

# EXMA INFO



**Im Alter unabhängig  
bleiben**



# Q50 R carbon

Leichter reisen mit dem 14,5 kg faltbaren  
Carbon-Elektrollstuhl

## WO AUCH IMMER IHR ZIEL IST, DER Q50 R CARBON IST IHR PERFEKTER REISEBEGLEITER

Mit einem Gewicht von nur **14,5 kg** (ohne Akku) und aus hochwertigem Carbon gefertigt lässt er sich in Sekundenschnelle falten und auf engstem Raum verstauen – und das alles, ohne den Akku entnehmen zu müssen.

Ausserdem bringt er Sie mit der bewährten QUICKIE-Leistung von A nach B (oder sogar von A nach Z bis zu einer **Reichweite von 24 km** – dank Zusatzakku).



[www.SunriseMedical.ch](http://www.SunriseMedical.ch)





Liebe Leserin, lieber Leser

Der berühmte dritte Lebensabschnitt und mit ihm der letzte Arbeitstag liegen für mich in Griffnähe. Lange habe ich diesen Moment ignoriert. Nun merke ich, dass er mich immer mehr beschäftigt. Manchmal auch nachts. Die Verantwortung für gute wirtschaftliche Ergebnisse, für Arbeitsplätze und ein gutes Arbeitsklima abzugeben, erleichtert mich. Doch vermisse ich jetzt schon die schönen Momente, in denen wir in Arbeitsgruppen nach konstruktiven Lösungen gesucht, darüber diskutiert und sie dann erfolgreich umgesetzt haben. Gutes gemeinsam zu schaffen, ist sehr befriedigend. Ich danke allen von Herzen, die während meinen 17 Jahren als Geschäftsführer den Erfolg der SAHB mitgestaltet haben.

Das Alter kommt schleichend, lange habe ich mich jung gefühlt. Doch auch ich musste mittlerweile merken, dass die körperliche Spritzigkeit und die Spannkraft schon grösser waren, dass das Anziehen der Socken leichter fiel und die Balance sicherer war. In meinen letzten Ferien war ich im Strassenverkehr vorsichtiger und sicherheitsbewusster unterwegs.

Mit dem Älterwerden habe ich auch viele Dinge zu schätzen gelernt. Etwa, nicht mehr alles erleben zu müssen oder meine Grenzen zu erkennen und zu akzeptieren. Nach dem Motto «Weniger ist mehr» bin ich genussreicher unterwegs. Weil ich langsamer unterwegs bin und weniger will, empfinde ich weniger Stress. Ich habe die Freiheit, zu entscheiden, was ich jetzt noch erleben und umsetzen will – gelassen und zuversichtlich.

Eine Türe schliesst sich, eine neue geht auf, so ist das Leben. Vielleicht öffnen sich Ihnen beim Lesen unserer Tipps fürs Alter auch neue Türen, damit Sie lange und selbstständig zu Hause wohnen können.

Ich wünsche Ihnen eine tolle, von Zufriedenheit geprägte Zukunft.

Ueli Siegrist  
Geschäftsführer

**Titelbild**

Gloor Rehab. & Co AG  
Mattenweg 5  
CH-4458 Eptingen  
T +41 62 299 00 50  
mail@gloorrehab.ch  
www.gloorrehab.com



# Lebensqualität dank Mobilität.

Ein Fahrzeug muss sich an Sie und Ihre Bedürfnisse anpassen – nicht umgekehrt. Unsere Umbauten nach Mass werden seit 1978 in unserer Werkstatt in Bergdietikon gefertigt.



Rollstuhlverladehilfe



Ein- und Aussteigehilfen



## RolliPro™

Die clevere Lösung für Menschen mit Mobilitätseinschränkung.

FAHRZEUGAUSBAU  
**WALDSPURGER**



BEWÄHRT UND INNOVATIV

Kontaktieren Sie uns für weitere Informationen. Wir beraten Sie gern.

