

# ZUM WÜRDIGEN UMGANG MIT ÄLTEREN MENSCHEN

CHARTA DER ZIVILGESELLSCHAFT



# WIR SETZEN UNS EIN FÜR EINE GESELLSCHAFT ...

- ... die die demografische Alterung als Chance und ältere Menschen als wertvolle Ressource wahrnimmt.
- ... die das Altern als eine zum Menschsein gehörende Entwicklung bejaht.
- ... in der ältere Menschen selbstbewusst eine ihnen entsprechende Alterskultur leben und gestalten.
- ... in der sich ältere Menschen bis ins hohe Alter weiterentwickeln können.
- ... in der Menschen zu ihrer Verletzlichkeit, Abhängigkeit und Endlichkeit stehen und dabei auf die Solidarität der anderen zählen können.
- ... die die Würde alter Menschen uneingeschränkt respektiert, wie immer ihr gesundheitlicher Zustand oder ihre Lebenssituation sein mag.
- ... in der betagte Menschen die Unterstützung bekommen, die sie nötig haben, und in der entsprechende Angebote bedarfsgerecht entwickelt werden.
- ... in der die Selbstbestimmung älterer Menschen auch bei reduzierter Urteilsfähigkeit respektiert wird.
- ... in der die psychosozialen Bedürfnisse von älteren Menschen ebenso ernst genommen werden wie ihre leiblichen Bedürfnisse.
- ... in der das Sterben als ein Teil des Lebens wahrgenommen wird und alle vom Sterben Betroffenen auf hilfreiche, würdevolle Art Unterstützung erfahren.

TEIL I:

# THESEN



## 1.

### DEMOGRAFISCHE ALTERUNG ALS CHANCE UND HERAUSFORDERUNG

Wir werden im Durchschnitt älter als alle Generationen vor uns. Der Anteil älterer Menschen an der Gesamtbevölkerung nimmt zu. Die Gruppe der Hochbetagten wächst am stärksten. Immer mehr ältere Menschen bleiben bis ins fortgeschrittene Alter relativ gesund und selbstständig. Der Gesellschaft steht eine immer grössere Gestaltungskraft älterer Menschen zur Verfügung. Diese Ressource gilt es wahrzunehmen und zu nutzen. Die demografische Alterung ist als Errungenschaft der modernen Gesellschaft zu würdigen und mit ihren Chancen und Herausforderungen ernst zu nehmen. Ältere Menschen sind ein bedeutendes Segment der Gesellschaft, dem wir zu einem grossen Teil den gegenwärtigen Wohlstand verdanken. Es ist ihnen mit Respekt und Wertschätzung zu begegnen, und jeglicher Altersdiskriminierung ist zu wehren.

→ Wir setzen uns ein für eine Gesellschaft, die die demografische Alterung als Chance und ältere Menschen als wertvolle Ressource wahrnimmt.

## 2.

### ALTERN BEJAHEN

Die meisten Menschen wollen möglichst lange leben. Aber die wenigsten möchten alt sein. Doch das Alter gehört zum Lauf des Lebens. Leben heisst: sich verändern und älter werden. Dies bedingt einen gesellschaftlichen Kontext, der das Alter würdigt und Rahmenbedingungen schafft, die ein gutes Altern ermöglichen – unabhängig vom jeweiligen gesundheitlichen Zustand. Eine stark boomende Anti-Aging-Bewegung suggeriert uns, möglichst lange jung zu bleiben. Ihre radikalen Vertreter verstehen Altern als etwas Defizitäres und Krankhaftes, das es zu bekämpfen gilt. Diese Sichtweise ist zu verwerfen; sie fördert eine altersfeindliche Einstellung der Gesellschaft und setzt alte Menschen unter Druck. Eine Gesellschaft des langen Lebens braucht eine grundsätzlich positive Bewertung des Alters, ohne seine beschwerlichen Seiten schönzureden.

→ Wir setzen uns ein für eine Gesellschaft, die das Altern als eine zum Menschsein gehörende Entwicklung bejaht.

