Zeitschrift: Schweizer Spiegel

Herausgeber: Guggenbühl und Huber

Band: 43 (1967-1968)

Heft: 2

Artikel: "Muss denn zuerst etwas passieren, Herr Doktor?" : Neue Hilfsmöglichkeiten für kranke Betagte und ihre Angehörigen

Autor: Isenschmid, Hans

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1079751

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: 02.10.2025

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

«Muss denn zuerst etwas passieren, Herr Doktor?»

Von Dr. med. Hans Isenschmid, Stadtarzt in Zürich

Neue Hilfsmöglichkeiten für kranke Betagte und ihre Angehörigen

Die Frage, ob denn zuerst ein Unglück geschehen müsse, bevor etwas unternommen werde, stellte mir kürzlich eine Frau, welche unsere Bettenvermittlungsstelle aufgesucht hatte, um ihre betagte Mutter für den Eintritt in ein Krankenheim anzumelden.

Die bald 80jährige Mutter lebte seit Jahrzehnten als Witwe in ihrer kleinen Zweizimmerwohnung. Sie hatte sich nie von ihrer vertrauten Umgebung, ihren Möbeln und ihren gewohnten vier Wänden trennen können und hatte es verlernt, mit anderen Menschen mehr als den allernötigsten Kontakt zu pflegen. Vorschläge ihrer Angehörigen, in ein Altersheim einzutreten, hatte sie jeweils entschieden und entrüstet abgelehnt. Schließlich mußte mehr und mehr die Tochter im Haushalt der Greisin zum Rechten sehen, was für sie, die selber eine große Familie zu betreuen hatte, auf die Dauer eine unzumutbare Überlastung bedeutete.

Die Mutter wurde vergeßlich; man mußte befürchten, daß sie die Pfanne auf dem Gasherd vergessen und dadurch einen Unfall herbeiführen könnte. Ihre Stimmung war schlecht; meistens war sie deprimiert und sprach gerne vom Sterben. Es kam vor, daß sie die Wohnungsglocke nicht hörte, und da sie ihre Wohnung seit jeher ängstlich verschlossen hielt, konnten dann auch die Angehörigen die Wohnung nicht mehr betreten und machten sich Sorgen, ob der Mutter nicht etwas zugestoßen sei.

Aus den Schilderungen wurde mir bald klar, daß es sich bei der alten Frau um eine jener alterskranken Patienten handelte, bei welchen leichte arteriosklerotische Hirnveränderungen eine verhängnisvolle Entwicklung ausgelöst hatten. Die Frau konnte ihr Altwerden nicht mehr im guten Sinn erleben. Sie hatte sich deshalb isoliert und war in den trostlosen Zustand der Altersdepression geraten. – Trotz der Dringlichkeit des Falles mußte ich die Tochter auf später vertrösten. Nirgends war ein Platz frei. Die Frau wurde darüber begreiflicherweise etwas unwillig.

Zum Glück verlief die Wartezeit ohne Zwischenfall. Immerhin lastete die Verantwortung auf allen Beteiligten, auch auf mir. Die Patientin konnte dann in ein Heim für Chronischkranke aufgenommen werden. Als sie die Anfangsschwierigkeiten einmal überwunden hatte, war sie selbst froh, daß man nun für sie sorgte und daß sie nicht allein war. Es ging ihr rasch besser. Die Abkapselung von der Umwelt war durchbrochen. Die Ernährung, welche sie arg vernachlässigt hatte, war wieder genügend und abwechslungsreich. Vor allem aber: sie hatte wieder Freude am Leben. Sie fand sogar wieder Gefallen am Handarbeiten und saß den größten Teil des Tages bei ihrer Stickerei. Regelmäßig bekam sie den Besuch ihrer Angehörigen, welche sich, unbelastet von Verantwortung, an der Mutter freuen konnten und erlebten, daß das Alter auch seine schönen Seiten haben kann.

Das eine Beispiel steht für unzählige ähnliche. 1966 gingen in der Stadt Zürich 2429 Anmeldungen kranker Betagter ein. Es ist klar, daß man wirkliche Notfälle rascher aufnehmen muß als andere. Die durchschnittliche Wartezeit, die man für Frauen, die in ein Kranken- oder Pflegeheim eintreten wollten, errechnete, betrug 327 Tage. Diese Wartezeit ist nicht immer leicht zu überbrücken. Bedenkt man, daß 1966 947 Anmeldungen nicht berücksichtigt werden konnten, so ist man froh, daß nicht häufiger «etwas passiert».