044 743 80 40 • [waldspurger.ch](http://waldspurger.ch)

Das Pflegebett für daheim  
Zum Kaufen oder Mieten



HEIMELIG  
BETTEN  
Das Pflegebett für daheim



Im Pflegefall brauchen Sie jemanden, der zuhört, mitdenkt und zügig helfen kann. Darum steht bei uns ein persönlicher, effizienter Service und eine zuverlässige Qualität an erster Stelle. **Nehmen Sie gerne mit uns Kontakt auf und profitieren Sie von unserer langjährigen Erfahrung und unserem Fachwissen.**

heimelig betten AG  
Einfangstrasse 9 · CH-8575 Bürglen  
T 071 672 70 80  
[heimelig.ch](http://heimelig.ch) · [info@heimelig.ch](mailto:info@heimelig.ch)



**HÖGG**  
LIFTSYSTEME

**ST. GALLEN**

☎ 071 987 66 80

**LAUSANNE**

☎ 021 800 06 91

**BERN**

☎ 033 439 41 41

# TREPPENLIFTE

ROLLSTUHLLIFTE  
SITZLIFTE  
AUFZÜGE

*Die Lift-  
Experten*



schnelle  
Lieferung

[www.hoegglift.ch](http://www.hoegglift.ch)

5 JAHRE GARANTIE



# Im Alter unabhängig bleiben

**Älteren Menschen fällt es oft schwer, sich einzugestehen, dass sie nicht mehr der Jungbrunnen von einst sind. Verständlich, dass sie so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden wohnen möchten. Mit kleinen, cleveren Anpassungen und Hilfsmitteln lässt sich bereits viel machen.**

Im Laufe der Jahre verändert sich das Leben. Oft schleichend. Das Seh- und das Hörvermögen lassen allmählich nach. Die einst selbstverständliche körperliche und geistige Belastbarkeit nimmt ab. Wer Eltern in einem gewissen Alter hat, stellt früher oder später viele kleine Veränderungen an deren Verhalten fest. Es ist wichtig, dass Angehörige mit Verständnis darauf reagieren und die Betroffenen frühzeitig darauf hinweisen. Denn je älter ein Mensch wird, umso mehr ist man mit Alterssturheit konfrontiert. Betroffenen fallen Veränderungen schwer und können Angst auslösen.

Alte Menschen tun sich teilweise schwer damit, in ein Alters- oder Pflegeheim zu ziehen. Das Bild von herumsitzenden, gelangweilten Menschen ist in vielen Köpfen verankert. Diese Zeiten sind jedoch vorbei. In den meisten Institutionen gibt es abwechslungsreiche Unterhaltungsprogramme und Aktivitäten.

Und die Bewohnerinnen und Bewohner profitieren vom sozialen Umfeld vor Ort.

Dennoch ist es wichtig zu wissen: Es ist im Interesse aller, dass Menschen so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden bleiben können. Das ist immer noch günstiger als ein Umzug in ein Heim oder eine andere Institution. Im Folgenden geben wir Tipps und zeigen auf, welche Hilfsmittel ältere Menschen Unterstützung bieten.

Bei der Auswahl von Hilfsmitteln ist es wichtig, individuelle Bedürfnisse und Vorlieben zu berücksichtigen. Sich professionell beraten zu lassen und die Hilfsmittel auf die eigenen Bedürfnisse einzustellen, ist das A und O. Die SAHB berät Interessierte unabhängig. Aber auch Fachleute aus der Physio- oder Ergotherapie können behilflich sein, um das bestmögliche Ergebnis zu erzielen. In der Ausstellung der SAHB in Oensingen (SO),

*Bild 1: Der Rollator bietet Stabilität und Sicherheit beim Gehen.*

*Bild 2: Dank einem Elektroscooter sind Menschen mit Mobilitätseinschränkungen unabhängig unterwegs.*





Bild 3: Notrufsysteme sind Gold wert, wenn jemand schnell Hilfe anfordern muss.



Bild 4: Haltegriffe bieten viel Sicherheit beim Toilettengang und bei der Körperpflege.



Bild 5: Ein Duschsitz reduziert die Sturzgefahr beim Duschen.



Bild 6: Ein Badebrett erleichtert den Einstieg in die Badewanne.





der Exma VISION, können Interessierte viele Hilfsmittel ausprobieren.

