Sicher wäre darin aber die Garantie für unsere Neutralität, Eigenständigkeit und Freiheit, für die Erhaltung unserer Demokratie und für den Schutz gegen den Missbrauch unserer Volksrechte etwas vom wichtigsten, denn die Verwesentlichung der Volksrechte ist auch ein Abbau der Volksrechte.» kl

hinausgehen. Genau wie bei den Volksrechten geht es hier letztlich darum, die Handlungsfähigkeit und Glaubwürdigkeit unseres Staates zu erhöhen.

### Verfassungsreformen müssen erdauert werden

Als die Regierung 1967 alt Bundesrat Wahlen beauftragte, Ideen und Vorschläge für eine Totalrevision zu sammeln, dachte noch niemand ans näch-

### Die Justizreform zielt auf drei wesentliche Änderungen:

- Sicherstellung der Funktionsfähigkeit und der Qualität der Rechtssprechung des Bundesgerichts: Die chronische Überlastung des obersten Gerichts in der Schweiz kann einerseits durch den Ausbau der richterlichen Vorinstanzen und andererseits durch gewisse Zulassungsbeschränkungen zum Bundesgericht bei gleichzeitiger Einführung der Rechtsweggarantie erreicht werden.
- Gezielte Besserstellung des Bundesgerichts, allerdings nur im Rahmen des schweizerischen Rechtsverständnisses: Mit der Ausweitung der Verfassungsgerichtsbarkeit soll das Bundesgericht unter anderem die Möglichkeit erhalten, Bundesgesetze und allgemeinverbindliche Bundesbeschlüsse – in konkreten Anwendungsfällen – auf ihre Verfassungsmässigkeit zu prüfen und allenfalls ihre Anwendung zu versagen.
- Vereinheitlichung der Strafprozess- resp. Harmonisierung der Zivilprozessordnung der Kantone: Durch ersteres wird die interkantonale Strafverfolgung und Prozessführung erleichtert; ein Gebot der Zeit insbesondere angesichts der zunehmenden Bedeutung des organisierten Verbrechens.

## Eine «neue» Bundesverfassung?

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Was meinen Sie zur «neuen» Bundesverfassung? Ist sie in dieser Form nötig?

Oder sind wir heute nicht mehr fähig, eine Totalrevision zu schaffen?

Was sollte Ihrer Meinung nach zusätzlich in die Bundesverfassung?

Ist der Weg einer «Volksdiskussion» sinnvoll? Besteht im breiten Volk überhaupt Interesse an der Bundesverfassung?

Bitte schreiben Sie uns. Ihr Brief sollte bis am 15. Januar 1996 bei uns eintreffen und nicht mehr als eine A4-Seite umfassen.

Jeder veröffentlichte Brief wird mit 20 Franken honoriert.

Die Redaktion behält sich die Kürzung von Briefen vor.

Senden Sie Ihre Briefe an:

Zeitlupe,  
Leserumfrage,  
Postfach 642,  
8027 Zürich

Wenn Sie, liebe Leserin, lieber Leser, Fragen zur Verfassungsreform haben, können Sie auch diese an uns senden. Die interessantesten Fragen werden von Dr. Bernhard Ehrenzeller, persönlicher Mitarbeiter von Bundesrat Arnold Koller, beantwortet und in einer der nächsten Ausgaben der Zeitlupe veröffentlicht.

ste Jahrtausend. Jetzt steht es vor der Tür. Die Beispiele aus anderen europäischen Ländern zeigen es: Verfassungsreformen müssen erdauert werden.