### 3.

#### EINE NEUE ALTERSKULTUR ENTWICKELN

Jede Lebensphase hat ihre eigene Bedeutung, ihre eigenen Möglichkeiten und Herausforderungen. Wenn der Slogan «forever young» Jugendlichkeit zum erstrebenswerten Ziel erklärt, wird eine Lebensphase zur Norm für das ganze Leben gemacht. Keine Lebensphase kann aber zum Massstab werden für andere Lebensphasen. Nur wenn Junge bewusst ihre Jugend und Alte selbstbewusst ihr Altsein leben, können sich beide im Miteinander der verschiedenen Generationen bereichern. Alte Menschen sind deshalb zu ermutigen, selbstbewusst zu ihrem Altsein zu stehen, eine ihrer Lebensphase entsprechende Alterskultur mit eigenen Werten und Prioritäten zu entwickeln und diese aktiv in die Gesellschaft einzubringen. In der Gesellschaft sind einer solchen Alterskultur Raum und Anerkennung zu verschaffen. Sie wird sich auch in einem entsprechenden Angebot an Wohnraum niederschlagen, der auf die spezifischen Bedürfnisse alter Menschen ausgerichtet ist.

→ Wir setzen uns ein für eine Gesellschaft, in der ältere Menschen selbstbewusst eine ihnen entsprechende Alterskultur leben und gestalten.

### 4.

#### ALTERN STELLT EINE CHANCE ZUR WEITERENTWICKLUNG DAR

Die neuere Alter(n)sforschung hat deutlich gemacht, dass sich Menschen bis ins hohe Alter weiterentwickeln können. Diese Entwicklung bringt Gewinne mit sich – für die alternde Person wie für die Gesellschaft als Ganzes. Solche Gewinne entstehen auch dort, wo es jemandem gelingt, altersbedingte Verluste konstruktiv zu verarbeiten. Es ist Aufgabe der Gesellschaft, Rahmenbedingungen zu schaffen, die die Entwicklung im Alter fördern und es älteren Menschen ermöglichen, eigene Ressourcen zu nutzen und sich bis ans Lebensende persönlich weiterzuentwickeln.

→ Wir setzen uns ein für eine Gesellschaft, in der sich ältere Menschen bis ins hohe Alter weiterentwickeln können.

## 5.

### AUSEINANDERSETZUNG MIT ZENTRALEN FRAGEN DES MENSCHSEINS

Hochbetagte Menschen werden besonders stark mit der Erfahrung von Grenzen und Verlusten konfrontiert. Sie spüren zunehmend das Angewiesensein auf andere sowie die Endlichkeit des Lebens. Das alles sind zentrale Aspekte jeden Lebens. Betagte Menschen fordern die Gesellschaft heraus, über die grundlegende Bedeutung solcher Erfahrungen für das Leben in all seinen Phasen nachzudenken. Sie helfen der Gesellschaft, elementare menschliche Phänomene wie Verletzlichkeit, Abhängigkeit und Endlichkeit nicht zu verdrängen; denn ohne ein Annehmen dieser Realitäten gibt es kein erfülltes Menschsein und keine humane Gesellschaft.

→ Wir setzen uns ein für eine Gesellschaft, in der Menschen zu ihrer Verletzlichkeit, Abhängigkeit und Endlichkeit stehen und dabei auf die Solidarität der anderen zählen können.

## 6.

### DIE WÜRDE DES MENSCHEN BLEIBT AUCH IM HOHEN ALTER UNVERLIERBAR

Die Würde jedes Menschen ist in jeder Situation unverlierbar und damit unantastbar. Sie ist an keine Bedingungen geknüpft und gilt unabhängig von Gesundheit oder Krankheit, von vorhandenen Fähigkeiten oder erlittenen Verlusten, unabhängig auch von der finanziellen Situation. Menschen mit Demenz etwa oder stark pflegeabhängigen Betagten kommt diese Menschenwürde genauso zu wie allen anderen Menschen. Sie beinhaltet den Anspruch, von andern würdig und respektvoll behandelt zu werden. Wenn es heute Stimmen gibt, die die Meinung vertreten, dass alte, hochbetagte Menschen durch schwere Erkrankung wie z. B. eine Demenz ihre Würde verlieren, ist dem entschieden entgegenzutreten. Allerdings können Pflege und Betreuung oder Rahmenbedingungen des Lebens unwürdig sein, wenn sie die unverlierbare Würde einer Person zu wenig respektieren.

→ Wir setzen uns ein für eine Gesellschaft, die die Würde alter Menschen uneingeschränkt respektiert, wie immer ihr gesundheitlicher Zustand oder ihre Lebenssituation sein mag.