Die ganze westliche Welt leidet heute unter dem Mangel an Betten für Alterskranke. Sicher ist es notwendig, diesen Mangel durch den Bau von Spitälern und Heimen möglichst bald zu beheben. Diese Anstrengungen werden jedoch bei uns, wie überall, durch Geld- und Personalknappheit gehemmt. Es gilt daher, auch nach anderen, neuen Lösungen zu suchen und alle Möglichkeiten, von denen man sich für alterskranke Menschen und ihre Angehörigen Hilfe versprechen kann, voll auszuschöpfen.

Altersdepression ist nicht unumgängliches Schicksal!

Es gibt zwei Hauptfeinde des Alters: die Vereinsamung und die Beschäftigungslosigkeit. Sie führen den Menschen unweigerlich in eine traurige Verstimmung, in die so häufige Altersdepression hinein.

Wir müssen uns bewußt sein, daß ganz besonders bei alten Menschen körperliches und seelisches Kranksein fast nicht getrennt werden kann. Beide Sphären, Körper und Seele, beeinflussen sich wechselseitig. Das wirkt sich oft verhängnisvoll aus, gibt uns aber andererseits vermehrte Angriffspunkte zur Hilfeleistung. Muß der Arzt beim Versuch, körperliche Störungen zu beheben, resignieren, bleibt doch immer noch bis zuletzt die große Chance seelischer Beeinflussung. Man hat früher die seelischen Einflüsse auf den Verlauf der Alterskrankheiten unterschätzt und tut das vielerorts auch heute noch. Vieles wurde dem schicksalsmäßigen Verlauf der Arteriosklerose in die Schuhe geschoben, zum Teil zu Unrecht, wie man allmählich einsieht.

Gerade die Arteriosklerose hat, befällt sie das Gehirn, immer mehr oder weniger ausgeprägte psychische Veränderungen zur Folge. Das Auffälligste ist die Störung des Gedächtnisses. Die Merkfähigkeit und das Gedächtnis für Frischerlebtes können fast völlig verlorengehen, während sich der Kranke an weit zurückliegende Dinge noch gut erinnert. Wenn wir mit einem solchen Menschen ein Gespräch über seine Jugendzeit führen, werden wir interessante Einzelheiten erfahren, und das Gespräch wird uns und unseren Partner befriedigen und anregen. Fragen wir ihn aber etwa, was er heute zu Mittag gegessen habe, müssen wir uns oft mit einer unbestimmten, nichtssagenden Antwort begnügen oder erregen vielleicht sogar den Mißmut unseres Gegenübers.

Solche Gedächtnisstörungen haben dann ihrerseits zur Folge, daß man völlig in der Vergangenheit lebt, daß die heutige Realität nicht mehr aufge-

Herr Doktor . . .

nommen wird und daß die Anpassung an etwas Neues äußerst schwierig werden kann. Je mehr sich der alte Mensch dessen bewußt wird, desto mehr wird er in depressive Stimmung verfallen.

Unsere Zeit mit ihren rasanten Entwicklungen in Technik und Wissenschaft stellt schon an den jüngeren Menschen übermäßige Ansprüche; wie sehr aber muß sich da der Betagte zurückgeblieben fühlen, wie sehr wird er im praktischen Leben überfordert oder kommt gar in ernsthafte Gefahr! Ich finde es immer recht tragisch, wenn ich einen alten Menschen vor dem Gewirr einer modernen Lichtsignalanlage im städtischen Verkehr beobachte. Er ist hilflos, kommt zehnmal zu spät, wird beschimpft und – was ihn noch mehr trifft – wird belächelt. Man nimmt ihn nicht mehr ernst. Das Gefühl, überholt zu sein, nicht mehr für voll genommen zu werden, führt ihn erst recht in Vereinsamung und Depression.

