Zeitschrift: Zentralblatt des Schweizerischen Gemeinnützigen Frauenvereins = Organe centrale de la Société d'utilité publique des femmes suisses

Herausgeber: Schweizerischer Gemeinnütziger Frauenverein

Band: 67 (1979)

Heft: 10

Heft

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

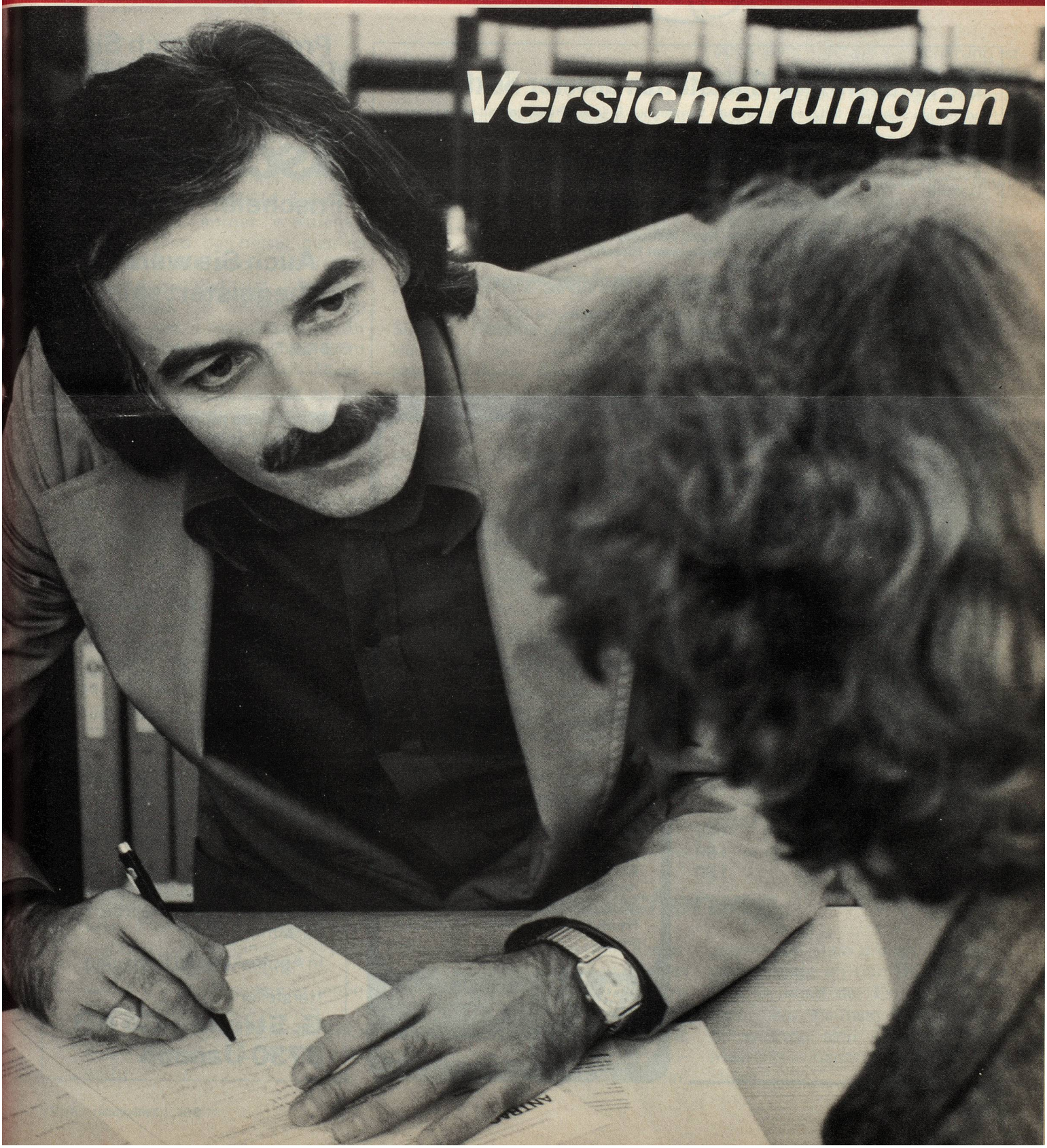
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

SGF Zentralblatt

des Schweizerischen Gemeinnützigen Frauenvereins
Organe central de la Société d'utilité publique des femmes suisses

Nr. 10, Oktober 1979
67. Jahrgang

6433



Ihre Hotels in Zürich

alkoholfrei, freundliche Atmosphäre

Nähe Hauptbahnhof

Seidenhof, Sihlstrasse 7/9
8021 Zürich, Telefon 01 211 65 44

Rütli, Zähringerstrasse 43
8001 Zürich, Telefon 01 32 54 26

Höhenlage

Zürichberg, Orellistrasse 21
8044 Zürich, Telefon 01 34 38 48

Rigiblick, Germaniastrasse 99
8044 Zürich, Telefon 01 26 42 14

Zürcher Frauenverein für alkoholfreie Wirtschaften

Probieren auch Sie unsere einheimischen

Bschüssig

Frischeier-Teigwaren

Auch Sie werden begeistert sein.

GEBR. WEILENMANN AG, WINTERTHUR

Die alkoholfreien Gaststätten unserer Sektionen

empfehlen sich allen Mitgliedern für gute Verpflegung in jeder Preislage und gute Unterkunft

HERZOGENBUCHSEE:	**Alkoholfr. Hotel-Restaurant Kreuz,** Kirchgasse 1, Tel. 063 61 10 18
LUZERN:	**Alkoholfr. Hotel-Rest. Krone,** Weinmarkt 12, Tel. 041 22 00 45
	Alkoholfr. Hotel-Rest. Waldstätterhof, Zentralstr. 4, Tel. 041 22 91 66
ROMANSHORN:	**Alkoholfr. Hotel-Rest. Schloss,** Tel. 071 63 10 27
SOLOTHURN:	**Alkoholfr. Café-Restaurant Hirschen,** Hauptgasse 5, Tel. 065 22 28 64
STEFFISBURG:	**Alkoholfr. Hotel zur Post,** Höchhausweg 4, Tel. 033 37 56 16
THUN Sommerbetriebe:	**Alkoholfr. Restaurant Schloss Schadau,** Tel. 033 22 25 00
	Alkoholfr. Strandbad-Restaurant, Tel. 033 36 85 95

Inhaltsverzeichnis

Versicherungen	139
Herbstliche Gerichte aus dem Römertopf	144
Die indonesische Frau – ein Profil im Wandel der Zeit	146
Zwiesprache mit Tobias	147
Alkohol- und Tabakkonsum bei Schülern	149
Für Sie notiert	150
Bücher	150

Ihr Partner für biologische Landwirtschaft

Frisches Vollmehl

die unentbehrliche Grundlage für Ihre Gesundheit. Mahlen Sie Ihr Mehl mit der *Elsässer Getreidemühle* mit echten Mahlsteinen selber, oder bestellen Sie es frisch gemahlen bei uns.

Konfitüre mit wenig Zucker

mit Unigel (ein Apfelpektin). Reduzieren Sie den Zuckeranteil nach Ihrem Geschmack (auch zuckerlos möglich). Verlangen Sie Unigel in Ihrem Reformhaus oder in Ihrer Drogerie.

Kurse mit Vollkorn

Backen und Kochen; Güetzi; Lebküchen. Natürliche Konservierungsmethoden. Biologisch Gärtnern.

Verlangen Sie Prospekte auch über Haushalt- und Gartengeräte (Häcksler).

4936 KLEINDIETWIL
Tel. 063/56 20 10

BIOFARM

Man muss nicht warten, bis es zu spät ist.

Jetzt ist die beste Gelegenheit, sich wieder startbereit zu machen.

Ein Helmel Atem-, Lebens- und Gesundheitskurs
im Hotel Kastanienbaum bei Luzern hilft Ihnen, sich wieder ins rechte Lot zu bringen. Der 72. Kurs beginnt wieder am

24. September bis 6. Oktober 1979

Anmeldung bei Hr. Ernst Roth, Udligenswilerstr. 3, 6043 Adligenswil, Tel. 041 31 39 10 (oder beim Präsidenten: Hs. Schneeberger, Obere Dattenbergstr. 11, 6005 Luzern, Tel. 041 41 79 95).

MIKUTAN-Salbe

gegen Ekzeme und entzündete Haut, für die Säuglings- und Kinderpflege. Preis der Packung Fr. 4.20

In Apotheken und Drogerien

Hersteller:

G. Streuli + Co AG
8730 Uznach

Versicherungen Kennen Sie sich aus?

Bezahle ich nicht viel zuviel Krankenkassenprämien? Braucht Stefan wirklich noch eine Unfallversicherung dazu? Was ist eine Haftpflichtversicherung? Solche und ähnliche Fragen beschäftigen jeden erwachsenen Menschen von Zeit zu Zeit. Wir alle sind versichert, aber versichert sein allein genügt nicht, selbst hohe Prämienbelastungen bieten keinerlei Gewähr dafür, dass das, was im Notfall an Schutz vorhanden ist, ausreicht, dass nicht am einen Ort doppelt versichert wurde, während am andern Deckungslücken bestehen. Das Versicherungswesen ist heute derart kompliziert und vielfältig, dass es dem Laien oft schwerfällt, sich zurechtzufinden. Wir möchten Ihnen eine Orientierungshilfe an die Hand geben und darüber hinaus zeigen, dass Versicherung nicht gleich Versicherung ist – Sie etwas ahnen lassen von den hundert Varianten, die Ihnen für Ihre individuelle Vorsorge zur Verfügung stehen.

Hausratversicherung

Obwohl nicht in allen Kantonen obligatorisch, gehört die Hausratversicherung dennoch zum eisernen Bestand jedes Versicherungspaketes. Ganz speziell ist darauf zu achten, dass immer wertrichtig versichert wird, das heisst, dass es nicht ausreicht, nach der Heirat einmal den Wert des Mobiliars festzustellen, zu versichern und dann die ganze Angelegenheit für 20 Jahre zu vergessen. Es lohnt sich auf gar keinen Fall, die Versicherungssumme zu niedrig zu bemessen. Die Prämieneinsparung ist gering, und im Schadenfall haftet die Versicherungsgesellschaft nur teilweise, nämlich genau im Verhältnis des versicherten Wertes zum Neuwert der ganzen Wohnungseinrichtung.
Da es sich bei der Hausratversicherung um eine Versicherung zum Neuwert = Wiederbeschaffungswert handelt, darf auch die allgemeine Teuerung nicht ausser acht gelassen werden.

Privathaftpflichtversicherung für Einzelpersonen und Familien
Haftpflicht bedeutet, dass jemand für einen Schaden, den er einem andern zufügt, mit seinem Vermögen einstehen muss. Das tönt relativ harmlos, kann aber schwere, in manchen Fällen katastrophale finanzielle Konsequenzen haben,

- wenn Ihre Tochter an einem zum Gebrauch erhaltenen Fahrrad einen Schaden anrichtet,
- wenn Sie als Fussgänger einen Verkehrsunfall verursachen,
- wenn Ihr Sohn mit Zündhölzern spielt und ein Waldbrand entsteht,
- wenn Sie einen geliehenen Fotoapparat fallen lassen,
- wenn Ihr Hund jemanden anfällt und keine Familienhaftpflicht-Versicherung vorhanden ist!

Also auch hier: die Versicherung ist nicht obligatorisch, aber unbedingt zu empfehlen. Die Jahresprämie liegt für die ganze Familie bei Fr. 80.– – ein sehr bescheidener Betrag für ein Risiko, das vom einzelnen unter Umständen kaum verkraftet werden kann.