## 7.

### DER UNTERSTÜTZUNGSBEDARF VON BETAGTEN NIMMT ZU

Durch die demografische Entwicklung steigt in den kommenden Jahrzehnten der Bedarf an Pflege, Betreuung und Begleitung Hochbetagter stark an. Wie dieser Bedarf abgedeckt werden soll, ist derzeit noch unklar. Es gehört aber zu den dringlichen Aufgaben von Politik und Gesellschaft, hier Lösungen zu erarbeiten. Tragfähige Lösungen können nur gefunden werden, wenn der Bereich der Begleitung, der Betreuung und der Pflege («care») sowie der Rehabilitation gegenüber dem Bereich der Akutmedizin («cure») stärker gefördert wird; wenn häusliche und institutionelle Pflege und Betreuung als höchst anspruchsvolle, gesellschaftlich und politisch bedeutungsvolle Aufgabe anerkannt und entsprechend honoriert werden; wenn die Aufgabe von Betreuung und Pflege nicht mehr einseitig Frauen überlassen, sondern auch von Männern wahrgenommen wird. Angesichts der absehbaren Abnahme familiärer Pflege und des auf uns zukommenden Mangels an Pflegefachpersonen ist ein neuer Mix aus Angeboten stationärer Pflegeeinrichtungen, Spitex-Dienstleistungen, familiärer Pflege und Entlastungsdiensten zu suchen. Eine optimal aufeinander abgestimmte Versorgungskette im professionellen wie im ehrenamtlichen Bereich ist zu fördern, wobei die Solidarität zwischen den älteren Menschen selbst gebührend zu beachten ist. Dazu gehört auch eine intensive Förderung von Aus- und Weiterbildung der in diesem Bereich tätigen Personen.

→ Wir setzen uns ein für eine Gesellschaft, in der betagte Menschen die Unterstützung bekommen, die sie nötig haben, und in der entsprechende Angebote bedarfsgerecht entwickelt werden.

## 8.

### BEHANDLUNG, PFLEGE UND BETREUUNG ORIENTIEREN SICH AN DER SELBSTBESTIMMUNG

Betagte Menschen, die auf Unterstützung angewiesen sind, haben einen bleibenden Anspruch darauf, in ihrer Selbstbestimmung respektiert zu werden. Dies gilt auch dann noch, wenn sie nicht mehr fähig sind, ihre Autonomie selber auszudrücken. Pflege und Betreuung haben vorhandene Ressourcen von Pflegebedürftigen und deren Selbstständigkeit zu fördern. Unterstützung zielt auf Hilfe zur Selbsthilfe. Wenn Menschen nicht mehr urteilsfähig sind, muss deren mutmasslicher Wille eruiert werden. Er gilt dann als handlungsleitend. In diesem Zusammenhang sind Patientenverfügungen ernst zu nehmen. Stellvertretende Entscheidungen sind in strukturierten, interdisziplinären Entscheidungsprozessen aller Betroffenen inkl. nahe stehender Personen zu treffen.

→ Wir setzen uns ein für eine Gesellschaft, in der die Selbstbestimmung älterer Menschen auch bei reduzierter Urteilsfähigkeit respektiert wird.

## 9.

### MENSCHLICHE ZUWENDUNG IST EBENSO WICHTIG WIE FACHLICHE UNTERSTÜTZUNG

Ganzheitliche Pflege und Betreuung bestehen nicht nur aus kompetenten Verrichtungen, sondern ebenso aus menschlicher Zuwendung und mitfühlender Gesprächsbereitschaft gegenüber Pflegebedürftigen und ihren Angehörigen. Solche Zuwendung muss auch in entsprechenden Abrechnungssystemen berücksichtigt werden können.

→ Wir setzen uns ein für eine Gesellschaft, in der die psychosozialen Bedürfnisse von älteren Menschen ebenso ernst genommen werden wie ihre leiblichen Bedürfnisse.



## 10.

### ENTWICKLUNG EINER MENSCHENWÜRDIGEN KULTUR DES STERBENS

Sterben ist ein zentraler Aspekt des Lebens. Da die Mehrheit der Menschen heute in Heimen und Spitälern stirbt, kommt diesen Institutionen im Hinblick auf die Entwicklung einer menschenwürdigen Kultur des Sterbens eine besondere Bedeutung zu. Die Themen Sterben, Sterbekultur und Sterbehilfe sind auch in der Öffentlichkeit möglichst differenziert zu diskutieren. Es obliegt der öffentlichen Hand, für gute Rahmenbedingungen des Sterbens und für Angebote zur Unterstützung Sterbender und ihrer Angehörigen zu sorgen. Die Sorge für ein möglichst gutes Sterben ist Teil der Bemühungen um möglichst hohe Lebensqualität bis zuletzt. Dabei kommt der Förderung von Palliative Care zentrale Bedeutung zu. Humane Medizin geht davon aus, dass nicht nur die Bekämpfung des Todes zu ihrer Aufgabe gehört, sondern ebenso eine würdevolle Sterbebegleitung.