Eine unzumutbare Belastung

Seelische Störungen wirken nun aber eigenartig auf die Umgebung: sie sind ansteckend. Wer schon gezwungen war, mit Seelischkranken zusammenzuleben oder zu arbeiten, weiß, wie das gemeint ist. Die Spannungen um solche Kranke führen dazu, daß die gesunden Mitmenschen ihre seelische Widerstandskraft einbüßen, und zwar gerade dann, wenn sie sich besonders Mühe geben, auf den Kranken Rücksicht zu nehmen. Man mutet in solchen Fällen den Angehörigen Unmögliches zu, wenn man von ihnen verlangt, ihre alterskranken Eltern zu sich zu nehmen. Die Stimmungen und Launen solcher Patienten vermögen ein sonst harmonisches Zusammenleben der Familie richtiggehend zu zerstören. Die Leidtragenden sind dann meist die Frauen, die Familienmütter, denn sie fühlen sich für die Atmosphäre in ihrer Familie verantwortlich.

Man hört immer wieder den Vorwurf, früher habe die Familie die Kraft allein aufgebracht, für die betagten Angehörigen zu sorgen, und es wird gern als ein Zeichen für den Zerfall der Familiengemeinschaft genommen, daß man heute mehr auf die öffentlichen Dienste angewiesen sei. Das ist doch wohl eine Verzerrung der Tatsachen. Nicht nur haben sich unsere Lebensbedingungen, unsere Arbeits- und unsere Wohnverhältnisse zum Beispiel, gewaltig geändert; dadurch, daß die Lebenserwartung größer geworden ist und der Mensch allgemein älter wird, ist der Anteil der mehr als Fünfundsechzigjährigen an der Gesamtbevölkerung der Schweiz in den letzten hundert Jahren von 5,1 auf 10,2 Prozent, also auf das Doppelte, angestiegen. Die heutige Situation läßt sich mit der früheren nicht einfach so obenhin vergleichen.

Unsere Aufgabe heute besteht darin, einerseits den alterskranken Betagten so zu helfen, daß ihnen wenn immer

Chivers Christmas
Plum Pudding
Zur festlichen Stimmung gehört etwas Aussergewöhnliches : Plum Pudding.
Wer eine extra feine, typisch englische Spezialität bevorzugt, stellt als süsse Überraschung Chivers Christmas Plum Pudding auf.

Stofer

Pilz-Konserven AG, Pratteln

möglich eine gewisse Selbständigkeit und Unabhängigkeit erhalten bleibt, ohne daß sie einsam und verbittert der Altersdepression verfallen; und andrerseits müssen wir, wo das Zusammenleben von alterskranken Menschen mit der jüngeren Generation unumgänglich ist, den Angehörigen dieses Zusammenleben nach Möglichkeit erleichtern.

«Bei uns gibt es kein Familienleben mehr!»

Diesmal war es ein Mann, der so klagte, ein verzweifelter Familienvater, der vor Jahresfrist seinen Schwiegervater bei sich aufgenommen hatte. Der alte Mann hatte sich früher weder im Beruf noch in der Familie je anpassen müssen, sondern er war ein recht selbstherrlicher Ehemann und Vater gewesen. Außer seinem Beruf hatte er kaum Interessen gekannt, und seit der Pensionierung war er meist untätig herumgesessen. Als dann seine Frau starb, blieb ein verwöhnter und hilfloser Mann zurück. Tochter und Schwiegersohn entschlossen sich auf das Drängen von Verwandten hin und nicht ohne eigene Bedenken, den Vater zu sich zu nehmen.

Sie hatten es sich leichter vorgestellt! Der Vater beanspruchte seine Tochter fast ganz für sich. Eine beginnende Hirnarteriosklerose hatte seine schon von jeher autoritären Züge verstärkt. Die Tochter hatte sich seit der Kindheit wohl innerlich nie ganz von diesem strengen Vater lösen können und hatte es jetzt sehr schwer, das rechte Maß an Zuwendung zu ihrem nunmehr krankhaft egoistischen Vater zu finden. So stand sie mit ihrem Gewissen zwischen Ehemann und Vater. Der Gatte fühlte sich vernachlässigt, und auch den beiden Kindern blieben die Spannungen nicht verborgen. Der Platz in der Wohnung war knapp, was das Zusammenleben zusätzlich erschwerte. So litten fünf Menschen untereinander, die sich früher gut verstanden hatten, und es war ihnen nicht einmal ganz klar, warum sie eigentlich solche Schwierigkeiten hatten.

Eine genaue ärztliche Untersuchung des Patienten deckte recht schwere körperliche und seelische Altersstörungen auf. Er weigerte sich kategorisch, in ein Krankenheim einzutreten. Auch glaubte es die Tochter nicht verantworten zu können, ihn, wie sie es nannte, «versorgen» zu lassen.