Zusammenstellung:  
Franz Kilchherr

Der Verfassungsentwurf, eine Broschüre, ein Erläuterungsband (300 Seiten) und weitere Unterlagen (zum Beispiel Referate von Bundesrat Koller) können kostenlos bestellt werden. Eine an sich selber adressierte Etikette schicken an:

Eidgenössische Drucksachen- und Materialzentrale, 3000 Bern.  
Bestellungen: Tel. 031/322 39 08  
oder Fax 031/992 00 23

Institutionen oder Gruppen, die zum Thema Verfassungsreform Veranstaltungen organisieren möchten, erhalten Beratung und zusätzliches Informationsmaterial bei:

Infostelle Reform Bundesverfassung,  
Telefon 031/324 12 87 (9 bis 12 und 14 bis 17 Uhr), Fax 031/322 42 75

**PICS** Hörcomputer-  
Weltneuheit



by **PHONAK**  
Zum erstmaligen  
echten Stereo-  
phonie



Erleben Sie neue  
Welten des Hörens

Vertragslieferant  
der IV / AHV / SUVA / EMV

**Madeleine Blum-Rihs**

Seit 1947 Fachgeschäft für Hörberatung

Talacker 35, 8001 Zürich  
Telefon 01/211 33 35  
Haus Bernina-Nähmaschinen, 2. Stock

Gratis-Hörtest  Unterlagen

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Atem- und Bewegungsschule  
Alice Portner, dipl. Atempädagogin

## Gesundheit Lebenskraft



durch rhythmisch-therapeutische Übungen:  
- Kräftigung der inneren und äusseren Muskulatur  
- Pflege der Statik (Wirbelsäule, Gelenke)  
- Verbesserung der Herz- und Lungentätigkeit  
und des vegetativen Nervensystems  
- Verhinderung von Fehlathmung (Asthma,  
Emphysem)  
- Förderung des Kreislaufs und Stoffwechsels  
zur Prophylaxe und Linderung bei Arthrose und  
Rheuma

Hotelpreise auf Anfrage. Auskunft und Prospekte:  
Frau Alice Portner, Zofingerstrasse 40,  
4805 Brittnau, Tel. 062/751 32 76, oder  
Sr. Bethli, Tel. 062/296 43 12, Tel. 062/723 30 06.

**Montana, Kurhaus Bella-Lui**

20. bis 27. Januar, 27. Januar bis 3. Februar,  
24. bis 31. August, 31. August bis 7. September

**Glion sur Montreux  
Hotel Righi Vaudois**

4. bis 13. April, Ostern

**Zurzach, Hotel Zurzacher Hof**

20. bis 27. April, 27. April bis 4. Mai,  
19. bis 26. Okt., 26. Okt. bis 2. Nov., 2. bis 9. Nov.

**Flims, Hotel des Alpes**

15. bis 22. Juni, 22. bis 29. Juni, 29. Juni bis 6. Juli,  
21. bis 28. Sept., 28. Sept. bis 3. Okt.

... und dazu Ferienfreuden in angenehmer  
Ambiance.

**Kurstätigkeit in kleinen Gruppen aller Alters-  
stufen beider Geschlechter**

## Unfallverhütung in der Hauskrankenpflege, für Spital- und Heim-Patienten

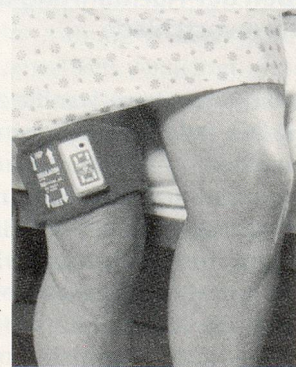
AMBULARM schützt den bettlägerigen Patienten vor einem Fall aus dem Bett. Sobald sich der bettlägerige Patient in einem unbeaufsichtigten Moment aus dem Bett schaffen will, ertönt ein hörbarer Piepston; dieser bringt den Patienten und allfällige Mitpatienten zum Erwachen. So können Gefahren oder Wünsche frühzeitig erkannt und es kann für Hilfe gesorgt werden.

**Vorbeugen ist besser als heilen!**

Preis: Fr. 255.-

Apothekenzur Taube  
H. Holzgang, Küssnacht a. R.  
Tel. 041/81 10 45, Fax 041/81 54 94

## AMBULARM



Sobald sich  
AMBULARM in nahezu  
vertikaler Lage befindet  
- zum Beispiel beim  
Gehen, Kriechen oder  
Knien -, löst ein ent-  
sprechender Sensor ein  
Alarmgeräusch aus.