→ Wir setzen uns ein für eine Gesellschaft, in der das Sterben als ein Teil des Lebens wahrgenommen wird und alle vom Sterben Betroffenen auf hilfreiche, würdevolle Art Unterstützung erfahren.



TEIL II:

## FORDERUNGEN

Im Folgenden werden exemplarisch Forderungen formuliert, die sich aus den in Teil I aufgeführten Thesen ergeben. Die Auflistung will die verschiedenen Akteure, die sich mit dem Thema Alter befasst haben, dazu anregen, in ihrem jeweiligen Kontext weitere Konsequenzen aus den Thesen zu formulieren.

## 1.

### DEMOGRAFISCHE ALTERUNG ALS CHANCE UND HERAUSFORDERUNG

- Es gilt, die demografische Alterung als Chance deutlich zu machen und sie nicht immer nur als Problem zu thematisieren.
- Der in der Vergangenheit geleistete Beitrag alter Menschen zur Gesellschaft und ihr gegenwärtiger Beitrag in vielen Bereichen sind in der Öffentlichkeit stärker zu würdigen. Aktive Seniorinnen und Senioren sind in möglichst vielen gesellschaftlichen Bereichen beizuziehen und in ihrem Engagement zu unterstützen.
- Die Diskussion in Politik und Medien muss sich um sachliche Differenziertheit bemühen und darauf verzichten, durch abwertende Begriffe wie «Überalterung», «Altersschwemme», «Alterslast», «Vergreisung der Gesellschaft» oder «Heiminsassen» ältere Menschen abzuwerten.

## 2.

### ALTERN BEJAHEN

- Wir erwarten eine Berichterstattung der Medien über alte Menschen, die deren Ressourcen ernst nimmt und nicht an einer einseitigen Defizit-Perspektive orientiert ist. Organisationen der Pflege und Betreuung alter Menschen sind besonders herausgefordert, eine entsprechende Medienarbeit mitzugestalten.
- Positive Altersbilder sind stärker ins Bewusstsein der Öffentlichkeit zu bringen. Eine gezielte Gesundheitsförderung im Blick auf das Alter – im Sinne der Stärkung physischer und psychischer Ressourcen älterer Menschen – ist zentral.
- Die geriatrische bzw. gerontopsychiatrische Medizin und Pflege sind zu fördern, und zwar in der Aus- und Weiterbildung ebenso wie als Arbeitsfeld.
- Älteren Menschen ist mit Respekt und Rücksicht zu begegnen. Sie sind so zu behandeln, wie man später einmal selbst von Jüngeren behandelt werden möchte.

### 3.

#### EINE NEUE ALTERSKULTUR ENTWICKELN

- Ältere Menschen sind zu ermutigen, eine eigene, ihrem Alter entsprechende Kultur zu entwickeln und sich nicht an den Maßstäben jüngerer Generationen zu orientieren.
- Die Selbstorganisation älterer Menschen und alle Formen ihrer gesellschaftlichen Partizipation sind zu unterstützen. Die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen sind so zu gestalten, dass es alten Menschen möglich wird, sich selbst für ihre Anliegen einzusetzen. So ist darauf zu achten, dass sie gleichberechtigt in gesellschaftlichen und politischen Gremien vertreten sind.
- Die Bildung von Seniorinnen- und Seniorräten in Gemeinden oder von Bewohnerinnen- und Bewohnerräten in Heimen ist zu begrüßen.
- Das Rentenalter ist zu flexibilisieren.