Wir fanden die Lösung schließlich darin, daß der alte Mann als Tagespatient in ein Heim aufgenommen wurde. Er war ja noch durchaus beweglich genug, um jeden Morgen mit dem Tram ins Heim zu fahren und abends nach dem Nachtessen wieder heimzukehren. Im Heim machte er den Tageslauf der übrigen Kranken mit. Ganz besonders wichtig war für ihn die Ablenkung durch sinnvolle Tätigkeit. Das moderne Heim verfügte über Räume, Werkzeuge und geschultes Personal für Beschäftigungstherapie. Hier begann er zu schnitzen und zu sägen, und nachdem er sich einige Fertigkeit angeeignet hatte, freute er sich an den gelungenen Ergebnissen seiner Tätigkeit. Zudem fand er im Heim Leidensgenossen.

Die Familie der Tochter war weitgehend entlastet. Man vertrug sich wieder, wenn man morgens und abends zusammenkam, und man konnte wieder von einem geordneten Familienleben sprechen.

Eine neue Lösung: das Tagesheim

Das Tagesheim ist bei uns noch nicht sehr bekannt, doch wird es sich lohnen, ihm in Zukunft mehr Beachtung zu schenken. Dem Kranken werden im Tagesheim die Vorteile des Heimes zuteil, ohne daß ihm dabei das häusliche Milieu verloren geht und ohne daß er seine Selbständigkeit ganz aufgeben muß. Er erhält im Heim zu essen und – was wichtig ist – er nimmt die Mahlzeiten in Gesellschaft ein. Er wird zu einer seinem Zustand angepaßten Beschäftigung angeleitet, er wird umsorgt und fühlt sich aufgehoben und geborgen.

Jedes neue Spital oder Heim für Alters- und Chronischkranke sollte baulich für die Aufnahme von Tagespatienten vorbereitet sein. Auch bereits bestehende Heime und Spitäler eignen sich meistens für die Aufnahme einer gewissen Anzahl von Tagespatienten. Der Mehrbedarf an Personal ist gering. Viele Einrichtungen, man denke etwa an die Küche oder an Aufenthaltsräume, können gemeinsam benützt werden. Wenn nötig erhält der Betagte im Tagesheim ärztliche Betreuung. Wichtiger für ihn jedoch ist, daß er da Gesellschaft, Beschäftigung und Unterhaltung findet und Vereinsamung und Untätigkeit so wirkungsvoll bekämpft werden können.

Ich hatte Gelegenheit, Tagesheime in England zu besuchen. Dort ist diese Einrichtung schon lange bekannt und hat sich sehr gut eingespielt. Eines dieser Tagesheime für Alterskranke ist in einem von Garten umgebenen älteren Privathaus, in einem ruhigen, aber verkehrstechnisch günstigen Quartier, untergebracht. Von einer Leiterin und zwei Beschäftigungstherapeutinnen werden in diesem Zweifamilienhaus etwa 50 zum Teil schwer alterskranke Männer und Frauen betreut. Die Hälfte von ihnen lebt noch allein zu Hause. Viele können nicht mit öffentlichen Verkehrsmitteln das Heim erreichen. Da waltet dann eine wichtige Persönlichkeit ihres Amtes: der Chauffeur, welcher mit einem Kleinbus die Invaliden zwischen acht und zehn Uhr morgens zu Hause abholt und sie abends zwischen sechzehn und achtzehn Uhr wieder heimbringt. Er ist nicht nur für den Transport verantwortlich, sondern auch dafür, daß offengelassene Wasser- und Gashahnen abgestellt werden, daß das Licht ausgeschaltet und gefährliches Feuer gelöscht wird, bevor er mit den Patienten deren Heim verläßt. Er meldet auch, wenn ihm von einem regelmäßigen Besucher die Türe eines Morgens nicht geöffnet wird.

Weitere Hilfsmöglichkeiten

Manchmal kann das Zusammenleben der Angehörigen mit alterskranken Menschen auch bereits dadurch erleichtert werden, daß der Betagte von Zeit zu Zeit für einen vorübergehen-

Herr Doktor . . .

den Ferienaufenthalt in ein Heim übersiedelt. Die Stadt Zürich besitzt zum Beispiel ein solches Heim in Stäfa, in schöner Umgebung gelegen, das eigens für Alters- und Chronischkranke gedacht ist, sie aber nur kurzfristig aufnimmt. Vielleicht fährt die Familie für diese Zeit in die Ferien, oder die Trennung kann sonst zur Entspannung beitragen.