Autoversicherungen

Siebzig Prozent aller Schweizer Haushaltungen verfügen heute über ein Auto. Dieses «Familienmitglied» trägt ganz wesentlich zum Dickerwerden des Versicherungsdossiers bei und verschlingt einen beträchtlichen Teil der Prämiengelder.

Motorfahrzeughaftpflichtversicherung
Sie ist in unserem Lande obligatorisch und haftet kausal, das heisst, sie übernimmt die finanziellen Folgen für Schäden, die ich als Autofahrer einem andern zufüge. Das schweizerische Gesetz schreibt eine Versicherungssumme von einer Million Franken vor. Da aber ein Verkehrsunfall unabsehbare finanzielle Folgen haben kann, so zum Beispiel, wenn ein junger Mensch invalid und erwerbsunfähig wird, empfiehlt sich eine unbeschränkte Deckung. Die Prämie ist dabei nur unwesentlich höher.

Die Insassenversicherung
ist eine **Unfallversicherung** für Autoinsassen. Ob dieser Schutz in Ihrem Fall nötig und eine sinnvolle Ergänzung oder Prämienverschwendung ist, kann nur aufgrund Ihres gesamten Versicherungspaketes und Ihrer Situation beurteilt werden.

Teil- und Vollkaskoversicherung
Der Abschluss einer **Teilkaskoversicherung** ist in gewissen Kantonen obligatorisch, aber allen Autobesitzern sehr zu empfehlen.
Aus verständlichen Gründen sehr hoch ist die Prämie für eine **Vollkaskoversicherung,** in der zusätzlich die unfallbedingten Reparaturen des eigenen Wagens nach Kollisionen versichert sind.

Krankenversicherung

Schwere, lang andauernde Krankheiten mit Spitalaufenthalt bringen heute neben Schmerzen und Unannehmlichkeiten rasch auch finanzielle Probleme mit sich. Muss man mit Verdienstausfall und hohen Heilungskosten rechnen, schwinden auch grosse Rücklagen wie Schnee an der Märzensonne. Das ist wohl der Grund, weshalb mehr als neunzig von hundert Schweizern sich – in der Regel freiwillig – gegen Krankheit versichern.

Hausratversicherung
(auch Haushalt- oder Mobiliarversicherung genannt)

Versichert sind:
Feuerschaden
Qualifizierter und einfacher Diebstahl
Wasserschaden
Glasbruch
Hausrat unbedingt versichern. Unterversicherung lohnt sich nicht. Versicherte Summe in regelmässigen Abständen, bei Neuanschaffungen sofort überprüfen.

Privathaftpflichtversicherung
für Einzelpersonen und für Familien

Versichert sind Ansprüche gegen:
– den Versicherungsnehmer,
– seinen Ehegatten,
– im gleichen Haushalt lebende unmündige Personen (Kinder, Hausgenossen) (im gleichen Haushalt lebende **mündige** Kinder und Hausgenossen sind nur gegen Zuschlag mitversichert).

Der Versicherungsschutz umfasst:
Schadenersatzansprüche wegen Gesundheitsschädigung, Verletzung oder Tötung von Personen
Schadenersatzansprüche wegen Zerstörung, Beschädigung oder Verlust fremder Sachen
Haftpflichtversicherung ist notwendig. Bedingungen genau studieren. Nicht jede Gesellschaft bietet das gleiche. Neue Policen gehen im Deckungsumfang weiter. Deckung pro Schadenfall eine, besser zwei Millionen Franken (Prämienunterschied minim!).

Grundversicherung
(Abt. A, Krankenpflege)
Das von den Krankenkassen offerierte Grundpaket (das nur als Ganzes versichert werden kann) stellt das absolute Minimum an Krankenversicherung dar, das jeder, aber wirklich jeder sich leisten sollte. Hier zu sparen wäre am falschen Ort gespart. In der Grundversicherung werden für **ambulante Behandlung** Arzt- und Arzneikosten nach Kassentarif zu 90 Prozent übernommen. Der Selbstbehalt beträgt 10 Prozent, mindestens aber Fr. 30.– Franchise für drei Monate. Bei **Spitalaufenthalt** vergütet die Kasse die Kosten in der allgemeinen Abteilung eines öffentlichen Spitals im Wohnkanton zu 100 Prozent.

Studieren Sie die Bedingungen Ihrer Kasse genau:
– Nicht bei allen Krankenkassen sind die Verpflegungskosten im Spital inbegriffen.
– Arzt-, Arznei- und Spitalkosten übernimmt die Krankenkasse nur im Wohnkanton, ausser auswärtige Behandlung sei aus medizinischen Gründen notwendig.
– Bei Erkrankung im Ausland erhalten Sie von der Krankenkasse den Betrag, den sie Ihnen am Wohnort vergüten würde.
– Falls Sie sich im Spital Ihrer Wahl behandeln lassen möchten, ist es möglich, dass die Kosten dort den Betrag überschreiten, den Sie von der Kasse vergütet erhalten.

In all diesen Fällen gilt es, zusätzliche Wünsche beizeiten separat zu versichern.

Zusatzleistungen
Alle Krankenkassen unterstehen dem Bundesgesetz über die Kranken- und Unfallversicherung (KUVG), das die Mindestleistungen für Arzt und Spital vorschreibt. Vielfältig und verwirrend jedoch ist das Angebot der freiwilligen Zusatzleistungen, die es jedem Kunden ermöglichen, sich seinen ganz besonderen Wünschen entsprechend zu versichern. Je nach Kasse werden Kosten für Zahnarztrechnungen, Vorsorgeuntersuchungen für Frauen, die Hauspflege, Brillen, Schuheinlagen, Transportkosten ins Spital und anderes übernommen.

Die Kosten der Grundversicherung
sind derart unterschiedlich, dass ein Prämienvergleich für die ganze Schweiz unmöglich ist. Je nach Wohnort bezahlt eine vierköpfige Familie für die gleichen Leistungen Fr. 200.– bis Fr. 1900.– pro Jahr! Auch in der gleichen Gemeinde kann der Unterschied noch bis Fr. 700.– pro Jahr betragen. Es lohnt sich also, verschiedene Angebote zu prüfen!

Krankenkasse bei höherem Einkommen
Wenn Sie ein höheres Einkommen haben (wie hoch, bestimmen die Regierungsräte Ihres Wohnkantons!), bietet Ihnen die Grundversicherung keine ausreichende Deckung, denn die Ärzte sind Ihnen gegenüber nicht an den Kassentarif gebunden, sondern können Ihnen als Privatpatient höhere Rechnungen stellen!

Spitalzusatzversicherung
Es ist nicht jedermanns Sache, in der allgemeinen Abteilung eines öffentlichen Spitals zu liegen. Viele möchten sich halbprivat oder privat betten lassen – und das hat seinen Preis!
Der Arzt ist nicht mehr an den Tarif für allgemeine Abteilung gebunden und kann nach Gutdünken Rechnung stellen. Vom Spital werden sämtliche Behandlungskosten separat belastet, Verpflegung und Unterkunft kosten mehr.
Um die höheren Beträge abzudekken, können zur Grundversicherung Zusätze wie **Spitaltaggeld** und **Spitalbehandlung** abgeschlossen werden. Sowohl die offerierten Leistungen wie auch die Kosten für diese Zusätze sind je nach Kasse sehr unterschiedlich, so dass es sich empfiehlt, verschiedene Offerten einzuholen.

Das Krankentaggeld
dient zur teilweisen Deckung des Lohnausfalles oder zusätzlich entstehender Kosten (Haushalthilfe!).

Autoversicherungen

Motorfahrzeughaftpflichtversicherung
Versichert sind gesetzliche Ansprüche gegen Motorfahrzeughalter und Lenker.
Die Versicherung ist obligatorisch und haftet für Schäden, die der Lenker Drittpersonen zufügt.
Unbeschränkte Deckung wählen.

Insassenversicherung
Unfalldeckung für Autoinsassen.

Teilkaskoversicherung
Versichert sind:
Feuerschaden
Elementarschaden (z. B. Erdrutsch, Überschwemmung usw.)
Diebstahlschaden
Schneerutschschaden
Glasschaden
Tierschaden
Vandalenschaden
Hilfeleistungsschaden
Teilkaskoversicherung unbedingt zu empfehlen.

Vollkaskoversicherung
Wie Teilkasko,
dazu Kollisionsschaden am eigenen Wagen.

Es soll dort einsetzen, wo Ihre Lohnzahlung im Krankheitsfall reduziert wird oder ganz aufhört. Sinnvoll ist ein aufgeschobenes Taggeld mit einer genau abgestimmten Wartefrist von 7, 21, 30, 60 oder 90 Tagen. Viel zu hohe Prämien sind für Taggeldversicherungen ohne Wartefrist zu bezahlen. Nötig ist unter Umständen auch eine Krankentaggeldversicherung für die Hausfrau und Mutter, bei der zwar kein Lohn wegfällt, dafür aber in kürzester Zeit grosse Kosten entstehen können, sobald für Haushalt und Kinder eine bezahlte Hilfe engagiert werden muss.

Krankenkasse oder private Krankenversicherung?

Krankenkassen sind vom Bund subventioniert und deshalb in der Lage, Grundversicherungen zu günstigen Bedingungen anzubieten. Die zu bezahlenden Prämien richten sich unter anderem nach dem Einkommen des Versicherten. Krankenkassen kennen einschränkende Vorschriften für die Arzt-, Arznei- und Spitalwahl.

Die Krankenversicherungen der privaten Gesellschaften wenden sich mit ihrem Angebot vor allem an jene Personen, die im Krankheitsfall vom Arzt als Privatpatient behandelt werden und/oder im Spital halbprivat oder privat untergebracht sein möchten. Arzt- und Spitalwahl sind frei. In der ambulanten Behandlung werden für sämtliche Medikamente und ärztlich verordneten Behandlungen **die entstandenen Kosten** vergütet und nicht nach Tarif abgerechnet. Bei Spitalaufenthalt sind **die effektiven Kosten** der Spitalbehandlung und ein der gewünschten Klasse entsprechendes Spitaltaggeld versichert. Die Privatversicherung wird in der Regel mit einem mehr oder weniger grossen Selbstbehalt für die ambulante Behandlung abgeschlossen. Der Versicherte übernimmt damit selbst die kleinen Schäden, soll aber für längere und schwere Krankheiten umfassend und seinen individuellen Bedürfnissen entsprechend geschützt sein.

Versicherung der Kinder

Wenn Sie Familiennachwuchs erwarten, achten Sie darauf, dass der neue Erdenbürger schon vor seiner Ankunft bei Ihrer Krankenkasse angemeldet wird. Geburtskrankheiten sind dann sicher bereits gedeckt.

Es ist wenig sinnvoll, Kinder für halbprivate oder private Abteilung im Spital zu versichern, da die Spitäler eine solche Abteilung in der Regel nicht führen und der Patient meistens viel lieber Gesellschaft hat – auch bei einem Spitalaufenthalt.

Wichtig zur Krankenversicherung

Bei knappem Budget wenigstens die Grundversicherung abschliessen. Verschiedene Städte und Gemeinden kennen Verbilligungsbeiträge für Familien. Auskünfte erteilen die Krankenkassen am Ort.

Grundversicherung ist nicht kostendeckend für Leute, die als Privatpatienten eingestuft sind.

Angebote der verschiedenen Kassen, bei höheren Ansprüchen auch der privaten Krankenversicherungen vergleichen. Grosse Unterschiede bei den offerierten Leistungen und bei den Prämien.

Grosse Risiken versichern, kleine Risiken wenn möglich selber tragen.

