Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 83 (2005)
Heft: 1-2

Artikel: Alte Rolle - neue Regeln
Autor: Vollenwyder, Usch
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-721206

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: 09.07.2025

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

Alte Rolle – neue Regeln

Grosseltern sind Kumpel, Ratgeber, Erzieher und wunderbare Geschichtenerzähler. Doch ihr Engagement ist nicht selbstverständlich. Es muss in jeder Familie neu ausgehandelt werden.

VON USCH VOLLENWYDER
MIT BILDERN VON HEINER H. SCHMITT

Liebs, liebs Büseli ...» Franziska Haldemanns Stimme schmeichelt, sanfte Handbewegungen imitieren Streichelbewegungen, sie lacht. Dann ändert sich ihr Ausdruck: «Bösi, bösi Chatz ...» Sie runzelt die Stirn, ihr Lächeln verschwindet, die linke Hand teilt Klapse in die Luft aus. Sie wiederholt den alten Kinderreim: «Liebs, liebs Büseli; bösi, bösi Chatz.» Einmal, zehnmal, immer wieder.

Auf ihren Knien sitzt ihr Enkel, der sieben Monate alte Leo. Aufmerksam beobachtet er das Gesicht seiner Grossmutter, folgt mit den Augen ihren Handbewegungen, lacht beim «lieben, lieben Kätzlein» und wird still bei der «bösen, bösen Katze». Er wird nicht müde, der Stimme seiner Grossmutter zu lauschen, einmal, zehnmal, immer wieder.

Es ist Grosselterntag. Franziska und Eduard Haldemann verbringen ihn zu Hause bei ihrer Tochter Sandra, damit ihr einziger Enkel in seiner vertrauten Umgebung bleiben kann. Eduard Haldemann kriecht mit ihm über den Boden, Franziska spielt Flöte. Leo turnt auf dem Bauch seines Grossvaters herum, Franziska singt Kinderlieder. Beide machen mit dem Kleinen im Kinderwagen lange Spaziergänge der Aare entlang, füttern ihm mit Hingabe den Karottenbrei, wechseln geduldig die Windeln, wachen über seinen Schlaf und können nur immer wieder über das kleine Wesen staunen, das ihr Leben dermassen verändert hat.

Franziska und Eduard Haldemann haben sich – unabhängig von der Geburt ihres Enkels – freiwillig frühzeitig pensionieren lassen. Sie sind dankbar, dass ihnen als ehemaligen Lehrern diese Möglichkeit offen stand. Ihr Schwiegersohn Carlo Largiadèr arbeitet zu hundert Prozent, ihre einzige Tochter Sandra an vier Tagen in der Woche. Eduard Haldemann hat sich verpflichtet, während Leos erstem Lebensjahr an drei Tagen in der Woche dessen Betreuung zu übernehmen. Mindestens einen Tag hilft ihm dabei seine

Grosselterntag: Grossmutter Franziska Haldemann wechselt Enkel Leos Windeln – wie einst jene von Tochter Sandra.

Frau Franziska, an den anderen beiden schaut sie zumeist für einen Spaziergang bei Mann und Enkel vorbei. Nur eine Viertelstunde wohnen die Grosseltern von der grossen Stadtwohnung der jungen Familie entfernt. Dort traf die Zeitlupe sie und die junge Mutter zum Gespräch.

Sandra Haldemann (34): Für Leos Betreuung hoffte ich auf meine Eltern; ich dachte auch an eine Kindertagesstätte. Ich war erleichtert, als Vater fand, ein so kleines Kind gehöre noch nicht dorthin.

Eduard Haldemann (61): Nach meiner vorzeitigen Pensionierung vor einem Jahr unternahmen wir eine lange Reise nach Neuseeland. Ich erinnere mich genau an den Augenblick, als mir auf einer Wanderung plötzlich bewusst wurde: Ich möchte nicht, dass unser Grosskind bereits in seinem ersten Lebensjahr zu lange in eine Krippe geht.