Der Förderung bedürfen aber auch alle die alltäglichen kleineren Hilfeleistungen: die Hilfe unter Nachbarn, Hilfe durch Jugendliche, Altersnachmittage und Altersclubs, Altersturnen, Haushilfedienst, Hauspflege und Gemeindekrankenpflege. Sie alle tragen dazu bei, der verhängnisvollen Altersdepression vorzubeugen.

Im Ausland an etlichen Orten bewährt, bei uns noch nicht verwirklicht sind die Mahlzeitenlieferungen an alleinstehende Betagte und der Wäschedienst für die Betreuer von Alterskranken. Entsprechende Versuche würden sich auch bei uns lohnen.

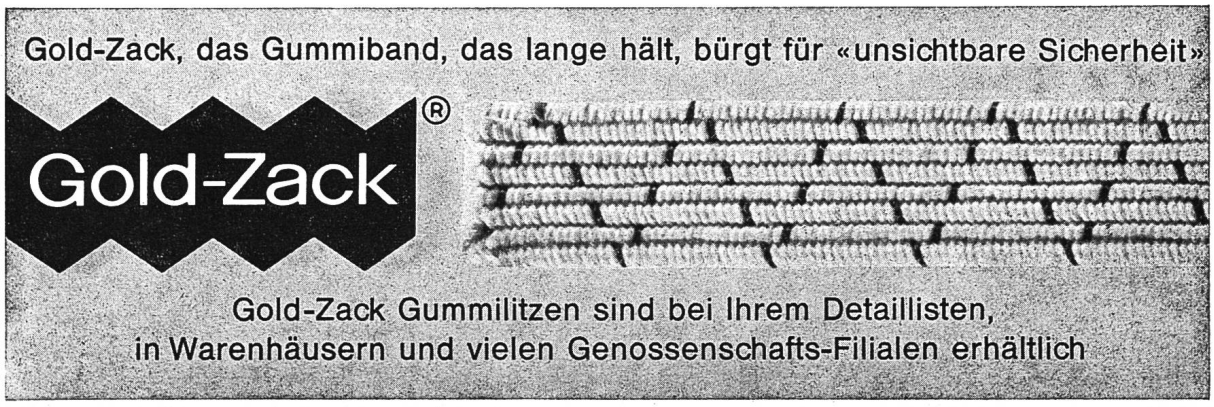
Es geht uns alle an!

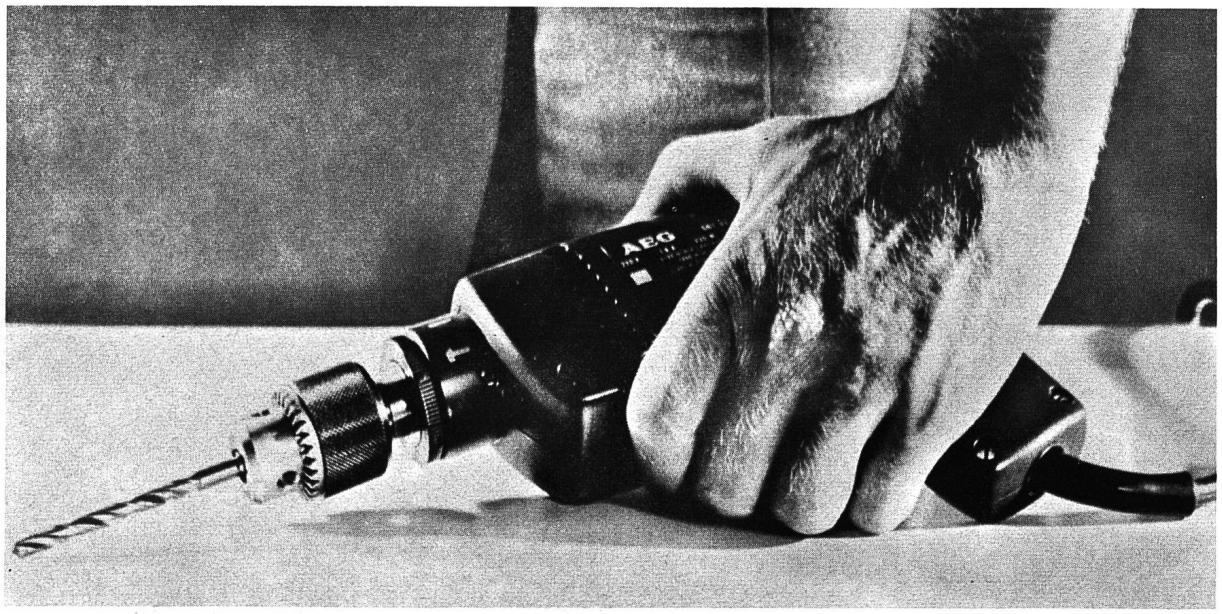
Es sind große Anstrengungen des ganzen Volkes zur Lösung der rasch zunehmenden Altersprobleme dringend nötig. Sie müssen getragen sein von einer neuen Haltung dem Alter gegenüber.