### 4.

#### ALTERN STELLT EINE CHANCE ZUR WEITERENTWICKLUNG DAR

- Möglichkeiten zur Weiterbildung im Alter und zur Partizipation älterer Menschen am Leben der Gesellschaft sind zu fördern. Gleichzeitig ist zu respektieren, dass gewisse Menschen von diesen Möglichkeiten keinen Gebrauch machen wollen oder können.
- Die Gesellschaft wird immer mehr darauf angewiesen sein, Arbeits-, Einsatz- und Beschäftigungsmöglichkeiten für ältere Menschen bereitzustellen.
- In der Begleitung älterer Menschen ist die Bereitschaft wichtig, mit ihnen auch über grundlegende existenzielle Fragen zu sprechen, die sie in ihrer Lebensphase beschäftigen.
- Intergenerationelle Begegnungen vermitteln wichtige Impulse zur Weiterentwicklung und sind deshalb zu fördern.
- Älteren Menschen sind neuere Technologien zugänglich zu machen. Andererseits ist sicherzustellen, dass sich alte Menschen auch ohne Vertrautheit mit neueren Technologien im Bereich öffentlicher Dienstleistungen zurechtfinden.
- Der Service Public ist auch auf die Bedürfnisse alter Menschen auszugestalten.
- Die Alltagsgestaltung in Heimen hat sich an den Bedürfnissen und Ressourcen der dort Wohnenden auszurichten.

## 5.

### AUSEINANDERSETZUNG MIT ZENTRALEN FRAGEN DES MENSCHSEINS

- Menschliche Erfahrungen wie Kranksein, Sterben oder Abhängigkeit von der Unterstützung anderer sind als zentrale Aspekte des Menschseins zu verstehen und in unser Menschenbild zu integrieren.
- Es muss wieder ins öffentliche Bewusstsein dringen, dass auch ein Leben mit Einschränkungen ein wertvolles und sinnvolles Leben ist.

## 6.

### DIE WÜRDE DES MENSCHEN BLEIBT AUCH IM HOHEN ALTER UNVERLIERBAR

- Die Menschenwürde und die Menschenrechte älterer Menschen sind anzuerkennen und unbedingt zu respektieren. Der Rede über den Verlust der Würde im Alter oder durch Krankheit ist entschieden entgegenzutreten.
- Generell abwertende Einstellungen zum Alter («ageism») sind bewusst zu machen und zu bekämpfen.
- Es sind Ombuds- und Kriseninterventionsstellen gegen Altersdiskriminierung und jede Form von Gewalt an älteren Menschen zu schaffen.
- Die würdevolle Begleitung alter Menschen im institutionellen wie im häuslichen Bereich ist durch geeignete Massnahmen sicherzustellen.

## 7.

### DER UNTERSTÜTZUNGSBEDARF VON BETAGTEN NIMMT ZU

- Gerontologisches und geriatrisches Wissen sind in der pflegerischen wie ärztlichen Ausbildung stärker zu gewichten.
- Gerontologische Forschung – inkl. Bereitstellung von statistischen Grundlagen – ist zu fördern.
- Ambulante und teilstationäre Pflegedienste sind auszubauen.
- Auch ältere Menschen haben Anspruch auf Rehabilitation. Eine entsprechende Finanzierung ist sicherzustellen.
- Angepasste Unterstützungsangebote für alle alten Menschen sind zur Verfügung zu stellen (auch z.B. für ältere Migrantinnen und Migranten oder für psychisch kranke alte Menschen). Auch psychosoziale Begleitung muss bei Bedarf möglich sein.
- Es sind alle nötigen Massnahmen zu treffen, um in der Schweiz genügend Fachpersonen der Pflege und der Betreuung auszubilden.
- Arbeitsbedingungen sind zu fördern, die es professionell Pflegenden mit familiären Verpflichtungen, älteren professionellen Pflegenden und Wiedereinsteigenden erleichtern, den Pflegeberuf weiter auszuüben oder ihn wieder aufzunehmen.
- Die Rahmenbedingungen für familiäre Pflege sind zu verbessern bzw. vorhandene Möglichkeiten bekannt zu machen (z.B. Lohnkompensation für berufstätige und auch pflegende Angehörige).
- Pflegende Angehörige sind durch entsprechende Beratungs- und Entlastungsangebote stärker zu unterstützen. Solche Angebote sollen durch die Öffentlichkeit finanziell unterstützt werden.
- Initiativen ehrenamtlicher Unterstützung wie «Senioren für Senioren» sowie Formen nachbarschaftlicher Hilfe sind zu fördern.
- Die Arbeit ehrenamtlich tätiger Personen ist gesellschaftlich stärker anzuerkennen und zu unterstützen.