Krankenversicherung

Grundversicherung
Bei ambulanter Behandlung: Arzt- und Arzneikosten
Bei Spitalaufenthalt: Arzt-, Arznei- und Spitalkosten in der allgemeinen Abteilung eines öffentlichen Krankenhauses im Wohnkanton

Spitalzusatzversicherungen
Spitaltaggeld und Spitalbehandlungskosten zur Deckung der höheren Arzt-, Arznei-, Operations- und Verpflegungskosten in der halbprivaten oder privaten Abteilung eines öffentlichen oder privaten Spitals

Krankentaggeld
Entschädigung bei Krankheit zur teilweisen Deckung des Lohnausfalls oder zusätzlich entstehender Kosten (Haushalthilfe!)

Unfallversicherung
Heilungskosten: Arzt, Arznei, Spital, Kuren usw., mit oder ohne Selbstbehalt
Spitaltaggeld: wird bei Aufenthalt im Spital ausbezahlt
Taggeld
Invaliditätskapital nach besonderer Skala
Todesfallkapital

Unfallversicherung

Das einzig Allgemeingültige, was sich dazu sagen lässt, ist, dass jedes Familienmitglied gegen Unfall – **einmal** gegen Unfall versichert sein sollte. Viele Leute besitzen nebeneinander die verschiedensten Unfalldeckungen. Aber auch wenn Sie an drei oder vier Orten Prämien für Heilungskosten entrichten, wird im Schadenfall nur einmal bezahlt! Ganz besonders zu beachten ist eine gute Unfalldeckung für die Hausfrau und Mutter, ist sie doch oft bedeutend schlechter versichert als der Ehemann – und das ganz zu Unrecht. Für die Familie können grosse finanzielle Probleme entstehen, sobald eine bezahlte Hilfe engagiert werden muss.

Obligatorische Unfallversicherung für Arbeitnehmer

Für die Mitarbeiter aller der SUVA unterstellten Betriebe ist Unfall obligatorisch versichert. Der Versicherungsschutz erstreckt sich in der Regel auf Betriebs- und Nichtbetriebsunfälle.

Wichtig: Prüfen, ob die zu erwartenden Leistungen den Bedürfnissen entsprechen. Eventuell Zusatzversicherung abschliessen. Bei Aufnahme einer selbständigen Erwerbstätigkeit, bei Pensionierung und eventuell bei Stellenwechsel keine SUVA-Deckung mehr!

Unfallversicherung bei der Krankenkasse

Die meisten Krankenkassen gewähren ihren Mitgliedern bei Unfall die gleichen Leistungen wie bei Krankheit. Das kann genügen, unter Umständen aber auch problematisch sein, wenn Sie fern der Heimat verunglücken und lediglich über die Grundversicherung der Krankenkasse verfügen (siehe Krankenversicherung). Zu beachten gilt ferner, dass es für die Krankenkassen sogenannte **nichtversicherte Unfälle und Unfallfol-**

gen gibt, die von Kasse zu Kasse verschieden umschrieben werden (z.B. Selbstlenken von Autos, Sportunfälle, Zahnschäden). Sollen neben Heilungskosten auch Invaliditäts- und Unfalltod-Leistungen versichert sein, ist ein Zusatz nötig, den Sie bei der Krankenkasse oder aber bei einer privaten Unfallversicherung abschliessen können.
Wichtig: Deckung nur im Rahmen Ihrer Krankenkassenleistungen. Zusätzliche Risiken separat versichern.

Privat-Unfallversicherung
Eine Unfalldeckung nach Mass, abgestimmt auf Ihre persönlichen Verhältnisse und Bedürfnisse, ermöglicht Ihnen die Privat-Unfallversicherung. Es lassen sich versichern: Heilungskosten (Basis Privatpatient!), Lohnausfall, Invalidität und Todesfall. Bei der Privat-Unfall können Sie aber auch Heilungskosten in Ergänzung zu Krankenkasse oder SUVA decken und ein zusätzliches Unfalltaggeld oder zusätzliche Leistungen bei Invalidität einschliessen. Überversicherung allerdings lohnt sich nicht, denn es werden in keinem Fall mehr als hundert Prozent des Lohnes ausbezahlt.
Wichtig: Individuelle, grosszügige, umfassende Deckung möglich für relativ wenig Geld. Bedürfnisse unbedingt im Rahmen des gesamten Versicherungsschutzes prüfen oder durch den Fachmann abklären lassen.

Lebensversicherungen

Die AHV/IV soll als Basis – als 1. Säule – die Existenz bei Alter, Tod oder Invalidität in bescheidenem Rahmen sichern. Im Berufsvorsorgegesetz (BVG) – der jetzt in der parlamentarischen Beratung steckenden 2. Säule – wird für Arbeitnehmer bis zu einem Einkommen von Fr. 37 800.– die Fortsetzung der gewohnten Lebenshaltung vorgesehen.

- Wer mehr verdient,
- wer als Selbständigerwerbender tätig ist,
- wer nicht nur Rentenleistungen, sondern auch einmal ein Kapital ausbezahlt erhalten möchte,
- wer zusätzlich sparen kann und will,
- wer seine Familie von Anfang an sichern will,
- wer mittel- oder langfristig eine sichere Kapitalanlage sucht,
- wer von erbrechtlichen und steuerlichen Vorteilen profitieren will,
- wer nicht seine ganzen Ersparnisse aufs «Büchlein» bringt,
- wer eine zusätzliche Kreditsicherheit braucht,
- wer mehr will, als Staat und Gesetz offerieren, der muss selber etwas tun!

Die Lebensversicherung in all ihren Formen ist auf ideale Weise in der Lage, diesen individuellen Bedürfnissen zu entsprechen. Achtzehn schweizerische und drei französische Gesellschaften werben um die Gunst der Kunden. Das Angebot ist dementsprechend bunt. An wen soll man sich wenden? Der Gedanke, dass unabhängige Berater mit einem umfassenden Überblick über das Angebot verschiedener Gesellschaften zur Verfügung stehen, die Ihnen gratis Ihr Versicherungsportefeuille bearbeiten und Vorschläge unterbreiten, ist eine Illusion. Der Abschluss von Lebensversicherungen ist Vertrauenssache. Suchen Sie deshalb, bis Sie den Fachmann (Vertreter, Inspektor, Experten, Agenten usw.) einer Gesellschaft kennenlernen, dem Sie Ihr volles Vertrauen schenken können; müssen Sie ihm doch, um eine seriöse Beratung zu ermöglichen, Aufschluss geben über Ihre finanzielle Situation und, bei einem Abschluss, über Ihren Gesundheitszustand.
Alle Gesellschaften unterstehen der strengen Aufsicht des Eidg. Versicherungsamtes. Sämtliche Tarife und allgemeinen Versicherungsbedingungen müssen vor der Publikation genehmigt werden. In den Prämien bestehen daher keine grossen Differenzen, da alle Gesellschaften mit den gleichen mathematischen Grundlagen rechnen müssen. Unterschiedlich hingegen sind die angebotenen Versicherungsvarianten, die Gewinnbeteiligungen und der quantitative und

Lebensversicherungen

Gemischte Versicherungen (Kapitalbildende Versicherungen)
Zusammengesetzt aus einer Todes- und einer Erlebensfallversicherung («gemischt»).

Möglichkeiten:
– Reine gemischte Versicherung (häufigste Form der Lebensversicherung): im Todes- oder im Erlebensfall wird die Versicherungssumme ausbezahlt.
– Gemischte Versicherung auf zwei Leben, z.B. Ehepaare oder Geschäftspartner
– Lebenslängliche gemischte Versicherung: Auszahlung der Versicherungssumme in jedem Fall erst beim Ableben
– Gemischte Versicherung mit steigender Versicherungssumme und steigenden Prämien (dynamische oder indexierte Versicherungen)
– Gemischte Versicherung mit gestaffelter Auszahlung
– Gemischte Versicherung mit einmaliger Prämienzahlung

Risikoversicherungen (ohne Sparanteil)
Als selbständige Versicherungen oder als Zusätze zu gemischten Versicherungen

Möglichkeiten:
– Todesfallversicherung mit gleichbleibendem oder sinkendem Kapital: Auszahlung eines Kapitals im Todesfall
– Überlebenszeitrente: Sicherung eines Einkommensersatzes im Todesfall: Befristete Auszahlung der Rente
– Krankentaggeldversicherung einzeln oder kollektiv. Verschiedene Wartefristen
– Invalidenrente bei dauernder oder vorübergehender Arbeitsunfähigkeit infolge Krankheit oder Unfall

Rentenversicherungen
Garantieren lebenslängliches regelmässiges Einkommen. Finanzierung durch einmaligen Betrag oder durch jährliche Prämien.

Möglichkeiten:
Sofort beginnende oder aufgeschobene lebenslängliche Rente auf ein oder zwei Leben, mit oder ohne Rückgewähr.

Broschüren zum Thema:
«Lebensversicherungs-Fibel»
«Warum eigentlich eine Lebensversicherung?»
«Haushaltbudget und Versicherungs-Vorsorge»
«Vorsorge schützt vor Sorge»
gratis erhältlich bei der Vereinigung Schweizerischer Lebensversicherungs-Gesellschaften, Christoffelgasse 3, Postfach 4004, 3001 Bern.

qualitative Ausbau der Aussendienstorganisationen.
Wichtig: Lebensversicherungen nicht unüberlegt abschliessen. Zuerst abklären, was 1. und 2. Säule bringen. Bedarf und Sparziel möglichst genau fixieren. Passenden Berater wählen und mit ihm **alle** Vorsorgeprobleme besprechen. Lebensversicherungen abschliessen, solange Sie noch gesund und nicht zu alt sind. Nachher ist es zu spät.

Ordnung im Versicherungsdossier gibt Sicherheit

Wir Schweizer sind gar nicht etwa versicherungsfeindlich. Zählen Sie doch einmal zusammen, was Sie jährlich an Versicherungsprämien inklusive AHV und Krankenkasse aufbringen! Was aber in vielen Familien fehlt, ist ein sinnvoll aufgebautes Versicherungspaket. Die Sache wächst, wird immer unübersichtlicher, und es braucht immer mehr Mut, sich hinzusetzen und Ordnung zu schaffen. Sie sind versichert und trotzdem verunsichert!
Als oberster Grundsatz gilt, dass zuerst die Risiken versichert werden, die die Existenz der Familie bedrohen. Erst wenn diese Grundversicherungen abgeschlossen sind, kommen – je nach den finanziellen Möglichkeiten – ergänzende Verträge dazu. Das Ziel ist eine möglichst lückenlose Deckung aller grossen, für die Familie allein schwer oder nicht tragbaren Risiken.
Damit die Versicherungsausgaben für das Familienbudget tragbar sind, sollten kleine Risiken vorwiegend selbst übernommen und nicht versichert werden. Angemessene Selbstbehalte zum Beispiel reduzieren die Prämien oft ganz erheblich. Wenn Sie optimal versichert sein wollen, ohne dafür mehr als nötig auszugeben, bleibt Ihnen nichts anderes übrig, als sich in Ruhe und gründlich mit Ihren Risiken, Bedürfnissen und finanziellen Möglichkeiten zu befassen. Informieren Sie sich, fragen Sie im Zweifelsfalle den Versicherungsfachmann um Rat – und vor allem: tun Sie es heute, nicht, wenn's zu spät ist!

Jolanda Senn

SUGGESTIONS-KASSETTEN

mit Gratis-Besprechung
Die praktische geistig-seelische Lebenshilfe!

Nr. 1 Autogenes Training I
Nr. 2 Autogenes Training II
Nr. 3 Autogenes Training III
Nr. 4 Gesund schlank werden
Nr. 5 Ich werde Nichtraucher
Nr. 6 Ich schlafe wieder gut
Nr. 7 Kein Bettnässen mehr
Nr. 8 Ich werde selbstsicher
Nr. 9 Ich werde erfolgreich
Nr. 10 Neuer Lebensmut
Nr. 11 Keine Angst vor Krankheit
Nr. 12 Keine Angst von dem Tod

Pro **Kassette** mit **Gratis-Besprechung Fr. 70.–**
Für Kursteilnehmer Rabatt. Portofrei bei Vorauszahlung auf Postscheckkonto 46-5394 oder Nachnahme plus Kosten.