Sandra Haldemann: Leo steht bei meinen Eltern im Mittelpunkt. Bei ihnen ist er gut aufgehoben. In der Kindertagesstätte kann er sich bereits jetzt während eines Tages in der Woche integrieren. Schon nächstes Jahr wird er nur noch an zwei Tagen bei meinen Eltern und entsprechend länger in der Krippe sein.

Franziska Haldemann (59): Ich wollte mich zunächst nicht in Leos Betreuung einbinden lassen. Seit meiner Pensionierung geniesse ich meine Freiräume, meine Musik, die Arbeit auf einem Bio-Bauernhof am Bielersee. Vor allem aber hatte ich Angst, dass ich wieder eingeengt würde. Zu lange hatte ich darunter gelitten, mein Kind, meine privaten und beruflichen Verpflichtungen und meine eigenen Bedürfnisse unter einen Hut bringen zu müssen.

Eduard Haldemann: Ich wollte mir immer einmal viel Zeit für mein Enkelkind nehmen. Ich gehöre noch zu der Generation Männer, die mit den Grosskindern nachholt, was sie mit den eigenen Söhnen und Töchtern verpasst hat.

Franziska Haldemann: Ich musste tatsächlich für mich zuerst die Frage klären: Will ich mich überhaupt bei Leos Betreuung engagieren? Kann ich mich genügend abgrenzen? Bei diesem kleinen Geschöpflein fällt mir das schwerer als bei meinem Mann oder meiner Tochter.

Für Fachleute sind solche Fragen zu Beginn der Grosselternschaft wichtig: «Heu-

Zweite Chance: Grossvater Eduard Haldemann holt beim Enkelbetreuen vieles nach.

Volles Vertrauen: Bei seiner Grossmutter ist der kleine Enkel gut aufgehoben.

te gibts in einer Familie keine festen Rollen mehr. Rollen und Regeln sind verhandelbar geworden», sagt Rochelle Allebes, Sozialarbeiterin und Familientherapeutin bei der Beratungsstelle Elternnotruf in Zürich. So müsse sich jede Familie mit ihren Erwartungen und Bedürfnissen auseinander setzen und über Ansprüche und Angebote verhandeln. Dabei müssten Grosseltern ihre Position selber definieren und ihre eigene Rolle bestimmen: «Sonst laufen sie Gefahr, dass über sie und ihre Zeit verfügt wird», sagt Rochelle Allebes.

«Müssen» tun Grosseltern gar nichts: Familiengründung ist Sache der Jungen. Zudem sind die Generationen heute weitgehend autonom und kaum noch aufeinander angewiesen. Meist wohnen junge Familien und ihre Eltern an verschiedenen Orten. Die Grosseltern sind in der Regel aktiv, gesund und unabhängig. Finanziell geht es ihnen gut. Oft fällt die Grosselternschaft mit der Pensionierung zusammen. «Da ist es legitim», sagt Rochelle Allebes, «wenn das Paar Freizeit und Freiräume geniessen will und auf neue Verpflichtungen verzichtet.» Die Fachfrau weiss aus ihrer Beratungstätigkeit aber auch von Grosseltern, die als Betreuungspersonen ungeeignet sind, Enkel sogar misshandeln und eine grosse Belastung für die jungen Familien sein können.

Trotz veränderter Lebensweisen sind regelmässige Kontakte zwischen Grosseltern und Enkeln die Regel. Abnehmende Solidarität zwischen den Generationen

HIER GIBTS BERATUNG UND HILFE

Der Elternnotruf ist eine Beratungsstelle für Eltern, Grosseltern und weitere Bezugspersonen bei den verschiedensten Erziehungsproblemen, bei Überforderung und Kindesmisshandlung. Der Verein ist auf Spenden angewiesen. Bei Fragen von Grosseltern ist die Sozialarbeiterin und Familientherapeutin Rochelle Allebes die kompetente Ansprechperson. Weinbergstrasse 135, 8006 Zürich, Telefon 044 261 88 66, Fax 044 261 89 03, Mail 24h@elternnotruf.ch, Internet www.elternnotruf.ch