### **Selbstständig unterwegs dank Mobilitätshilfen**

Dank Hilfsmitteln können Seniorinnen und Senioren weiterhin aktiv und selbstständig am täglichen Leben teilnehmen und ihre Lebensqualität erheblich steigern. Für eine Person, die nicht mehr so gut zu Fuss unterwegs ist, ist ein Rollator ein wertvolles Hilfsmittel. Er bietet Sicherheit beim Gehen und kann Stürze verhindern. Dank den Bremsen ist die nutzende Person auch sicher, wenn sie abwärts geht. Möchte die Person selbstständig einkaufen, hilft ein Rollator mit Sitzgelegenheit und Korb oder Tasche enorm. Kleinere Einkäufe sind sicher verstaut, und bei Ermüdung setzt sich die Person einfach einen Moment hin und ruht sich aus. Eine andere gute Möglichkeit zum unabhängigen und sicheren Fortbewegen ist ein Elektroscooter mit drei oder vier Rädern.

Manchmal ist ein Rollstuhl das passende Hilfsmittel. Rollstühle gibt es in allen möglichen Varianten. Von Standardrollstühlen, die sich manuell bedienen lassen, über Elektrorollstühle für drinnen und draussen bis hin zu Spezialrollstühlen wie Stehrollstühle oder Reiserollstühle. Kurz: Es gibt für jedes Bedürfnis die passende Lösung.

### **Technologien auf dem Vormarsch**

Auch elektronische Hilfsmittel spielen im barrierefreien Leben eine immer grössere Rolle. Mit Smart-Home-Systemen steuert man Licht, Temperatur, Sicherheit und mehr per Sprachbefehl oder Smartphone – einfach per Knopfdruck und ohne Kraftaufwand.

Ein Notrufsystem – in Form eines Armbands, einer Kette oder eines Mobilgeräts – bietet Seniorinnen und Senioren sowie ihren Angehörigen ein Gefühl der Sicherheit. Per Knopfdruck können Nutzende im Notfall rasch Hilfe rufen.

Gesundheits- und Fitness-Tracker messen Gesundheitsdaten wie Herzfrequenz, Schlaf und Aktivität. Erinnerungssysteme helfen, dass unter anderem das Einnehmen

von Medikamenten oder andere Aufgaben nicht vergessen gehen. Smartphones, Tablets und Computer werden immer altersgerechter und barrierefreier. Die Textvergrösserung macht Texte besser lesbar. Viele Geräte bieten integrierte Optionen zum Anpassen der Textgrösse, sodass ältere Menschen auch digitale Medien ohne Einschränkungen nutzen können. Alternativ können sie sich die Texte auch vorlesen lassen. Zudem gibt es Apps, die das Gedächtnis trainieren.

### **Hilfsmittel für zu Hause**

Damit jemand so lange wie möglich zu Hause wohnen kann, ist es wichtig, das Umfeld entsprechend zu gestalten. Um Stürze zu verhindern, müssen unnötige Stolperfallen, wie Teppiche oder Blumentöpfe, entfernt werden. Auch sollten dunkle Ecken gut ausgeleuchtet sein. Generell gilt: Weniger ist oft mehr, und man bewegt sich freier und sicherer in den eigenen vier Wänden.

### **Sicher vor Stürzen im Badezimmer**

Insbesondere im Badezimmer, wo der Boden rutschig sein kann, sind Haltegriffe und -stangen Gold wert. Sie bieten Halt und Stabilität beim Nutzen des WC, in der Dusche oder der Badewanne und senken das Risiko von Stürzen erheblich. Fachleute montieren die Haltegriffe. Weitere Helfer im Bad sind Duschsitze, Dusch-WC oder eine WC-Sitz-Erhöhung. Ein Badebrett unterstützt beim Einstieg in die und beim Ausstieg aus der Badewanne. Wichtig ist, dass sich Duschkabintentüren gegen aussen öffnen lassen. Im Notfall kann man so einer hilfsbedürftigen Person aus der Dusche helfen.

Rutschfeste Bodenbeläge können im Bad, aber auch im Rest der Wohnung verlegt werden. Sie bieten einen zusätzlichen Schutz vor Ausrutschen und Fallen.