## 8.

### **BEHANDLUNG, PFLEGE UND BETREUUNG ORIENTIEREN SICH AN DER SELBSTBESTIMMUNG**

- Eine bedürfnisorientierte und personenzentrierte Pflege ist zu stärken.
- Geleitete interdisziplinäre Fallbesprechungen zur Ermittlung des mutmasslichen Willens einer älteren Person sind zu fördern. Die Angehörigen sind dabei einzubeziehen.
- Die Inhalte des neuen Erwachsenen-schutzrechts sind bekannt zu machen.

## 9.

### **MENSCHLICHE ZUWENDUNG IST EBENSO WICHTIG WIE FACHLICHE UNTERSTÜTZUNG**

- Menschliche Zuwendung muss als Grundbestandteil von Betreuung und Pflege anerkannt werden. Dies sollte schon in Stellenbeschreibungen deutlich werden. Die finanzielle Entschädigung der Betreuungs- und Pflegeleistungen ist entsprechend zu gestalten.
- Ein angemessener Personalschlüssel ist sicherzustellen.
- Die Aus- und Weiterbildung von Mitarbeitenden ist mit Blick auf ihre psychosozialen Kompetenzen zu fördern. Ebenso kann die Möglichkeit eines Coachings hilfreich sein.

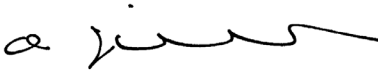
## 10.

### ENTWICKLUNG EINER MENSCHEN- WÜRDIGEN KULTUR DES STERBENS

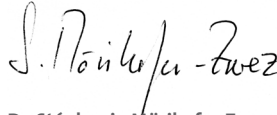
- Die Entwicklung von Palliative-Care-Konzepten und deren Finanzierung ist zu fördern.
- Die Aus- und Weiterbildung im Blick auf Palliative Care ist zu verstärken.
- Mobile Palliative-Care-Teams, die von kleineren Institutionen zur Unterstützung beigezogen werden können, sind zu bilden.
- Die Umsetzung der vom Bundesamt für Gesundheit BAG skizzierten nationalen Palliative-Care-Strategie (inkl. Finanzierung) ist zügig an die Hand zu nehmen.
- Die Möglichkeit, zu Hause zu sterben, ist durch Ausbau von Spitex- und Palliative-Care-Teams zu fördern.




# WIR UNTERSTÜTZEN DIESE CHARTA



Dr. Otto Piller  
Präsident  
CURAVIVA Schweiz  
Verband Heime und Institutionen Schweiz



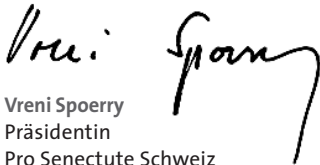
Dr. Stéphanie Mörkofer-Zwey  
Präsidentin  
Spitex Verband Schweiz



Silvia Indermaur  
Vize-Präsidentin  
curahumanis  
Fachverband für Pflege und Betreuung



Birgitta Martensson  
Geschäftsleiterin  
Schweizerische Alzheimervereinigung



Vreni Spoerry  
Präsidentin  
Pro Senectute Schweiz



René Rhinow  
Präsident  
Schweizerisches Rotes Kreuz



Pierre Théraulaz  
Präsident  
SBK Schweizer Berufsverband  
der Pflegefachfrauen und Pflegefachmänner



Daniel Biedermann  
Präsident  
UBA Schweiz  
Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter

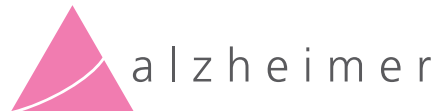
---

**CURAVIVA.CH**



---

cura  humanis



## **IMPRESSUM**

### **Herausgeber**

CURAVIVA Schweiz, Fachbereich Alter  
Zieglerstrasse 53  
Postfach 1003  
3000 Bern 14  
Telefon 031 385 33 33  
info@curaviva.ch, www.curaviva.ch

### **Entwicklung**

Dr. Heinz Rügger, Institut Neumünster, Zürich

### **Bildquelle**

CURAVIVA, iStockphoto

### **Layout/Satz**

Satzart AG, Bern

### **Druck**

Rub Graf-Lehmann AG, Bern

Ausgabe Mai 2010

Zu bestellen bei:

CURAVIVA Schweiz · Zieglerstrasse 53 · Postfach 1003 · 3000 Bern 14  
Telefon +41 (0)31 385 33 33 · Fax +41 (0)31 385 33 34 · [www.curaviva.ch](http://www.curaviva.ch) · [info@curaviva.ch](mailto:info@curaviva.ch)