Vielerorts gibt es spezielle Grosselternkurse. Erkundigen Sie sich bei Ihrer Pro-Senectute-Stelle. Die entsprechenden Adressen finden Sie vorne in diesem Heft.

ist nicht zu beobachten (siehe das nebenstehende Interview mit dem Soziologen und Altersforscher François Höpflinger). Rund sechzig Prozent aller Grosseltern hüten regelmässig oder hin und wieder die Enkel. Auch junge Eltern bevorzugen die familieninterne Betreuung ihrer Kinder weit vor der fachlichen in einer Kindertagesstätte. Enorm ist die finanzielle Leistung, die Grosseltern dabei erbringen: Laut François Höpflinger beläuft sie sich auf rund zwei Milliarden Franken.

Soll ein solches Arrangement gelingen, muss es überlegt und geregelt werden. Für Rochelle Allebes sind offene Gespräche dafür die beste Voraussetzung. Vor allem, wo Grosseltern die jungen Familien finanziell unterstützen oder ihnen einen Erbvorbezug gewähren, seien oft unausgesprochene Erwartungen vorhanden. In ihrer Beratungstätigkeit erfährt die Fachfrau immer wieder, wie ungeklärte Verstrickungen und Abhängigkeiten zu unterschwelligen Konflikten führen. Sie rät, Ängste und Erwartungen – auch finanzielle – auf den Tisch zu legen und klare Absprachen zu treffen. Ein Vorgehen, das Familie Haldemann aus eigener Erfahrung als wichtig erachtet.

Sandra Haldemann: Ich erwarte von meinen Eltern, dass sie ganz klar sagen, wenn ihnen die Arbeit zu viel wird. Sie sollen nicht das Gefühl haben: Jetzt ist Sandra im Druck, eigentlich wäre es doch nett, wenn wir morgen noch ein bisschen länger bleiben würden …

Franziska Haldemann: Dabei ist es für uns so schön, hier zu sein, dass eine halbe Stunde mehr oder weniger nicht zählt. Aber Klarheit hilft. Bei festen Abmachungen weiss ich, worauf ich mich einlasse.

Sandra Haldemann: Auch bei festen Abmachungen muss immer wieder Bilanz gezogen werden. Trotzdem muss man aufpassen, dass man nicht aus gegenseitiger Rücksichtnahme und Erwartung Dinge verspricht, die man längerfristig nicht halten kann. Ich möchte einmal nicht zu meinen Eltern schauen müssen, nur aus dem Gefühl heraus, sie hätten mir mit Leo so viel geholfen.

Franziska Haldemann: Wichtig ist doch, dass solche Ängste und Fragen auf den Tisch gelegt werden. Dann kann man daraus die nötigen Schlüsse ziehen.

Eduard Haldemann: Wir müssen auch ganz konkrete Dinge absprechen, später

«Die Generationenbeziehungen verstärken sich»

BILD: PAOLO FOSCHINI

Soziologe und Gerontologe François Höpflinger arbeitet an einer Studie über Grosseltern-Enkel-Beziehungen. Er zeigt, dass die Solidarität zwischen den Generationen funktioniert.

«Kinder brauchen Grosseltern» ist ein oft gehörtes Wort. Ist das so? Für viele Kinder sind die Grosseltern neben den Eltern die wichtigsten Angehörigen einer älteren Generation. Kinder mit guten Beziehungen zu Grosseltern scheinen ein positiveres Altersbild zu entwickeln. Während der Kleinkindphase sind die Grosseltern zudem bedeutsame Betreuungspersonen, später können sie Ablösungsprozesse vom Elternhaus erleichtern. Speziell in familiären Krisensituationen – Scheidungen, Familienkonflikten, Krankheiten – sind die Grosseltern eine wertvolle zusätzliche Hilfe.