Übrigens: Was ist, wenn man bei der Körperpflege Hilfe braucht? In den Kantonen gibt es Vermittlungsstellen für Organisationen, die älteren Menschen zu einem vergünstigten Preis ihre Dienste anbieten. Verschiedene Spitex-Organisationen



Bild 7: Ein Sitztreppenlift braucht wenig Platz und bringt Personen sicher von einem Stockwerk ins andere.



Bild 8: Ein Bett mit Seitengittern und Kippfunktion erleichtert den Ein- und den Ausstieg.



Bild 9: Ein multifunktionaler Aufstehessel bringt Nutzende in die richtige Position – ob beim bequemen Liegen, beim Lesen oder als Hilfe zum Aufstehen.





bieten einen solchen Dienst ebenfalls – für die Körperpflege sowie für die Reinigung zu Hause. Verschreibt die Hausärztin oder der Hausarzt eine solche Unterstützung, übernehmen die Krankenkassen einen Teil der Kosten. Es lohnt sich also, dies abzuklären.

### **Zu Hause Schwellen und Stufen überwinden**

Barrierefreiheit ist der Schlüssel, wenn es um das Wohlbefinden älterer Menschen geht. Dank einer barrierefreien Umgebung bewegen sie sich frei und ungehindert in ihren eigenen vier Wänden.

Rampen und breite Türen erleichtern den Zugang und die Mobilität in die häusliche Umgebung. Sie ermöglichen Menschen mit Gehhilfen oder im Rollstuhl, sich ohne fremde Hilfe zu bewegen, und fördern somit die Selbstständigkeit und Freiheit im Alltag.

Treppen lassen sich mit einem Treppenlift einfach überwinden. Treppenlifte gibt es in den unterschiedlichsten Varianten – egal, ob für gerade oder kurvige Treppen. Fest montierte Handläufe sind sehr nützlich. Beidseitig angebracht, schützen sie vor Stürzen und bieten mehr Sicherheit beim Treppensteigen.

### **Gut schlafen**

Ein Niederflurbett oder auch Niederbett ist ein Pflegebett, das sich sehr weit nach unten absenken lässt. Dies erleichtert Nutzenden das Einsteigen ins und das Aussteigen aus dem Bett und minimiert die Sturzgefahr. Ein Bett mit Seitengittern schützt zudem vor dem Herausfallen während des Schlafens.

### **Sitzgelegenheiten mit Extrakomfort**

Ergonomisch gestaltete und leicht zugängliche Sitzgelegenheiten erhöhen den Komfort und die Sicherheit bei alltäglichen Aktivitäten wie Essen, Lesen oder Fernsehen. Sie können dazu beitragen, dass ältere Menschen länger selbstständig bleiben und sich ihre Lebensqualität verbessert. Dies können unter anderem Sessel und Stühle mit einer integrierten Aufstehhilfe sein.

### **Kleine Hilfsmittel mit grosser Wirkung von der Rheumaliga**

Die Rheumaliga führt clevere Hilfsmittel, die die Gelenke entlasten und ein selbstständiges Arbeiten in der Küche ermöglichen (für mehr Infos siehe Seite 17). Zum Beispiel einen Schraubdeckelöffner. Er verfügt über gezackte Greifbacken, die sich auf diverse Deckelgrössen einstellen lassen. Den Edelstahlgriff umschliesst man mit lockerem Faustgriff. Durch die Hebelwirkung braucht es deutlich weniger Kraft, den Drehverschluss zu öffnen.

Volle Pfannen sind schnell schwer. Dank einem mobilen Griff erhält eine Pfanne mit einem Haltegriff rasch einen zweiten. So verteilt sich das Gewicht auf beide Hände. Der Haltegriff passt auf alle Pfannen und ist leicht anzubringen. Eine rutschfeste Unterlage hilft, dass Schneidebretter während des Arbeitens sicher an Ort und Stelle verbleiben. Tipp: Eine solche Unterlage spart auch beim Öffnen von Verschlüssen oder beim Rühren Kraft in der Haltehand.