Beratung + Hilfe
Psychologische Praxis
Hermo Finazzi, Dr. of Psych. CDM/USA, 4600 Olten, Aarburgerstr. 84, Tel. 062 22 69 59
Tel. Anmeldung: Mo–Fr 8–19 Uhr

Grosse Erfolge seit 6 Jahren!

TAVOLAX
mit Stuhlweichmacher
hilft sicher bei

DARMTRÄGHEIT
VERSTOPFUNG

Keine Krampfzustände
Kein Durchfall, sondern milde Stuhlentleerung

In Apotheken + Drogerien.
30 Tavolax-Dragées Fr. 4.20

Pharma-Singer, 8867 Niederurnen

Prüfungsangst!
Aufgeregt in Prüfungen?
Jede Prüfung sicherer und mit besserem Ergebnis bestehen durch über 100 Regeln zum richtigen Verhalten in Prüfungssituationen und zur Selbstbefreiung von Prüfungsangst. Einführungspreis: Fr. 29.80 + Porto Fr. 1.50. Drei Tage zur Ansicht mit Rückgaberecht.
Prüf mich-Verlag
Postfach 205, 8853 Lachen

Wirksame umweltfreundliche **Ungezieferbekämpfung** ist Aufgabe der seriösen und bekanntesten Fachfirma
Insecta-Service, Abt. der Ketol AG, Dr. Alfred Muhr
8157 Dielsdorf, Telefon 01 / 853 05 16
Innerschweiz: Telefon 042 / 36 16 20
Bern/Solothurn: Telefon 033 / 22 26 26
Suisse romande: Telefon 021 / 36 89 52
Ticino: Telefon 091 / 56 44 20

MASSAGESCHULE
CELLSAN
IN DER GANZEN SCHWEIZ

Seriöse Ausbildung für die Sport- und Konditionsmassage am gesunden Körper mit ärztlichem Diplomabschluss in der ganzen Schweiz.
Neu: Kurse für Fussreflexzonenmassage

Praxis Cellsan
Hochhaus 7
Shopping-Center
8958 Spreitenbach AG
Telefon 056 71 39 25

Hotel Eden Elisabeth
Nicht billiger.
Nur gepflegter!
Spezialitäten, Ausflüge usw. Geheiztes Schwimmbad. Seebad.
AHV-Rabatt.
Diät für Diabetiker usw. wird persönlich überwacht.
Offen: März bis November
RESTAURANT Gunten/Thunersee Telefon 033 51 15 12

Herbstliche Gerichte aus dem Römertopf

Nach der leichten Sommerkost mit Grilladen, Salaten usw. freut man sich so richtig auf währschafte Gerichte und die Spezialitäten der kommenden Saison. Solche Herbstboten können beispielsweise langsam geschmorte Fleischstücke im Römertopf sein. Ein Voressen oder ein Ragout sind eigentliche Delikatessen, und die Zubereitung im Römertopf ist geradezu ideal. Wichtig ist dabei nur, dass das Fleisch durch die lange Garzeit nicht faserig wird. Lassen Sie sich von Ihrem Metzger beraten; er weiss, welches Stück vom Rind, Schwein, Lamm oder Kalb sich für ein saftiges Voressen am besten eignet.

Bündner Gerstensuppe
(für 3–4 Personen)

4 Esslöffel getrocknete weisse Bohnen
1½ l Wasser
250 g Siedfleisch
150–200 g Speck
1–2 Suppenknochen
1 Schweinsfüsschen aus dem Salz
¼ Tasse Rollgerste
1 kleinere Zwiebel, besteckt mit Nelke und Lorbeerblatt
Salz nach Bedarf
weisser Pfeffer
2 Rüebli
1 Stück Sellerie
1 kleiner Lauch
1 kleines Stück Wirz
Petersilie, Schnittlauch

Die Bohnen eine Stunde in kochend heisses Wasser einlegen.
Bohnen, Wasser, Siedfleisch, Speck, Knochen, Schweinsfüsschen, besteckte Zwiebel und die Gerste in den gewässerten Römertopf geben und in den kalten Ofen stellen. Auf 200 Grad einschalten.
Die Gemüse rüsten und kleinschneiden. Diese nach 1½ Stunden Kochzeit zufügen und die Suppe weitere 60 Minuten garen lassen. Falls sie zu stark kocht, Hitze auf 180 Grad reduzieren. Etwa ¼ Stunde vor dem Servieren eventuell nochmals etwas heisses Wasser zugeben. Nach Bedarf salzen und pfeffern und nochmals zum Kochen bringen. Vor dem Auftragen die Fleischstücke herausnehmen und in kleine Würfel schneiden. Diese wieder in den Römertopf geben und den Eintopf mit Peterli und Schnittlauch bestreuen.
Die Suppe kann auch ohne Siedfleisch zubereitet werden. Man kann vor dem Servieren Würstchen darin erwärmen und zusätzlich eine reichhaltige Käseplatte reichen.

Alles in einem Topf
(für 4 Personen)

600 g Rindfleisch zum Schmoren
Salz, Pfeffer
1 Zwiebel
1 Lauch
1 kleiner Blumenkohl
1 Stück Weisskabis
2–3 Rüebli
1 Stück Sellerie
1–2 Peperoni
1 Glas Wein
1 Tasse Bouillon
1 Teelöffel Salz
8–10 eher kleine Kartoffeln
gehackte Petersilie

Den Römertopf wässern.
Unterdessen das Rindfleisch in kleine Würfel schneiden, würzen und kurz anbraten. Sämtliches Gemüse in Würfel oder Stengeli schneiden und in der gleichen Pfanne ebenfalls kurz dämpfen.
Nun eine Lage Gemüse in den Römertopf geben, darauf das Fleisch verteilen und mit dem restlichen Gemüse zudecken. Wein und Bouillon darübergiessen und den zugedeckten Topf in den Ofen schieben. Auf 200 Grad einstellen.
Nach 30 Minuten die geschälten Kartoffeln ganz auf das Gemüse legen, mit etwas Salz bestreuen und für weitere 60 bis 75 Minuten zurück in den Ofen geben. Vor dem Servieren mit gehackter Petersilie bestreuen.
Tip: Im gleichen Topf sollten nie, auch nacheinander nicht, süsse und scharfe Gerichte zubereitet werden, aber falls Sie über einen zweiten Römertopf für Süssspeisen verfügen, können Sie mit der gleichen Ofenhitze noch Bratäpfel für das Dessert zubereiten.
Äpfel aushöhlen, eventuell mit Schokolade, Haselnüssen oder Konfitüre füllen und 30 Minuten vor dem Essen in den Ofen schieben. Die Äpfel garen während des Essens fertig. Dazu Vanillesauce, Rahm oder Ice Cream servieren.

Rindsbraten im Römertopf
(für 4 Personen)

750–800 g Rindsbraten (Huft oder Hochrücken gut gelagert)
1 Esslöffel Salz
schwarzer, grob gemahlener Pfeffer
etwas Senf nach Belieben
3 Esslöffel Öl
2 mittelgrosse Zwiebeln oder 1 Handvoll Silberzwiebeln
2 mittelgrosse grüne oder rote Peperoni
4 Tomaten, etwas Butter
Nach Belieben zum Bestreichen: 2 Esslöffel gehackte Kräuter (Rosmarin, Salbei, Thymian, Petersilie), 1 Esslöffel Öl, 1 Esslöffel Senf
Garnitur: 1 Büscheli Brunnenkresse

Den Römertopf wässern. Den Rindsbraten mit den Gewürzen einreiben. Die Zwiebeln vierteln (kleine ganz lassen), die Peperoni entkernen und in grobe Streifen schneiden. Das Fleisch in den Römertopf legen und mit dem erhitzten Öl übergiessen. Zwiebeln und Peperoni zufügen, zudecken und den Topf in den kalten Backofen schieben. Auf 250 Grad einstellen und während 1¼ Stunden schmoren lassen.
Nun den Deckel wegnehmen und die oben eingeschnittenen, mit einem Butterflöckchen belegten Tomaten in den Topf stellen. Nach Belieben den Braten mit der Mischung aus Kräutern, Öl und Senf bestreichen und eine weitere Viertelstunde unbedeckt bei guter Hitze knusperig werden lassen.
Tranchieren und im Römertopf servieren. Mit einem Büscheli Brunnenkresse garnieren.
Variante: Anstelle von frischen Tomaten können auch geschälte Tomaten aus der Büchse (ohne den Saft) gleich von Anfang an mitgeschmort werden.

Kartoffeln mit Zwiebeln und Speck
(für 4 Personen)

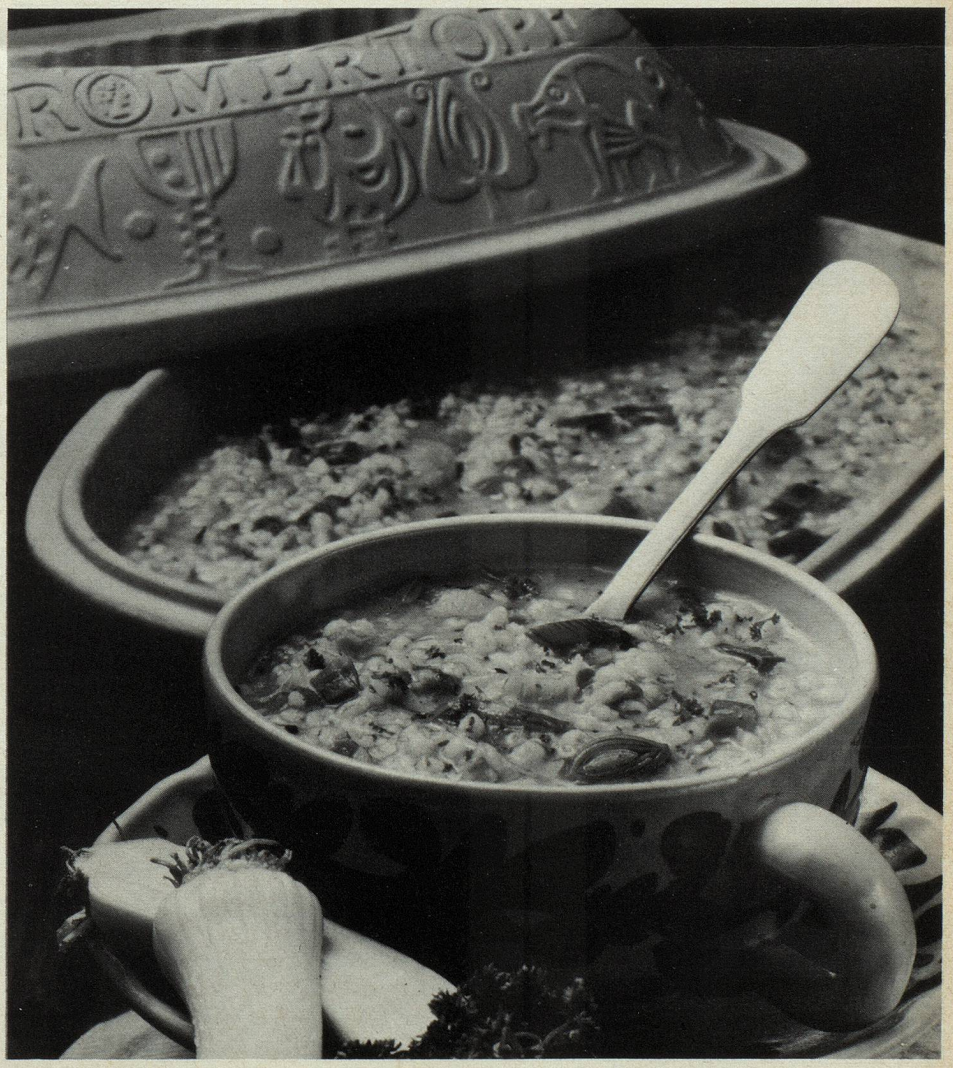
1–1¼ kg kleine Kartoffeln
150 g Frühstücksspecktranchen
3–4 Zwiebeln
1 Esslöffel Salz
etwas weissen Pfeffer

Den Römertopf wässern. Die Kartoffeln schälen. Den Speck in 2 cm breite Streifen schneiden und ⅓ davon auf den Boden des Römertopfs verteilen. Die Kartoffeln darauf legen, mit Salz und Pfeffer bestreuen und zugedeckt in den kalten Ofen schieben. Auf 200 Grad einstellen und eine Stunde garen lassen.
Unterdessen den restlichen Speck leicht knusperig braten, aus der Pfanne nehmen und im Speckfett die in Streifen geschnittenen Zwiebeln dämpfen und leicht braun braten. Nach einer Stunde Schmorzeit zuerst die Zwiebeln, dann den Speck auf die Kartoffeln verteilen und den Römertopf unbedeckt nochmals für 30 Minuten in den Ofen geben.
Das schmackhafte Kartoffelgericht zusammen mit einem gemischten Salat servieren. Nach Belieben kann noch eine Käseplatte dazu gereicht werden.
Varianten: Über die Kartoffeln einen Teelöffel Kümmel streuen. Anstelle von Käse ein Spiegelei dazu servieren.