«Enkelkinder fordern uns heraus» heisst ein Buch. In welcher Beziehung? Die Herausforderung für Grosseltern liegt darin, ein gutes Verständnis zur jüngsten Generation aufzubauen. Gleichzeitig müssen sie akzeptieren, dass Kinder heute anders leben und erzogen werden, als dies während ihrer eigenen Elternschaft der Fall war. Das erfordert viel Toleranz.

Wo liegen Stolpersteine? Wenn die eigene Kindheit, aber auch die eigene Elternschaft noch nicht verarbeitet ist. Studien zeigen, dass ältere Menschen mit unbewältigten Kindheits- und Jugendproblemen ihr Alter schlechter meistern und mehr Mühe mit jungen Menschen haben.

Sie arbeiten an einer Studie, welche die Beziehung zwischen Grosseltern und Enkeln untersucht. In der Nationalfondsstudie werden Enkelkinder zwischen zwölf und sechzehn Jahren und ihre Grosseltern über ihre Beziehung befragt. So können wir untersuchen, wie weit beide Generationen diese Beziehung gleich oder möglicherweise anders wahrnehmen. Die Erhebung wird in Genf, in der Region Zürich und im Zentralwallis durchgeführt.

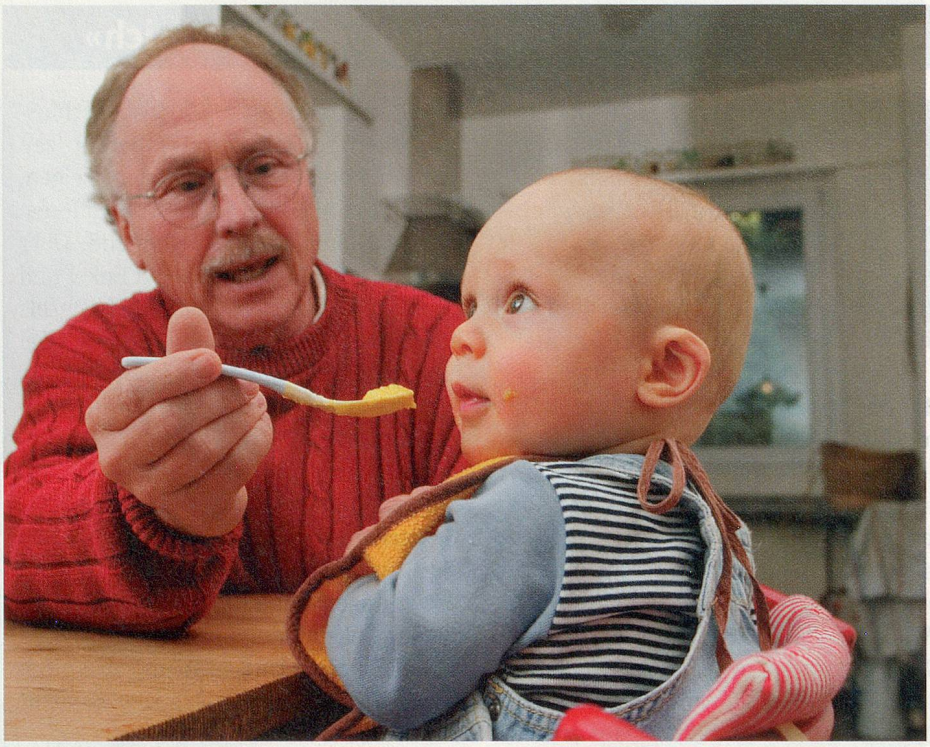
Die Studie wird Ende 2005 abgeschlossen. Welche wichtigsten Tendenzen zeigen sich bereits? Erste Ergebnisse zeigen, dass fast zwei Drittel beider Generationen mit den Kontakten zufrieden sind. Über neunzig Prozent der befragten Enkel und Grosseltern erachten ihre Beziehung als eher wichtig bis sehr wichtig. Laut zwei Dritteln der befragten Grosseltern hat die Pubertät des Enkelkindes nicht zu weniger Kontakten als früher geführt.