Die Rheumaliga hat auch eine Rüstmatte im Angebot, die nur 36 Gramm wiegt. Besonders praktisch: Da sie biegsam ist, lässt man das Schnittgut beidhändig in die Schüssel gleiten.

### **Hören und Sehen**

Nehmen im Alter das Hör- oder das Sehvermögen ab, erschwert das die Kommunikation und die soziale Interaktion enorm. Das Anschaffen eines Hörgeräts sollten Betroffene rechtzeitig prüfen. Beantragen sie dieses vor dem Erreichen des ordentlichen Rentenalters, kommen sie auch danach in den Genuss der Besitzstandswahrung. Das bedeutet, dass von der IV finanzierte Hilfsmittel im AHV-Alter weiterfinanziert werden. Nutzen Betroffene das Hörgerät erst später, können sie bei der AHV einen Beitrag an die Kosten beantragen. Es ist wie bei einer Sehhilfe für den Nahbereich: Gewöhnt man sich früh an eine Bifokalbrille, ist die Umstellung einfacher, als wenn der Nahbereich eine starke Korrektur benötigt.







Für Menschen mit Sehschwächen erleichtern Vergrößerungsgläser das Lesen von Texten in Büchern, Zeitschriften oder auf Verpackungen erheblich.

### **Bewegung und gezieltes Training**

Bewegung ist gut für das Immunsystem sowie die psychische und physische Gesundheit, für einen entspannten Schlaf und ein stabiles Gewicht. Durch regelmässiges Training kann man Kraft und Gleichgewicht verbessern sowie das Sturzrisiko deutlich senken.

Laut Pro Senectute verletzen sich jährlich in der Schweiz 88000 Seniorinnen und Senioren bei einem Sturz. Ein gezieltes Kraft- und Gleichgewichtstraining trägt dazu bei, dass sie sich auffangen können, wenn sie strucheln oder ausrutschen. Kombiniert mit regelmässiger Bewegung im Alltag senken Kraft- und Gleichgewichtstrainings das Sturzrisiko nachweislich. Besonders wirksam sind professionell angeleitete Gruppentrainings, wie sie Pro Senectute anbietet.

Zusammenseins fühlen sich die meisten verantwortlich für die andere Person und wollen diesen Schritt selbst organisieren. Doch es lohnt sich, Hilfe von Beratungsstellen für den Übertritt in eine Institution zu holen.

### **Wertvolle Anlaufstellen**

[www.spitex.ch](http://www.spitex.ch)  
[www.rheumaliga.ch](http://www.rheumaliga.ch)  
[www.prosenectute.ch](http://www.prosenectute.ch)  
[www.sahb.ch](http://www.sahb.ch)

*Bild 10: Dank der Hebelwirkung des Schraubdeckelöffners lässt sich ein Drehverschluss mit wenig Kraftaufwand öffnen.*

*Quelle: Rheumaliga Schweiz*

*Bild 11: Aus eins mach zwei: Dank einem mobilen Haltegriff lässt sich eine Pfanne besser tragen.*

*Quelle: Rheumaliga Schweiz*

### **Beratungsstellen helfen**

Ist eine Person nicht mehr in der Lage, sich selbst zu versorgen, tut sich der Partner oder die Partnerin sehr schwer, den Umzug für diese Person in eine Institution zu unterstützen. Nach vielen Jahren des

10



11



# «Zwar brauche ich viel länger, aber es geht vorwärts!»

**Zwei Menschen, die sich seit vielen Jahren gegenseitig unterstützen und miteinander älter werden: René, der an Polyneuropathie leidet, und Esther. Was den beiden dabei hilft? Ihr unerschütterlicher Optimismus und die Arbeit im gemeinsamen Garten.**

Seit rund zwölf Jahren wohnen René (75) und Esther (71) im Aargau. Weil den beiden das Leben in Zürich im Rentenalter zu teuer geworden war, suchten sie nach einer Alternative – und wurden in Fahrwagen fündig. Ihr «Hexenhäuschen», wie sie es nennen, vereint dabei alle Wünsche: Wohnen in zwei unterschiedlichen Haushalten im selben Gebäude und ein gemeinsamer Garten, den es zu bewirtschaften gilt. Denn die Liebe zum Gärtnern verbindet die beiden. Nicht nur hier helfen und unterstützen sie sich gegenseitig.