Jedermann weiß, wie wichtig die erste Lebenszeit des Menschen für seine spätere Entwicklung ist, weil da die Weichen für die zukünftigen Lebensstufen gestellt werden. In dieser Zeit wird auch die Vorstellung des Menschen über das Wesen des Alters geprägt. Nicht nur Eltern sind gute oder schlechte Vorbilder, sondern auch Groß- und Urgroßeltern. Empfinden diese ihr Alter nur als Last, als Periode des Ausgedienthabens und als sinnloses Anhängsel an das produktive Leben, dann wird auch der Enkel Angst oder gar Abscheu vor den im Alter zu erwartenden Dingen bekommen, er wird von diesem negativen Vorbild beeinflußt. Die Vorbereitung zum Alter müßte schon mit der Erziehung beginnen. Es ist für die Kinder nicht nur eine Bereicherung ihrer Jugendzeit, sondern auch wegweisend für später, wenn sie zufriedene betagte Menschen in ihrer Familie haben, die vom Sinn ihres Daseins erfüllt sind.

Altwerden ist in unserer Zeit vielleicht schwerer als früher. Altwerden heißt, dem Erlebnis der Leistungsabnahme und der Vereinsamung ausgesetzt zu sein. Wie dieses spannungsreiche Erlebnis verarbeitet wird, hängt einmal ab von unseren Anlagen, dann auch davon, ob es uns gelungen ist, unser bisheriges Dasein mit Sinn zu erfüllen, und schließlich davon, was uns unser Leben bis dahin gelehrt hat. Ob es uns gelehrt hat, Schmerzen zu ertragen ohne übertriebenes Selbstmitleid; ob es uns gelehrt hat, Konflikte mit den Mitmenschen in offener, ehrlicher Auseinandersetzung auszutragen, oder ob wir den Konflikten aus dem Wege gegangen sind. Ob wir erkannt haben, daß es neben den Leistungswerten auch ganz einfache Daseinswerte gibt; daß einen Menschen lieben auch heißt, ihn loslassen können; daß es ohne das Wissen um eine dem Menschen übergeordnete, transzendente, göttliche Wirklichkeit im Leben nicht gut geht. Der reife und gemeinschaftsfähige Mensch wird besser alt werden als der unreif gebliebene, der Neurotiker oder der Sonderling. Wir alle tragen unreife, neurotische und sonderlingshafte Seiten mit uns herum, und je nach deren Ausmaß wird uns das Alter Mühe bereiten.

Es muß uns klar sein, daß Alter nicht unbedingt trauriges Alter heißt; die Altersdepression ist vermeidbar, wenn es uns gelingt, Vereinsamung und Untätigkeit zu vermeiden. Wir alle kennen ja Menschen, die auch im hohen Alter noch durchaus aktiv am Leben teilhaben, die sich für Aufgaben und Ideen einsetzen, wenn auch vielleicht mit beschränkteren Kräften und auf andere Weise als früher, bedächtiger und geruhsamer. Ihr erfülltes Alter fällt ihnen nicht einfach von selber zu, sondern sie bemühen sich darum. Eine solche Erfüllung läßt sich leichter finden, wenn wir das Alter als eine vollberechtigte, würdige Lebensstufe betrachten, die ihre besonderen Werte in der Beschaulichkeit, in der Meditation, im rückblickenden Zusammenfassen des Lebens und im Weitergeben der Tradition hat. Wenn wir das anerkennen, verlieren wir die Angst vor dem Altwerden und gewinnen die Kraft, um die auf uns zukommenden Probleme zu meistern.





Das ist nicht nur eine Bohrmaschine.

Es ist mehr: Eine gute Geldanlage mit 3 grossen Vorzügen zu einem einzigartigen Preis.