Ragout nach Bauernart
(für vier Personen)

800 g Rindfleisch zum Schmoren (in nicht zu grosse Ragoutstücke schneiden oder schneiden lassen)
1 Esslöffel Salz
frisch gemahlener Pfeffer
1 Esslöffel Mehl
2 Esslöffel Öl oder Fett
4 mittelgrosse Zwiebeln
1 Knoblauchzehe
1 Rüebli
1 Lorbeerblatt
2 Nelken
2 dl Rotwein
2–3 dl Bouillon
300 g frische Pilze
gehackte Petersilie

Den Römertopf 15 Minuten wässern.
Die Fleischstücke mit Salz, Pfeffer und Mehl mischen.
Öl oder Fett in der Bratpfanne erhitzen und die Fleischstücke gut anbraten und nachher in den Topf geben.
Im selben Fett die feingehackten Zwiebeln, die Knoblauchzehe und das in kleine Stücke geschnittene Rüebli glasig dämpfen und zusammen mit dem Lorbeerblatt und den Nelken ebenfalls in den Römertopf geben. Wein und Bouillon darübergiessen (Fleisch soll davon bedeckt sein).
Topf schliessen und in den kalten Ofen schieben. Mindestens 2½ Stunden bei 200 Grad schmoren lassen. Eine halbe Stunde vor dem Servieren – also nach ca. 2 Stunden – die halbierten Pilze beifügen, das Ganze etwas mischen und wieder in den Ofen zurückgeben.
Vor dem Auftischen mit Petersilie bestreuen.
Durch die lange Garzeit verschwinden die Zwiebeln ganz und machen die Sauce sämig und kräftig.
Tip: Verlangen Sie vom Metzger für dieses Gericht von der «Muus»; so gerät es besonders gut, denn das Fleisch wird nicht faserig.
Dazu Spätzli, Kartoffelstock oder Nudeln servieren.



Die indonesische Frau – ein Profil im Wandel der Zeit

«Der Duft der Blume wendet sich nicht gegen den Wind, aber der Duft der menschlichen Tugend breitet sich überall aus.» (Ramayan)
"The fragrance of the flower is never borne against the breeze, but the fragrance of human virtues diffuses itself everywhere."

Als Gastland war dieses Jahr Indonesien am Comptoir Suisse in Lausanne vertreten. Es interessiert Sie daher vielleicht, etwas über die Frau in diesem 140 Millionen Menschen zählenden Land in Südost-Asien zu hören.

Die Geschichte lehrt uns, dass Zentral-Java schon im 6. Jahrhundert unserer Zeitrechnung durch eine Frau namens Sima regiert wurde. Unter ihrer Herrschaft blühten Wohlstand und Ansehen. Später, von 1328 bis 1350 lenkte die grosse Königin Tribhuvanatunggadevi Jayavishnuvardhani (Sie brauchen den Namen nicht auswendig zu lernen) die Geschicke des Landes. Auch ihre Regierungszeit stand unter einem glücklichen Stern. Im Jahre 1590 kämpfte eine Indonesierin im Admiralsrang gegen die Portugiesen. König Alaudin Riayat Syah empfing zusammen mit ihr die englische Delegation unter Sir James Lancaster im Juni 1602. Noch im gleichen Jahrhundert waren während 60 Jahren wieder Frauen an der Spitze des Landes. Von ihnen heisst es, dass sie Weisheit und Gerechtigkeit übten und dass Indonesien während dieser langen Zeit eine stolze und würdige Epoche erlebte. Während der Kolonialzeit (Die Kolonialherren waren Portugiesen, Engländer, Holländer), die mehr als 3 Jahrhunderte dauerte, wurde es stiller um die Frauen in diesem Lande.

Gegen Ende des 19. Jahrhunderts erhob sich jedoch Raden Ajeng Kartini aus Zentral-Java, um für Fortschritt, Emanzipation und das nationale Selbstbewusstsein zu kämpfen. Ihre königliche Abstammung und die Zugehörigkeit zur höchsten Gesellschaftsschicht machten es ihr jedoch schwer, bei den indonesischen Frauen ein Echo zu finden. Trotzdem gelang es ihr, die Frauen in einer Organisation zusammenzufassen und im Dezember 1928 den ersten indonesischen Frauenkongress in Yogyakarta stattfinden zu lassen. Zwölf Jahre später stieg die Zahl der Frauenorganisationen in Indonesien bereits auf zwölf an. Es wurde erreicht, dass die Frauen das Stimmrecht erhielten, ein modernes Eherecht wurde geschaffen, und in den höheren Schulen, in denen bisher nur in holländisch unterrichtet wurde, wurde der Unterricht nun auch in indonesischer Sprache gestattet.

Im Kampf um die Unabhängigkeit, die im Jahre 1945 Wirklichkeit wurde, standen die indonesischen Frauen sowohl ideologisch wie auch praktisch in keiner Weise hinter ihren Männern zurück.

Man ist sich bewusst, dass noch viel zu tun bleibt. Der Anteil der Frauen zum Beispiel, die nie in den Genuss einer Schulbildung kamen, ist um einiges höher als derjenige der männlichen Mitbürger. Eine Zivilisation ist erst sinnvoll, wenn alle Menschen, unabhängig von biologischen Unterschieden, sich als Individuum entwickeln und ihre Fähigkeiten und Möglichkeiten frei einsetzen können. Es wird jedoch Wert darauf gelegt, dass das innerhalb der Grenzen der indonesischen Identität und Kultur geschieht. Das erhöhte Selbstbewusstsein der indonesischen Frau machte ihr den Weg frei in Administration, Industrie, Banken usw. Wir finden sie als Ärztinnen, Journalistinnen, Ingenieure sowie im Polizei- und Armeedienst. Die Frage der Zulassung zu diesen früher männlichen Berufen ist gelöst, weiter geht der Kampf für gleiche Einsatzmöglichkeiten und gleiche Entlöhnung. Ein indonesisches Sprichwort sagt, dass niemand Patriot sein kann mit leerem Magen. Um das soziale Gleichgewicht beizubehalten, fällt hier der Frau eine grosse Aufgabe auf dem Gebiete der Familienplanung zu. Sie spielt eine machtvolle Rolle in der Charakterbildung ihres Ehegatten und ihrer Söhne. Das indonesische Schrifttum sagt uns, dass es die Frauen sind, die Anmut und Würde auch in das Leben der Ärmsten der Armen bringen. Ihre übermenschliche Fähigkeit zu Geduld und Verzicht macht diese Haltung möglich. Man weiss heute in Indonesien, dass Frauen das Rückgrat des Wirtschaftslebens und der sozialen Harmonie bedeuten. Die Grösse der indonesischen Frau liegt in ihrer Fähigkeit, mit klarem Blick und Wohlwollen in die Zukunft zu sehen und danach zu handeln. *A.J.*

Hunderte von VITAR-Luftreinigungsapparaten in der ganzen Schweiz beweisen es:

verschmutzte Luft hat es überall und in jeder Jahreszeit

VITAR-Apparate reinigen die Raumluft in Schlaf-, Wohn- und Büroräumen im Umkreis bis 4 m geräuschlos und umweltfreundlich (10 bis 15 Rp./Jahr Strom) von lungengängigem Schwebestaub (Russ usw.); sie geben zudem **negative Ionen** ab.

Nebst gesunder Nahrung brauchen Sie auch saubere Luft.

(täglich atmen Sie zirka 10 000 l – jahrzehntelang!)

M. SCHERRER AG
Gallusstr. 41
9500 WIL SG
Tel. 073 22 34 76

Ich bestelle: ☐ 1 VITAR-200/220 V/franko/Fr. 278.–/ 10 Tage 2 % oder 30 Tage netto
☐ 1 Prospekt gratis
Adresse:

SGF

Sind Erdstrahlen-«Wasseradern»-Abschirmungen heute noch ein Problem?

Abschirmungen der Erdstrahlen bekämpfen wir seit längerer Zeit mit Riesenerfolg! Wissenschaftlich erforscht und aufgebaut. Auf einen **100%igen Erfolg** bieten wir eine **langjährige Geldrückgabe-Garantie.**

Verlangen Sie noch heute eine Beratung durch das **Geo.-Physik.-Labor, Postfach 92, 8154 Oberglatt,** Telefon 01 850 30 81 oder 01 850 26 73

Immer fit, schlank und **gesund** bleiben mit Blütenpollen und Gelee Royale. Verlangen Sie Gratis-Unterlagen bei **Arcibro,** Imker-Produkte, Postfach 368, 8105 Regensdorf. (Vertriebsstellen gesucht, guter Nebenverdienst.)

Zwiesprache mit Tobias

Kurzgeschichte des Monats

«Zwiesprache mit Tobias» ist auch der Titel des Jugendbuches, dem wir unsere Geschichte entnommen haben. Ingeborg Bayer, die Autorin, war jahrelang Mitarbeiterin verschiedener deutscher Zeitungen und des Radios. Heute lebt sie als freie Schriftstellerin mit ihrer Familie bei Freiburg im Breisgau. Sie hat zahlreiche Jugendromane und historische Bücher geschrieben und präsentiert in ihrem neuesten Band eine Sammlung von zehn Geschichten – geschrieben für junge Leute – lesenswert für alle, die an guten Kurzgeschichten interessiert sind und mit jungen Menschen zu tun haben.

Weisst du, Tobias, die anderen brauchen viel zuviel für ihre Liebe: Sonne, Hitze, Schwimmbad, Urlaub, Cola, Pink Floyd, 'ne schwarze Gauloise – ich glaube, ich könnt' noch tausend andere Dinge aufzählen, die sie nötig haben, damit alles in Gang kommt. Einen ganzen Sack voll Requisiten schleppen sie durch die Gegend; das muss sie ständig umrieseln mit Musik, blühenden Wiesen, Light-happenings in der Disco... Stell dir vor, Tobias, es sollten sich zwei gern haben ohne all das Brimborium, auch im ganz normalen Fummel, ohne Jeans und T-shirt, im Anzug vielleicht, Nadelstreifen, Krawatte, Hemd, Manschettenknöpfe und das Mädchen mit Kleid und flachen Wanderschuhen – meinst du, dass da auch nur irgend etwas passiert? Ich setze das so an den Anfang, weil ich möchte, dass du lachst. Du lachst ganz bestimmt, auch jetzt noch, du würdest da mit einsteigen, sofort, das würdest du weiterspinnen, ich weiss das. Du würdest den Fummel aufnehmen und die Geschichte weiterbauen. He, Sus, und lass die dann mal in einem leeren Raum sein, ganz leer, keine Matratze, kein Bett, kein Stuhl, kein Tisch, lass die da drin sein, nur einen halben Tag lang, und warte mal ab, was dann geschieht.