René ist gelernter Radio- und Fernseh-elektriker mit Weiterbildung zum Hauswart. Nach einer Hirnblutung bezog er eine Teilrente, arbeitete aber dennoch viele Jahre weiter. Seit rund 25 Jahren leidet er zudem an Polyneuropathie – einer Krankheit, die das Gefühl in Füßen und Händen vermindert. Verletzt sich René beispielsweise an den Füßen oder bekommt er Blasen, spürt er dies nicht. Auf diese Weise entstanden Entzündungen, die schliesslich zur Amputation verschiedener Zehen und des rechten Vorfusses führten. Nach weiteren Komplikationen

musste auch sein linkes Bein inklusive Knie amputiert werden.

## Trainieren für das Radfahren auf der Strasse

Für den früher aktiven Radfahrer war dies zunächst ein harter Schlag – schliesslich konnte er sein geliebtes Hobby nicht mehr ausüben. Doch René liess sich nicht unterkriegen. Dank intensiver Therapie mit Gangtraining und Kraftaufbau kommt er dem Radfahren langsam wieder näher. Momentan radelt er zwar nur auf dem Hometrainer, aber die Aussichten, sich wieder auf der Strasse fortzubewegen, sind gut. Hierbei hilft ihm ein computergesteuertes Kniegelenk, mit dessen Unterstützung er sein Knie kontrolliert und sicher biegen kann. Auch Treppensteigen ist so wieder möglich.

Aktuell ist der 75-Jährige viel mit Rollstuhl oder E-Scooter unterwegs. Zur Therapie nach Schinznach (AG) fährt er beispielsweise mit öffentlichen Verkehrsmitteln. «Das funktioniert einwandfrei», erzählt er. Auf der SBB-App sieht er dabei genau, welche Transportmittel sich für ihn und sein Gefährt eignen.

Bild 1: René und Esther vor ihrem «Hexenhäuschen».  
Bild 2: Mit E-Scooter und ÖV fährt René zur Therapie ins 20 Kilometer entfernte Schinznach (AG).





«Weil das so einfach geht, nutze ich mit dem E-Scooter oft den ÖV.»

### **Badumbau in Eigenregie – auch das funktioniert**

Esther wiederum stöbert gerne in Brockenstuben nach Gegenständen, die den gemeinsamen Garten zieren. «Deshalb nennen wir es auch das «Hexenhäuschen»», erzählt sie, «weil im Garten überall Dinge herumstehen und man beim Durchlaufen immer wieder Neues entdeckt.» Mit dem Älterwerden gehe jedoch alles etwas langsamer, und die Kraft nehme ab. Deshalb hat sich Esther nach der Amputation von René's Bein schweren Herzens entschieden, den Gemüsegarten aufzugeben. «Alleine schaffe ich das nicht mehr.»

Die beiden überlegen, weitere Hilfsmittel ins Haus zu holen, einen Treppenlift zum Beispiel. Dazu sammeln sie sämtliche wichtigen Informationen. Auch ihre Badezimmer wollen sie altersgerecht umgestalten. René legt dabei selbst Hand an: In Esthers Wohnung hat er schon ganze Arbeit geleistet und das Bad umgebaut. Momentan werkelt er in seinen darunter liegenden vier Wänden. Hier ersetzt er

die Badewanne durch eine Dusche und tauscht den Dusch-WC-Aufsatz gegen ein festes Dusch-WC aus. «Zwar brauche ich viel länger für das Rausreißen, weil ich dabei nicht stehen kann», sagt René gut gelaunt, «aber es geht vorwärts!» Unterliegen lassen? Nicht mit ihm!

### **Polyneuropathie**

Polyneuropathien sind Versorgungsstörungen mehrerer Nerven, die ausserhalb des zentralen Nervensystems (Gehirn und Rückenmark) liegen. Betroffen sein können Nerven, die Bewegungen steuern, für Sinneswahrnehmungen zuständig sind oder Informationen direkt an das Gehirn leiten.