Gibt es Überraschungen? Es scheint, dass Grosseltern gegenüber der eigenen Rolle als Grossmutter oder Grossvater höhere Erwartungen haben als die heranwachsenden Enkelkinder. Grosseltern erachten etwa finanzielle Unterstützung im Notfall deutlich häufiger als wichtiges Element der Grosselternschaft als ihre Enkel.

Und wo setzen die Enkel Prioritäten? Die zeitliche Verfügbarkeit der Grosseltern wird von den Enkeln in einer von Hektik und Zeitknappheit geprägten Gesellschaft sehr hoch gewertet. Das Wunschbild vieler Enkelkinder von Grossmutter und Grossvater scheint traditioneller zu sein, als es dem neuen Bild von aktiven, dynamischen Grosseltern entspricht.

Wie lässt sich eine gute Beziehung zu den Enkeln aufbauen? Der Kontakt ist am engsten, wenn die Grosseltern in der Nähe leben. Auch zeigt sich, dass bei grösserer geographischer Distanz neue Kommunikationsformen – etwa E-Mail und SMS – wichtiger werden. Gute Beziehungen werden verstärkt, wenn sowohl Enkelkinder als auch Grosseltern Kontakte aktiv arrangieren und nicht auf Feiertage warten.

Wie sehen Sie die Zukunft der Grosseltern-Enkel-Beziehungen? In den letzten Jahrzehnten haben sie sich eher verstärkt und intensiviert, denn gesunde, sozial und wirtschaftlich abgesicherte ältere Menschen können sich besser mit heranwachsenden Generationen aktiv und positiv auseinander setzen. Zukünftig wird es aber mehr ältere Menschen geben, die kinder- und enkellos sind. Eine Herausforderung dürfte es sein, neue Formen von Wahlgrosselternschaft zu entwickeln.



Volle Konzentration: Drei Tage in der Woche ist der Grossvater für den Enkel da.

WICHTIGE TIPPS FÜR GROSSELTERN

➤ Überlegen Sie sich im Voraus, wieweit Sie sich in die Enkelbetreuung einlassen wollen. Wagen Sie auch, Nein zu sagen, und halten Sie den psychischen Druck aus, der dabei entstehen kann.

➤ Wenn Sie der jungen Familie helfen wollen: Formulieren Sie Ihr Angebot. Denken Sie daran, dass Sie damit eine Verpflichtung eingehen.

➤ Regeln Sie rechtzeitig alle organisatorischen Fragen: Wo soll das Kind betreut werden? Wann? Wie lange? Wird Ihre Aufgabe finanziell abgegolten, weil Sie zum Beispiel Ihr Arbeitspensum reduziert haben?

➤ Treffen Sie Absprachen: Wie lange darf das Kind fernsehen? Wie viele Süssigkeiten bekommt es? Wie lange darf es abends aufbleiben? Treffen Sie sich hin und wieder zu einem Familienrat.

➤ Wenn Sie die junge Familie finanziell unterstützen: Sprechen Sie eventuelle Erwartungen aus, die Sie damit verbinden. Seien Sie transparent auch gegenüber Ihren anderen Söhnen und Töchtern.

➤ Besprechen Sie Unklarheiten, bevor Konflikte entstehen.

➤ Auch wenn Ihnen ein Enkelkind besonders lieb ist: Bevorzugen Sie keines von ihnen. Das kann unter Ihren erwachsenen Söhnen und Töchtern wieder alte Konflikte auslösen.

➤ Verwöhnen gehört zur Rolle der Grosseltern. Übertreiben Sie nicht. Besprechen Sie grössere Anschaffungen und Geschenke mit den Eltern.

➤ Mischen Sie sich nicht in die Erziehung ein. Fragen Sie nach, wenn Ihnen das Verhalten Ihrer Söhne und Töchter unverständlich scheint. Vergleichen Sie nicht ständig mit früher.