Die neue AEG-Schlagbohrmaschine.

Das ist neu. Der neue AEG-Heimwerker ist 1. eine echte Schlagbohrmaschine, 2. noch stärker, 3. noch vielseitiger in der Anwendung. Dennoch wird er zu einem Preis angeboten, der erstaunlich ist.

Ist Schlagbohren so wichtig? Schlagbohren ist wichtig. Wir leben in einer neuen «Steinzeit». Wände, Decken, Mauern sind aus Beton oder Hartstein. Wenn Sie da hineinwollen, brauchen Sie eine Schlagbohrmaschine. Der neue AEG-Schlagbohrer geht durch Beton «wie durch Butter».

Eine gute Geldanlage??? Die neue AEG-Schlagbohrmaschine ist für Männer gemacht, die nicht viel reden und fragen, sondern zupacken und es selber machen. In der Hand eines solchen Mannes ist der neue AEG-Schlagbohrer bares Geld. Die Schlagbohrmaschine ist vielseitig, so sicher und dauerhaft, dass Sie sich kaum eine bessere Geldanlage denken können.

Wie teuer ist sie? Die neue AEG-Schlagbohrmaschine SB 1-330 kostet Fr. 190.-. Hier ihre einzigartigen Vorteile:

1. Eine echte Schlagbohrmaschine.
2. Starke Aufnahmeleistung von 330 Watt.
3. Grosse mechanische und elektrische Sicherheit.

Neunfach getestet und kontrolliert. 190 Franken für eine so starke Schlagbohrmaschine – das ist einzigartig.

Das neue AEG-Heimwerker-Programm. Die neue AEG-Schlagbohrmaschine SB 1-330 ist Teil des AEG-Heimwerker-Baukasten-Systems: 5 starke Maschinen, davon 3 Schlagbohrer, 13 Zusatzgeräte, mehrere praktische Koffer, Werkzeugsätze und komplette Werkzeugschränke.

Alle AEG-Maschinen und -Geräte sind beste Qualitätsklasse. Und alles passt zu allem. Sie brauchen nicht mehr zu kaufen, als Sie wollen; aber Sie bekommen alles, was Sie brauchen.

Lassen Sie sich das gesamte Programm des AEG-Heimwerkers in Ihrem Fachgeschäft unverbindlich zeigen.

Ich erwarte kostenlos die ausführliche Dokumentation über den AEG-Heimwerker.
Senden Sie diesen Coupon an: Generalvertretung Elektron AG, 8820 Wädenswil oder an den Grossisten AG Geiser & Co. Langenthal. (Wenn Sie den Coupon nicht ausschneiden wollen, genügt auch eine Postkarte).

Name: _____

Wohnort: _____

Strasse: _____

SS 1

Randensaft für Ihr Blut

Biotta Randensaft wird aus biologisch gezogenen Randen hergestellt und auf natürliche Weise durch Milchsäuregärung (Lactofermentation) haltbar gemacht. Die Vitamine und Wirkstoffe der frischen Rande bleiben dabei unverändert; ja, der Gehalt des Biotta Randensaftes wird durch die Milchsäuregärung noch aufgewertet. Im Biotta Randensaft verbinden sich somit die großen Vorzüge der natürlich gewachsenen Rande mit den Wirkstoffen der pflanzlichen Milchsäuregärung.

Überall in der Welt, wo sich Völker einer ausgezeichneten Gesundheit erfreuen und wo hohes Alter erreicht wird, finden wir Milchsäuregärungsprodukte. Ohne sie gibt es kein Freisein von chronischen Krankheiten.

Dr. J. Kuhl

Biotta Randensaft wirkt dank des Vitamin-B_{12}-Gehaltes zudem **blutbildend.** Deshalb: Vor jedem Essen ein Gläschen Biotta Randensaft! Sie spüren bald die gute Wirkung! Biotta-Säfte in Reformhäusern, Drogerien und Lebensmittelgeschäften.

Immer mehr Menschen trinken Biotta-Säfte. Dies führte zu einer erfreulichen Umsatzsteigerung und Kostensenkung, die unseren Kunden zugute kommen soll. Unser Beitrag zur Teuerungsbekämpfung: Biotta-Säfte kosten nur noch Fr. 2.70 statt Fr. 2.95.

Biotta Gemüsebau AG, 8274 Tägerwilen TG, Tel. (072) 9 67 11

Biotta