Bild 3: In Brockenstuben stöbert Esther nach Gegenständen, die den gemeinsamen Garten zieren.



# Aktiv bleiben im Alter mit den Elektroscootern Breeze von Afikim

**In der Welt der Mobilitätshilfen behaupten sich die Afikim Scooter Breeze seit Jahren erfolgreich. Sie sind zuverlässig, stabil und dank dem innovativen Zubehör drinnen und draussen der ideale Begleiter. Die Gloor Rehab. & Co AG vertreibt Produkte, die die Mobilität älterer Menschen in der Natur und in ihrem täglichen Leben erheblich verbessert.**

## Weitere Informationen

Gloor Rehab. & Co AG  
Mattenweg 5  
CH-4458 Eptingen  
T +41 62 299 00 50  
mail@gloorrehab.ch  
www.gloorrehab.com

Die Scooter Breeze bereichern mit ihren zahlreichen Vorteilen das Leben älterer Menschen und Menschen mit Mobilitätseinschränkungen. Nutzende können ihre täglichen Aktivitäten und Naturausflüge unabhängig und selbstständig gestalten. Dank den verschiedenen Modellen wählen sie den Scooter aus, der ihren Bedürfnissen und Vorlieben am besten entspricht.

## Das Dreirad S3, das Vierrad S4 und Breeze SE

Der S4 sticht als der leistungsstärkste Scooter der Breeze-Serie hervor und meistert im Freien mühelos anspruchsvolles Gelände und steile Waldwege. Dies dank seinem starken Antrieb und der exzellenten Federung. Der S4 bietet beim Fahren zusätzliche Stabilität, während der S3 mit nur drei Rädern wendig ist und enge Kurven problemlos bewältigt. Beide Modelle sind mit grossen Akkus (2 x 105 Ah) ausgestattet und für ein Personengewicht von bis zu 200 kg zugelassen.

Das Modell Breeze S lässt sich auch mit Doppelsitz, Dach, extra breiter Golfbereifung und vielem weiterem, nützlichem Zubehör ausstatten. Die Spezialoption «Fusspedal»

kommt bei einer eingeschränkten Handfunktion zum Zug.

## Das Dreirad C3 und das Vierrad C4

Die Modelle C3 und C4 sind kleiner, kompakter als die S-Modelle und trotzdem sehr stabil. Sie sind wendig und leistungsstark im Freien. Das Dreiraddesign (C3) mit einem Wendekreis von nur 128 cm ist ideal für enge Gassen und unter Umständen sogar Innenräume. Das Vierrad (C4) bietet beim Fahren mehr Stabilität als die Dreiradversion, eignet sich aber weniger für den Innenbereich. Bei idealen Bedingungen haben beide Modelle eine Reichweite von bis zu 50 km mit nur einer Batterieladung.

Wie sein grosser Bruder, der Breeze S, ist auch das C-Modell mit vielem Zubehör erhältlich: ein Dach, um den Scooter auch an Regentagen problemlos zu nutzen, ein grosser Korb, um Einkäufe mitzuführen, oder ein Stockhalter sind bestellbar.

## Das Dreirad SE

Das SE-Modell besticht durch sein einzigartiges Design und verleiht Nutzenden

Bild 1: Praktisch: Mit vier Rädern auch zu zweit unterwegs sein – das Modell S4 mit Doppelsitz macht es möglich.

Bild 2: Schattenspender oder Regenschutz – rechts ist das Modell S4 mit Dach und links sein kleinerer Bruder C4.





neben Mobilität auch Stil. Es ist die perfekte Wahl für alle, die eine einzigartige Ästhetik schätzen, ohne dabei auf Leistung verzichten zu müssen. Der SE lässt sich mühelos manövrieren, ist äusserst stabil und verfügt über eine grosse Reichweite.

#### **Komfortabel und sicher**

Hochwertige Federungen und geländegängige Reifen sorgen für eine sanfte Fahrt und Stabilität auf unebenem Terrain. Die ergonomisch gestalteten Sitze bieten auch bei längeren Fahrten höchsten Komfort. Zudem gewährleisten das zuverlässige Bremssystem und die robuste Konstruktion Sicherheit.