Du hast es selber gemacht, haben sie mir erzählt, mit Tabletten, Tobias, sie haben dich noch wohin geschleppt, aber da war es schon zu spät.

Nein, Tobias, wir hätten uns nicht aufeinandergestürzt, so phantasielos waren wir nicht. Du und ich in einem leeren Raum – ich weiss schon, was wir gemacht hätten. Natürlich hätten wir dazu auch Requisiten gebraucht, klar, die Sonne zum Beispiel, die brauchten wir immer. Am Brunnen auf dem Marktplatz vor dem Münster, als du die Seifenblasen mitgebracht hast, die sie sonst vor Spielzeuggeschäften von Teddybären in die Luft pusten lassen, und als du sie gegen die Sonne geblasen hast, vor dem Springbrunnen, und wie alles zerstoben ist, in tausend Farben wie ein Regenbogen, weisst du das noch?

Hier in dem Zimmer hätten wir sie natürlich auch gebraucht, die Sonne, wie hätten wir sonst zu Schatten kommen sollen? Und Schatten brauchten wir doch. Du natürlich mehr als ich, für deine Figuren an der Wand brauchtest du ihn. Weisst du noch, wie du den Wolf gemacht hast für mich, damals, als ich mit Gehirnerschütterung zu Hause im Bett lag und nicht einen einzigen Tag in den Ferien vor die Tür durfte? Damals hast du den Wolf gemacht, den bellenden Hund mit seinen spitzen Ohren, einen Hasen, ja doch, und einen Jäger, der den Hasen aber nie kriegte. Ich habe dir zugeschaut, als sei ich nicht sechzehn, sondern sechs, so gut hast du das gemacht. Und Märchen hast du mir erzählt, damals an meinem Bett, keine sentimentalen, nein, richtig schöne Märchen, wie sie Erwachsene auch noch hören wollen, literarische Märchen würde meine Schwester sagen, weil du doch Dichter werden willst. Sie ist in die Küche gelaufen und hat meiner Mutter gesagt, Tobias liest Sus schon wieder seine Gedichte vor, dabei waren es gar keine Gedichte, sondern nur Sachen, die du aus dir herausholtest, so, als hättest du einen ganzen Sack davon auf dem Rücken und brauchtest nur hineinzulangen.

Natürlich würdest du in diesem leeren Raum erzählt haben, deine Schattenspiele an die Wand gezaubert haben, und weisst du noch, wie du den Mann hast die Treppe hinuntersteigen lassen, an einem Geländer entlang, oder den Seiltänzer, der immer fast vom Seil fiel? «Er sollte Schauspieler werden oder Pantomime», hat meine Mutter gesagt, als sie einmal dazukam. Na ja, die kommerzielle Auswertung deines Talents war wohl nicht ganz das, was du wolltest. Du wolltest das einfach so haben, in dir, ohne Zweck, du wolltest es aus der Tasche ziehen wie die Gaukler im Mittelalter ihre Zauberkunststücke, das wolltest du, nicht mehr. Leute zum Lachen bringen, Leute wie ich, hast du mal gesagt, wären es wert, dass man sie zum Lachen bringt.

Du hast es selber gemacht, haben sie mir erzählt, mit Tabletten, Tobias, sie haben dich noch wohin geschleppt, aber da war es schon zu spät. Das passt zu dir, Tobias, du hast schon immer Nägel mit Köpfen gemacht. Weisst du noch damals, bei unserer ersten Wanderung, als mir die Sandale gerissen ist und ich das notdürftig wieder hingetrixt hatte, so dass ich weitergehen konnte, da hast du den Lederriemen von deinem Hals genommen, mit dem Messer zwei Löcher in die Sandale gebohrt, den Riemen verknotet und mir die Sandale mit einem lachenden «Guck mal, jetzt küsse ich dir dauernd die Füsse» wieder angezogen. «Ausserdem soll man das, was man macht, richtig machen», hast du noch gesagt, und wir haben beide gelacht über den Satz, den du von weiss Gott wem übernommen hattest, deiner war es auf jeden Fall nicht, damals noch nicht.

Sie haben mir erzählt, es sei wegen der Schule gewesen. Natürlich, das

heisst es ja immer. Wegen irgendwas muss es gewesen sein, wenn nicht wegen der Schule, dann wegen Liebe, Sex, Elternhaus, jemand muss natürlich schuld sein, auch wenn sich das nie mehr wirklich feststellen lässt. Du seist nicht mehr so gut gewesen wie früher, fast wärst du zurückgeblieben in der alten Klasse. Fast, Tobias, du bist es dann wohl doch nicht.

Weisst du, Tobias, ich war immer mit dir, so lang wir uns kannten, und das waren fast zwei Jahre. Weisst du, dass ich jetzt gegen dich bin? Auch wenn du da unten liegst, Kreuz und Kranz auf deinem Erdhügel und den zwei nüchternen Daten, die sie dir auf das Holz gemalt haben.

Weisst du eigentlich, wer schon alles sitzengeblieben ist, so in der Weltgeschichte, oder zumindest mies war in der Schule? Ich glaube, ich krieg die nimmer alle zusammen, aber Bismarck war es bestimmt, Einstein auch und Wernher von Braun, Churchill und Friedrich der Grosse und sicher noch hundert andere.
Ich will nicht zu deiner Mutter gehen und fragen, weshalb es wirklich war, unsere «Sache» lag ja zurück. Ich habe dich ein ganzes Jahr nicht mehr gesehen und muss ja wohl auch kein schlechtes Gewissen haben. Denn du gingst damals weg, nicht ich. Ich hätte dir noch lange zuhören können bei deinen Märchen und Gedichten, die du mir natürlich auch vorgelesen hast, und überhaupt war es total verrückt, dass du gingst, so ohne Grund. Na ja, ich hab's akzeptiert, äusserlich, innerlich nie. Ich möchte, dass es aus ist, bevor es aus ist, hast du gesagt. Weisst du, auf dem Höhepunkt, so wie die Sportler das machen, die Format haben, dann, wenn sie genau wissen, dass jetzt keine Steigerung mehr drin ist. Ich will keinen Abstieg, wenn sich das alles nur noch so quälend dahinzieht, mag ich das nicht mehr, hast du gesagt, ein klarer Schnitt und auf zu neuen Ufern – du warst schon immer etwas verrückter als die anderen, die sich nur dafür hielten. Weisst du noch, wie wir auf dem Münsterplatz tanzten, damals? Da war gar keine Musik, nur in uns, weisst du noch, du hast mir den Finger auf den Mund gelegt und gesagt, hör zu, hörst du das, Cat Stevens ist das und jetzt Yesterday und dann ein Walzer, lass deinen Rock fliegen, Mädchen – und er flog, mein Rock, auch wenn ich nur Jeans trug, und die noch mit Flikken.
Weisst du, Tobias, ich war immer mit dir, so lang wir uns kannten, und das waren fast zwei Jahre. Weisst du, dass ich jetzt gegen dich bin? Auch wenn du da unten liegst, Kreuz und Kranz auf deinem Erdhügel und den zwei nüchternen Daten, die sie dir auf das Holz gemalt haben. Ich bin gegen dich, auch wenn du dich nicht mehr wehren kannst, gegen das, was ich sage. Ich wäre es nicht, wenn es so etwas gäbe wie in Science-fiction-Romanen, weisst du, so eine Art von Ringbörse, ähnlich einer Organbank, wo man heute schon Augen, Nieren, Leber und Samen abrufen kann. Wenn es so etwas gäbe für Leben, verstehst du? Einer, der sein Leben nicht mehr will, liefert es einfach dort ab. Und ein anderer, der seines nicht mehr behalten darf, weil er vielleicht Leukämie hat oder sonst eine Krankheit, geht dorthin und holt es sich. Er holt sich ein gesundes, schönes, junges Leben ab und lässt denen einfach sein zerstörtes dort, das wär doch was, oder? Dann hätte wenigstens irgendwer einen Nutzen gehabt von all der Wegwerferei der anderen, die nicht mehr wollen.

Aber so – was bist du so? Eine Nummer, mit der sie ihre Jahresstatistik füllen. Du bist vielleicht der Dreitausendfünfhundertachtundsiebzigste in diesem Jahr, denn es war schon Oktober, als du das machtest, und die fünftausend werden sie schon noch voll kriegen bis zum Jahresende mit denen unter achtzehn.
Ich fang einfach nichts an mit so einer Zahl, Tobias. Mir den Dreitausendfünfhundertachtundsiebzigsten in einer langen Kette vorzustellen, fällt mir schwer, ich hab' ohnehin nie etwas mit Zahlen anfangen können – du übrigens auch nicht. Weisst du noch, als du mir einmal lachend erzählt hast, dass dein Vater als Zeuge vor Gericht geladen wurde und dort sein Alter angeben musste? Nicht sein Geburtsdatum, das weiss natürlich jeder auf Anhieb, aber wieviel Jahre das sind, da muss mancher erst nachrechnen.
Mir könnte das genauso passieren, hast du damals gesagt; ich fang' da nichts mit an, fünfzehn, sechzehn, siebzehn und jetzt bald achtzehn. Was heisst das schon, achtzehn, dass man die Jugend schon hinter sich hat, Sus, ist dann schon alles vorbei, worauf man mit zwölf noch so neugierig war?
Ich weiss noch, dass du da nicht gelacht hast, ausnahmsweise, obwohl es sonst 'ne Menge gab, worüber du gelacht, dich auch lustig gemacht hast – über all den Kleinkram, den du so albern fandest. Ich weiss auch, dass du jetzt noch lachen wirst, da unten lachen wirst, wenn du ihre Anstrengungen siehst, es dir recht zu machen. Nach einem Jahr etwa, wenn sie das Kreuz auswechseln, nach einem Jahr, wenn sich die Erde gesetzt hat. Sie werden zum Steinmetz gehen, zwischen Steinquadern, behauenen und unbehauenen, gequält hin und her laufen, das letzte, was sie noch für dich tun können. In die Zeitung konnten sie dich nicht setzen, Leute wie du bekommen keine Anzeige, früher begrub man sie sogar an der Friedhofsmauer, weit ab von den andern, weil sie selbst im Tod, der doch angeblich alle gleich macht, solche wie dich nicht bei sich haben wollen. Sie werden nach einem Stein suchen, der dir gefallen könnte, sich am liebsten Steinmuster mit nach Hause nehmen, um es ja richtig zu machen, Steinmuster, so wie man sich Stoffmuster mit nach Hause nimmt.

Tobias, wirklich, ich bin nicht mehr einig mit dir. Du hättest nachdenken sollen, vorher, richtig nachdenken, gründlich...