➤ Greifen Sie ein, wo Sie schwerwiegende Probleme vermuten (beispielsweise Misshandlungen oder Übergriffe). Holen Sie Hilfe bei Fachstellen (zum Beispiel beim Elternnotruf Zürich, siehe Adresse im Kästchen Seite 8).

➤ Kritisieren Sie im Konfliktfall und bei einer Scheidung nie die Eltern, ergreifen Sie nicht Partei. Bleiben Sie für die Enkel beständige Ansprechpartner.

➤ Treten Sie nicht in Konkurrenz zum anderen Grosselternpaar. Bauen Sie ein gutes Verhältnis auf.

➤ Akzeptieren Sie es, wenn eine junge Familie sich abgrenzen will. Und wenn Ihnen die Kinder den Kontakt zum Enkelkind verweigern und Ihre Versöhnungsversuche scheitern: Bereichern Sie ihr Leben mit Alternativen, zum Beispiel als Leih- oder Tagesgrosseltern.

noch mehr als jetzt: Wenns vielleicht darum geht, wie viele Glacen der Kleine bekommt... Wir möchten uns ja nicht zu stark in Leos Erziehung einmischen.

Sandra Haldemann: Wir empfinden es nicht als Einmischung, wenn ihr mit Leo anders umgeht als wir. Verschiedene Lebensweisen schaden nicht. Leo wird auch in der Kindertagesstätte und in der Schule andere Regeln kennen lernen. Einem Kind tut es gut, wenn es verschiedenen Leuten mit unterschiedlichen Grenzen und anderen positiven und negativen Seiten begegnet. Und da mir mein Beruf wichtig ist und ich ihn nicht aufgeben möchte, bin ich bereit, die Konsequenzen zu tragen und Kompromisse einzugehen.

Eduard Haldemann: Ich finde das ohnehin ein mögliches gesellschaftliches Modell: Die Jungen bleiben im Berufsleben integriert, wir Älteren beteiligen uns an der Kinderbetreuung. Der enge Kontakt zum Enkel ist eine Bereicherung und ein gegenseitiges Geschenk. Ich geniesse es.

Auch Rochelle Allebes findet, dass die Mithilfe der Grosseltern bei der Kinderbetreuung für alle Beteiligten ein Gewinn ist: «Grosseltern sind für junge Familien eine grossartige Ressource. Ihre Erfahrung und die gewisse emotionale Distanz sind die besten Voraussetzungen für eine gute Erziehung.» Der deutsche Schriftsteller Erich Kästner schrieb: «Erst bei den Enkeln ist man dann so weit, dass man die Kinder ungefähr verstehen kann.»

Aufgrund der niederen Lebenserwartung war es Grosseltern noch vor wenigen Jahrzehnten meist kaum möglich, ihre Enkel aufwachsen zu sehen. Heute verbringen jedoch die älteren Menschen durchschnittlich einen Drittel ihrer Lebenszeit als Grosseltern. Drei-Generationen-Beziehungen sind zur Regel geworden. Abnehmende Kinderzahlen führen dazu, dass in einer Familie oft mehr Grosseltern als Enkelkinder vorhanden sind, und Kinder haben meist mehr Grosseltern als Geschwister.

Für die Grosselternschaft gibt es keine rechtliche Grundlage. Rochelle Allebes sieht es aber als die Pflicht der Eltern an, dieser besonderen Beziehung einen Rahmen zu geben: «Es ist schlimm, wenn in einem Konfliktfall oder bei einer Scheidung der Kontakt zwischen Grosseltern und Enkeln unterbunden wird.» Funktioniert dieser Kontakt, gibt es in der Be-

Zurück von der Arbeit: Mutter Sandra, Sohn Leo und Grossmutter Franziska.

ziehung zwischen Kindern, Eltern und Grosseltern nur Gewinner.