Du, weisst du eigentlich noch, wie wir den Cord für dein Zimmer gekauft haben, das war ein verrückter Nachmittag damals, weisst du das noch? Wie ein Ehepaar kamen wir uns vor, ganz komisch, mit unseren ausgefallenen Cordwünschen. Breitrippig sollte er sein, natürlich, das hat Charakter, hellgrau ausserdem, fast steinfarben oder silbrig, du warst ja ein Wortklauber in

solchen Sachen, auf Zehntel-Nuancen kam es dir an, die Kissen in der gleichen Farbe und dazu Schattierungen bis Dunkelgrau und ein orangenes dazwischen, lang und schmal.
Eigentlich verrückt, wer sagt uns, dass wir nicht in zehn Jahren da drauf schlafen werden, als richtiges Ehepaar, daneben steht das Kinderbett mit Olga – mein Gott, wie haben wir uns gestritten, ob Olga, Katharina oder Dunja, du wolltest nur russische Namen, ich weiss auch nicht, weshalb. Wir hatten den Cordverkäufer neben uns völlig vergessen, damals in jenem Geschäft, er schnippelte ein paar Streifen ab und gab sie uns mit als Hausaufgabe, während wir weiterdiskutierten, wie gut das sei, dass man nichts wisse über die Zukunft. Einmal, weisst du, da haben wir uns aus der Hand lesen lassen, auf der Messe in solch einem Zelt. Deine Lebenslinie war lang und kräftig, ein langes glückliches Leben, junger Mann, hat die Frau gesagt und dabei mit dem Kopf gewackelt, weil sie das vermutlich gut fand für ihr Geschäft. Tobias, wirklich, ich bin nicht mehr einig mit dir. Du hättest nachdenken sollen, vorher, richtig nachdenken, gründlich, vielleicht hättest du mich anrufen sollen, auch wenn wir uns seit damals nicht mehr gesehen hatten. Ich wär' schon für dich dagewesen, ich hätte auch was gehabt für dich, erinnerst du dich noch an meine Fingertänze? Ich weiss nicht, wie lange man dafür in Bali lernen muss, ich glaube, fünf Jahre lang hatte die Studentin geübt, von der ich das hatte. Ein bisschen nur, natürlich, stümperhaft, aber ich hätte das schon hingekriegt für dich, glaub das. Ich hätte mich zu dir gesetzt und – ja natürlich, in solch einem Fall hätte ich auch Requisiten angeschleppt, auch wenn wir sonst nicht mal 'ne Cola brauchten, um uns zu sagen, dass wir uns mochten, in solch einem Falle schon, ich hätte Ravi Shankar spielen lassen, mir einen Sari um den Bauch gebunden, ein alter Vorhangstoff wäre da schon recht gewesen, fürs Improvisieren waren wir beide, und dann hätte ich für dich gespielt.
Tobias, sie sagen, wir leben nicht nur einmal, wir leben viele Male. Versprich mir, dass du später irgendwann mal, ich weiss nicht wie lang so was dauert, bis man wiederkommt, dass du dann anrufst, vorher, und dass du kommst und mir zuschaust. Ich kann das schon noch bis dahin, weisst du, den Tanz der Flamingos, den kann ich noch, auch wenn ich alles andere schon vergessen habe, für dich kann ich ihn immer noch, glaub das.

Ingeborg Bayer

Diese Geschichte haben wir mit freundlicher Genehmigung des Benziger-Verlages, Zürich, folgendem Band entnommen: Ingeborg Bayer: «Zwiesprache mit Tobias», Benziger-Verlag, Zürich.

Aktuell

Alkohol- und Tabakkonsum bei Schülern

Umfrage der Schweiz. Fachstelle für Alkoholprobleme

Im Frühjahr 1978 ist von der Forschungsabteilung der SFA mit finanzieller Unterstützung der Kantone eine Umfrage bei Schülern des 6., 7. und 8. Schuljahres durchgeführt worden.
Der erste Teil des Untersuchungsberichtes über diese Umfrage ist soeben abgeschlossen worden. Er liefert eine Menge interessanter Ergebnisse

- über die Erfahrungen der Schüler im Umgang mit Alkohol und Tabak,
- über das Ausmass des Alkohol- und Tabakgebrauchs von Schülern in den verschiedenen Regionen der Schweiz,
- über den Einfluss der Eltern und der Gleichaltrigen auf die Trinkmuster der Schüler,
- über Einstellungen der Schüler zum Alkohol sowie ihr Wissen um Problematik und Schädlichkeit des Tabak- und Alkoholkonsums.

Jugendliches Problemtrinken

Ein besonderes Augenmerk richtete die Untersuchung auf die Frage, ob bereits im Schulalter von 12 bis 16 Jahren Jugendliche ein «Problem-

Trinkhäufigkeit der Schüler der Deutschschweiz

	Altersgruppe					
Trinkhäufigkeit	12jährige	13jährige	14jährige	15jährige	16jährige	Total
trinken keinen Alkohol	32%	27%	24%	16%	16%	22%
weniger als 1x je Monat	39%	46%	49%	46%	35%	46%
etwa 1x pro Monat	16%	18%	19%	21%	24%	20%
regelmässig	13%	9%	8%	17%	25%	12%
	100%	100%	100%	100%	100%	100%

Häufigkeit des Rausches der Schüler der Deutschschweiz

	Altersgruppe					
Räusche in den letzten zwei Monaten	12jährige	13jährige	14jährige	15jährige	16jährige	Total
nie berauscht	87%	92%	89%	84%	71%	86%
einmal	12%	8%	10%	13%	24%	12%
zwei- bis dreimal	1%	0%	1%	2%	4%	1,5%
Mehr als dreimal	0%	0%	0%	1%	1%	0,5%
	100%	100%	100%	100%	100%	100%

Rauchgewohnheiten der Schüler der Deutschschweiz

	Altersgruppe					
Rauchhäufigkeit	12jährige	13jährige	14jährige	15jährige	16jährige	Total
noch nie geraucht	40%	31%	28%	19%	13%	25%
ein- bis zehnmal	46%	49%	51%	46%	38%	48%
mehr als zehnmal	13%	18%	18%	26%	28%	21%
rauchen regelmässig	1%	2%	3%	9%	21%	6%
	100%	100%	100%	100%	100%	100%

trinken» aufweisen; dabei wurde als Problemtrinken ein zwei- und mehrmaliges Berauschtsein innerhalb der letzten zwei Monate aufgefasst. Die Daten der Untersuchung zeigen, dass in der deutschen Schweiz annähernd 6% und in der französischen Schweiz 9% der 16jährigen Schüler über ein solches Problemtrinken berichten. Für die 14jährigen lauten die entsprechenden Daten in der deutschen Schweiz rund 1%, in der französischen Schweiz fast 5% und in der italienischen Schweiz über 7%. Die Untersuchungsbefunde zeigen auch, dass der erste Rausch schon verhältnismässig früh erlebt wird. So setzen von den 360 Befragten 12jährigen nicht weniger als 35 ihr erstes Rauscherlebnis vor dem 11. Altersjahr an.

Folgerungen für die Praxis

Die Ergebnisse der Untersuchung sollen nicht einfach einem akademischen Interesse dienen, sondern Grundlagen für die Schaffung von präventiv wirkenden gesundheitserzieherischen Lehrprogrammen liefern. So zeigen die Untersuchungsbefunde zum Beispiel, dass Rauchen und Trinken in unterschiedlicher Weise in die schweizerische Kultur eingebettet sind; denn Jugendliche lernen alkoholische Getränke vor allem bei festlichen Anlässen im Kreise der Familie kennen; dabei sind es die Eltern, die das Ersterlebnis mit Alkohol vermitteln. Dagegen wird das erste Raucherlebnis vorwiegend durch die Gleichaltrigen vermittelt. Für die Praxis der Prävention lässt sich daraus etwa folgern, dass die Verknüpfung von «Familie» mit der zeremoniellen Funktion alkoholischer Getränke ein Bedeutungsfeld schafft, das später Beeinflussungsversuche schwer zugänglich macht; sollen Alkoholerziehungsprogramme präventiv wirken, müssen in jedem Falle Schule *und* Elternhaus mit einbezogen werden. Als zweites Beispiel sei der folgende Befund erwähnt: Nur gerade mit 37% der 12- und 13jährigen ist in der Schule und mit 60% ist zu Hause über die Wirkungen des Alkoholkonsums gesprochen worden. Für die 15- und 16jährigen lauten die entsprechenden Zahlen 59% bzw. 74%. Nahezu der Hälfte der Schüler sind folglich bis zum Alter, in dem sie die Volksschule verlassen, von der Schule keine Informationen über die Problematik des Alkoholüberkonsums vermittelt worden. Betrachtet man den Informationsstand der Schüler bezüglich konkreter Auswirkungen des übermässigen Alkoholkonsums, zeigt sich, dass rund die Hälfte aller Schüler falsch oder gar nicht über Alkoholprobleme informiert sind. Zugleich aber weisen die Befunde darauf hin, dass mit zunehmendem Wissensstand der Schüler der Anteil regelmässig Alkohol trinkender Schüler (Alkoholkonsum mindestens einmal pro Woche) abnimmt. Damit erhält die Forderung nach verbesserter Informierung von Jugendlichen in der Schule ein starkes Gewicht.

Ergänzende Umfrage bei Lehrern

Um die Aufgabe verbesserter Informierung der Schüler erfüllen zu können, führt die Forschungsabteilung auch eine Umfrage bei den Lehrern der untersuchten Klassen durch. Die Einstellungen der Lehrer gegenüber der Alkohol- und Tabakerziehung, aber auch der Gesundheitserziehung im allgemeinen stehen dabei im Vordergrund. Zudem soll damit auch der Einfluss des Lehrers als wichtiger Bezugsperson für den Schüler auf das Rauch- und Trinkverhalten untersucht werden.

■

Für Sie notiert

Billigere Ferien durch Haus- und Wohnungstausch

Eine Idee, welche in England schon seit bald 20 Jahren bekannt und beliebt ist, beginnt sich nun auch in Kontinentaleuropa auszubreiten: Das eigene Haus oder die Wohnung wird in den Ferien mit gleichgesinnten Partnern getauscht.
Das Ganze funktioniert denkbar einfach. Durch Tauschzentralen werden Kataloge mit den Angeboten der Tauschwilligen herausgegeben. Die Einschreibung in den Katalog kostet DM 65.–, wofür man im Verlaufe des Jahres drei Kataloge mit rund 4000 Adressen tauschwilliger Partner erhält. Die Interessierten nehmen alsdann direkt miteinander Kontakt auf und vereinbaren alles Notwendige. Häufig wird in die Tauschvereinbarung nicht nur die Wohnung oder das Haus miteingeschlossen, sondern gleich auch noch das Auto oder Fahrräder.
Die Idee des Wohnungstausches in den Ferien ist bestechend. Auf diese Weise kann man sich die Miete teurer Ferienwohnungen oder Hotelzimmer sparen. Die Erfahrung hat überdies gezeigt, dass Wohnungstauscher in fremden Ländern weniger lange fremd bleiben, weil sich die Nachbarschaft gerne und freundschaftlich darum bemüht, die Gäste zu betreuen.
Bis Mitte Dezember 1979 kann man sich für den Hauptkatalog einschreiben lassen, für den Nachtragskatalog bis Februar 1980. Interessenten aus der Schweiz wenden sich direkt an: Holiday Service (Wohnungstausch e.V.), Fischbach, D-864 Kronach. Die notwendigen Unterlagen werden ihnen dann zugesandt.

Neuer Alpengarten eröffnet

SBN – Das *Naturschutzzentrum Aletschwald* in der historischen Villa Cassel auf Riederalp VS konnte kürzlich sein neugeschaffenes *Naturetum* eröffnen. Dieser in mehrjähriger Arbeit entstandene Alpengarten gehört zu den wenigen derartigen Einrichtungen in der Schweiz, die nach pflanzensoziologischen Gesichtspunkten gestaltet wurden. Das Naturetum möchte dem Besucher ganz bewusst die natürliche Vegetation der engern Region vorstellen. So sind auf dem rund 1,5 ha grossen Gelände in der Umgebung der Villa Cassel 15 für die Aletschregion typische Pflanzengesellschaften mit über 150 Einzelarten zu besichtigen. Ein markierter Rundgang, eine detaillierte Beschilderung und ein ergänzender schriftlicher Führer machen aus diesem neuartigen Alpengarten zugleich ein wertvolles *Naturlehrgebiet.* Ein wichtiges Ziel des Naturetums ist erreicht, wenn es dem Besucher gelingt, einige der hier gewonnenen Erkenntnisse auf die Natur «ausserhalb des Zaunes» zu übertragen und wenn er erkennt, dass die Natur selbst in ihrer bescheidensten Ausprägung von erstaunlicher Vielfalt und Schönheit und deshalb auch schützenswert ist.

Werner Fantur: «Wunder am Wege»
Müller, Rüschlikon, Fr. 29.80
Das Buch hilft dem Tier- und Naturfreund, der bereits gelernt hat, selber zu beobachten und hinzuhorchen, seine Kenntnisse auf angenehme und unterhaltende Art zu vertiefen. Der Autor begleitet seinen Leser zu allen Jahreszeiten auf Wanderungen und Spaziergängen in verschiedenste Gebiete der näheren und weiteren Umgebung und versteht es, ihm die vielen Lebensgemeinschaften der Pflanzen- und Kleintierwelt auf anschauliche Weise nä-

herzubringen. Ein Namen- und Sachverzeichnis macht den Band zum gut brauchbaren Nachschlagewerk. *JS*

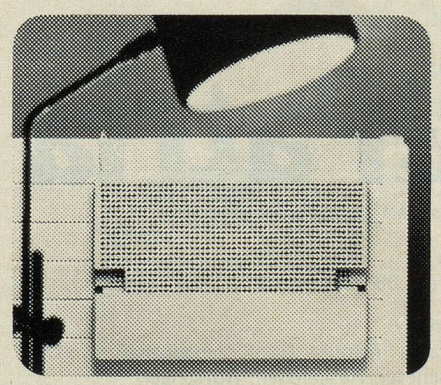
Samuel Geiser: Elisabeth Müller – Leben und Werk
(Rotapfel-Verlag, Zürich)
Wer kennt sie nicht als Verfasserin warmherziger, spannender Jugendbücher? Man braucht nur an ihren Erstling, das so rasch und tief ins Volk eingedrungene, ja zum eigentlichen Klassiker gewordene «Vreneli» zu denken – aber da sind auch noch «Theresli», «Christeli» und «Die sechs Kummerbuben». Weit über die Grenzen ihrer Heimat hinaus ist Elisabeth Müller einem treuen Leserkreis zum Begriff geworden. Seit 1929 war Samuel Geiser mit Persönlichkeit und Werk der Dichterin eng verbunden, durfte er ihre mütterliche Freundschaft und ihr tiefstes Vertrauen entgegennehmen. In seiner Biographie führt er uns – gestützt auf Briefe und Tagebücher Elisabeth Müllers – durch dieses Leben mit seinen Sonn- und Schattenseiten. Wir lesen von einer glücklichen Jugendzeit im Pfarrhaus zu Langnau, ihrer Tätigkeit als Erzieherin in Lützelflüh und von ihrer Arbeit als Jugendschriftstellerin. Der Autor zeigt uns eine Frau, die nicht etwa in einer heilen, unechten Welt zu Hause war, sondern selber auch Zeiten schwerer Krankheit mit Mut und Geduld getragen hat. *JS*

Helm Stierlin: Eltern und Kinder
Ex Libris, Zürich, Fr. 13.50
Wenn sich der Jugendliche von den Eltern löst, steckt nicht nur er in Schwierigkeiten; seine Krise fällt zeitlich zusammen mit der Krise der Lebensmitte, die seine Eltern durchmachen.
Helm Stierlin ist einer der bedeutendsten Forscher in der Familien- und Einzeltherapie und ein begabter Schriftsteller, der seine Forschungsergebnisse so darzustellen vermag, dass sie gut verständlich sind. Er schrieb dieses Buch aufgrund umfangreichen klinischen Materials, das aus einem mehrjährigen Forschungs- und Therapieprogramm stammt. Im Rahmen dieses Projektes wurden jugendliche Ausreisser in die Station eines Forschungshauses aufgenommen. Sie genossen eine Einzeltherapie und gleichzeitig mit ihrer Familie eine Familientherapie; zudem war es den Eltern möglich, zu zweit eine Therapie durchzuführen. Auf diese Weise erforschte Stierlin das Problem der Ablösung von den Eltern nicht nur aus der Sicht des Jugendlichen, wie man das bisher immer getan hatte, also als phasentypischen Konflikt von Adoleszenten, sondern auch aus der Sicht der Eltern, indem er ihre Krise der Lebensmitte so ernst nahm wie die Entwicklungskrise des Jugendlichen. Zur gleichen Zeit, da der junge Mensch Schwierigkeiten hat, erwachsen zu werden, haben sich die Eltern mit ihrer abnehmenden Triebkraft, mit dem nahenden Alter und mit dem Tod auseinanderzusetzen; gehen ihre Kinder aus dem Haus, so haben sie sich in ihren Werten und Zielen neu zu orientieren. – Stierlin schildert vorerst verfehlte Grundformen der Konfliktbewältigung zwischen Eltern und Jugendlichen und zeigt dann, welche Loslösungsart für beide Teile fruchtbar ist, nämlich ein «liebevoller Kampf», das heisst eine Auseinandersetzung im gegenseitigen Bemühen um Verständnis.

Konrad Widmer: Der junge Mensch und seine Eltern, Lehrer und Vorgesetzten
Rotapfel-Verlag, Zürich, Fr. 39.–
Dr. Konrad Widmer, Professor für Pädagogik und pädagogische Psychologie an der Universität Zürich, fasst in diesem Buch seine langjährigen Erfahrungen mit Jugendlichen zwischen 12 und 20 Jahren zusammen mit seinen Erkenntnissen aus der wissenschaftlichen Auseinandersetzung mit diesem Problemkreis und aus seiner Tätigkeit in Elternschulen und Erziehungsberatung. Das Hauptanliegen des Autors besteht darin, Eltern, Lehrer, Lehrmeister und Jugendgruppenleiter auf die Probleme der jungen Menschen aufmerksam zu machen und das Verständnis für deren Anliegen zu wecken. Zur Darstellung gelangt der Jugendliche in seinen sämtlichen Lebensbereichen: in Familie, Schule, Lehrbetrieb und Jugendorganisation. Unter Beizug der neuesten wissenschaftlichen Forschungsergebnisse wird nachgewiesen, wie der junge Mensch sich in diesen Bereichen bewegt, wie er sie erlebt, sich zu ihnen einstellt und sich mit ihnen auseinandersetzt. Zur Sprache kommen auch die Sonderfragen wie Jugendarbeitslosigkeit, Schulschwierigkeiten, der vorzeitige Abgang von der Mittelschule, der Ablösungsprozess von den Eltern, Probleme der Jugendhäuser und das neue Verhältnis zur Sexualität. Ein Querschnitt über allgemeine Entwicklungsmerkmale und entwicklungstypisches Verhalten der jungen Menschen leitet zur Diskussion über die Aufgaben und Möglichkeiten der pädagogischen Führung über.
Das Buch wendet sich an Eltern, Lehrer, Jugendgruppenleiter. Es eignet sich gut zum Selbststudium, vor allem aber auch als Arbeitsbuch für Gruppengespräche.

Susanne Stöcklin-Meier: Lebendige Kreisspiele
Orell Füssli, Zürich, Fr. 18.50
Haben in unserer Zeit die Fahrräder und Dreiräder, der Spielplatzmangel und die Isolierung das Kreisspiel verdrängt? Die Verfasserin liefert einen Gegenbeweis, indem sie durch ungezählte Beispiele die Lebendigkeit des Kreisspiels bezeugt. Ihr Buch enthält nicht nur einen Überblick und eine Sammlung der bekanntesten und beliebtesten Kreisspiele im deutschsprachigen Raum, von Fall zu Fall mit dem erforderlichen Notenmaterial, sondern auch eine Beschreibung des Spielablaufs. Die Autorin hat dabei vorliegende Literatur verarbeitet und sich vor allem auf eigene Beobachtungen und Sammlung gestützt. Die nicht einfache Einteilung in einzelne Gattungen verläuft vom einfachen Abzählreim über die Leierspiele zu den Hochzeitsreigen, erzählt Kindermoritaten, beschreibt Fangspiele und endet mit den anspruchsvollen Kreisspielen mit Spielbeigaben und den Tanzspielen. Die einzelnen Kapitel sind eingeleitet mit einer kurzen kulturhistorischen Betrachtung, die auf die wesentlichen Spielmomente eingeht. Entscheidend wichtig sind die Fotografien, die nicht nur die nötige Anschauung bieten, sondern auch als Spielanleitung aufgefasst werden können.

STÖCKLI gesunde Luft
Casana
Luftbefeuchter



Die einfachen, problemlosen Luftbefeuchter **ohne jeglichen Energieverbrauch!**

Unter den verschiedenen Modellen und Grössen finden Sie für jeden Raum einen passenden Verdunster.

Erhältlich in allen Geschäften der Eisenwaren- oder Haushaltbranche.

STÖCKLI

Hersteller:
A. & J. Stöckli AG
Metall- und Plastikwarenfabrik
8754 Netstal

Zentralblatt des Schweizerischen Gemeinnützigen Frauenvereins

Redaktion:
Frau Jolanda Senn-Gartmann
Ralligweg 10, 3012 Bern
Telefon 031 23 54 75
(Manuskripte an diese Adresse)

Druck und Verlag:
Büchler + Co AG, 3084 Wabern
Tel. 031 54 11 11

Inserate:
Büchler-Inseratregie
3084 Wabern
Tel. 031 54 11 11, Telex 32697
Sachbearbeiterin: Ruth Schmutz
Druckauflage: 9900 Ex.

Abonnemente:
Mitglieder Fr. 9.–
Nichtmitglieder Fr. 10.–
Bestellungen an:
Büchler + Co AG, 3084 Wabern
Tel. 031 54 11 11
PC-Konto 30-286
Sachbearbeiterin: Ida Trachsel

Die Zeitschrift erscheint monatlich. Nachdruck des Inhalts unter Quellenangabe gestattet.

Postscheck-nummern:
Zentralkasse des SGF:
30-1188 Bern
Adoptivkindervermittlung:
80-24270 Zürich
Gartenbauschule Niederlenz:
50-1778, Aarau
Stiftung Schweiz. Ferienheime «Für Mutter und Kind»
80-13747 Zürich

18.1-212051
SCHWEIZ LANDESBIBLIOTHEK
HALLWYLSTR 15
3003 BERN

AZ/PP
CH-3084 Wabern
Abonnement poste

Adressberichtigungen nach A 1, Nr. 179 melden

Imprimé à taxe réduite

SGF Zentralblatt

Patria

Ihre Sicherheit

Als Kunde der Patria finden Sie Sicherheit durch umfassenden Versicherungsschutz.

Als Mitarbeiter der Patria geniessen Sie die Sicherheit eines grossen Unternehmens.

Wenden Sie sich an uns, wir geben Ihnen unverbindlich Auskunft über die beruflichen Möglichkeiten in der Versicherungsbranche, sei es im Aussen- oder Innendienst. Wir freuen uns auf eine Kontaktnahme.

Schweizerische Lebensversicherungs-Gesellschaft auf Gegenseitigkeit

Generaldirektion
St. Alban-Anlage 26, 4002 Basel, Tel.: 061 22 55 11

Generalagenturen in
Aarau, Basel, Bern, Biel, Chur, Delémont, Frauenfeld, Fribourg, Genf, Langenthal, Lausanne, Liestal, Lugano, Luzern, Morges, Neuchâtel, Rapperswil, Rorschach, St. Gallen, Schaffhausen, Sion, Solothurn, Sursee, Thun, Vevey, Winterthur, Zug, Zürich.