Auch wenn es die Idylle des Pfeife schmauchenden Ättis auf dem Feierabendbänkli und das strickende Müeti mit Brille und weissem Haarknoten kaum noch gibt, werden Grosseltern noch die gleichen Eigenschaften zugesprochen: Sie verfügen über Zeit und Geduld, vermitteln Ruhe und Konstanz, ihre Welt ist voller Geheimnisse und sie sind wunderbare Geschichtenerzähler: Indem sie von früher erzählen, sind sie Brückenbauer zwischen den Generationen und die Verbindung zu den Wurzeln der Familie.

Diese Aufgaben möchten denn auch Eduard und Franziska Haldemann wahrnehmen. Schon vor Leos Geburt konnte sich Eduard Haldemann kaum etwas Schöneres vorstellen, als mit einem Enkelkind die Welt zu entdecken und ihm die Geheimnisse des Lebens zu zeigen: «Ich entdecke sie wieder neu mit Leos Augen», sagt er.

Er betrachtet fasziniert die Entwicklung des Kleinen und freut sich bereits darauf, wenn er mit ihm die Tiere im nahen Tierpark entdecken wird. Und auch Franziska Haldemann blickt in die Zukunft: «Ich sehe mich schon, wie ich mit dem kleinen Geschöpflein zu Hause unter dem Kirschbaum sitzen und ihm Bilderbücher und Geschichten von früher erzählen werde.» ■

BÜCHER ZUM THEMA

➤ Gertrud Ennulat, Pädagogin und Grossmutter von vier Enkelkindern, zeigt, welche Rolle Grosseltern und Enkel füreinander spielen und wie Kinder von heute mit den vielfältigen Beziehungen zwischen den Generationen zurechtkommen. Gertrud Ennulat: «Enkelkinder fordern uns heraus». Wie die Beziehungen zwischen Kindern, Eltern und Grosseltern gelingen können. Klett-Cotta-Verlag, Stuttgart 2004, 167 Seiten, CHF 23.–.

➤ «Grosseltern sind Eltern, denen der liebe Gott eine zweite Chance gegeben hat», sagt ein holländisches Sprichwort. Der schmale Band mit Fotos und Sprüchen, mit Texten zum Lächeln und Nachdenken zeigt auf, was es heisst, Enkelkindern Zeit und Zuneigung zu schenken. Reinhard Abeln: Enkel machen wieder jung. Butzon & Bercker-Verlag, Kevelaer 2004, 41 Seiten, CHF 16.50.

➤ Ein praktischer Ratgeber für Grosseltern ist «Das Glück einer besonderen Beziehung». Es beschreibt die Situation der Grosseltern, gibt einen Überblick über die kindliche Entwicklung heute, geht auf Erziehungsfragen ein und enthält auch Kinderreime und alte Lieder. Helga Gürtler: «Das Glück einer besonderen Beziehung». Grosseltern und ihre Enkelkinder. Herder-Verlag, Freiburg i.B. 2004, 238 Seiten, CHF 18.10. Bestelltalon auf Seite 64.

INSERAT

Rehabilitationsklinik
CH-6083 Hasliberg

Ärztliche Leitung: Dr. med. Eduard Hefti
Facharzt FMH für Innere Medizin,
Facharzt FMH physikalische Medizin
und Rehabilitation

Tel. 033 972 55 55
Fax 033 972 55 56

www.haslibergerhof.ch
E-Mail: info@haslibergerhof.ch

Rehabilitation über dem Alltag über dem Durchschnitt

Postoperative Rehabilitation nach Hüft-, Knie- und Schultergelenks- und Rückenoperationen

Herzrehabilitation

- Wassergymnastiken und Aquafit
- Gruppengymnastiken
- Walking oder Schneeschuhlaufen je nach Saison
- Entspannungstechniken
- Terraintraining und begleitete Spaziergänge
- Gesundheitstraining und Vorträge
- Einmalige Lage
- Betreuung durch Fachärzte
- Physiotherapie
- Fitnessraum
- Hallenschwimmbad
- Therapiebad
- Diätlernküche

Senden Sie uns bitte weitere Unterlagen

Name

Vorname

Adresse

PLZ/Ort