#### **Tipps für die Anschaffung**

Die Gloor Rehab. & Co AG empfiehlt Interessierten, die Scooter vor dem Kauf auszuprobieren, und bietet dazu einen mehrtägigen Test an. So wählen Interessierte das für sie passende Modell aus. Die erfahrenen Rehat Techniker/innen der Gloor Rehab. & Co AG stehen ihnen während der Tests zur Seite und unterstützen sie bei der Auswahl des optimalen Modells.

#### **Partner für Mobilitätshilfen im Alter**

Die Fachleute der Gloor Rehab. & Co AG verstehen die Bedürfnisse älterer Menschen genau. Das Ziel des Unternehmens: die Klient/innen bestmöglich unterstützen und beraten, um die Mobilität und die Lebensqualität zu verbessern. Neben dem Verkauf hochwertiger Scooter-Breeze-Modelle bietet die Gloor Rehab. & Co AG einen umfassenden Service. Reparieren, warten oder individuell abklären – die Rehat Techniker/innen sind in jedem Fall für die Kund/innen da. Dank dem umfangreichen Warenlager sind Produkte und Zubehör meist schnell verfügbar. Die Gloor Rehab. & Co AG führt von Hilfsmitteln rund um die Mobilität, für WC, Bad und Dusche über Alltagshilfen bis zu Pflegebetten ein umfangreiches Sortiment.

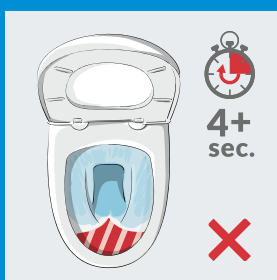
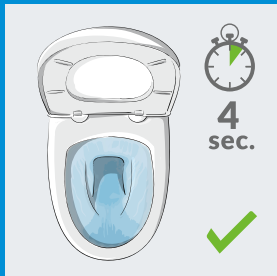
Bild 3: Mit dem SE-Modell ist man fast wie mit einem Motorrad unterwegs – zumindest optisch.



**REST CLEAN®**  
TOILETTENKULTUR

Wir beraten Sie gerne.

Gratis-Telefon  
0800 30 89 30



«De Service vo Restclean  
muesch erläbt ha!»



**Heute schon gespült?**

Die WC-Spülung dauert 4 Sekunden!



Machen Sie den Test:  
[restclean.com/diagnose](http://restclean.com/diagnose)

**RESTCLEAN AG**  
Toilettenkultur  
[info@restclean.com](mailto:info@restclean.com)  
[restclean.com](http://restclean.com)

**MEIER  
+ CO**



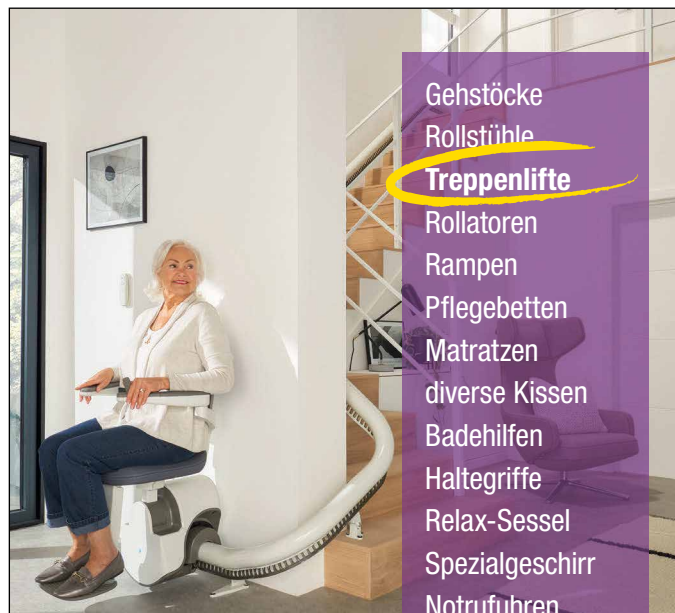
## Treppenlifte

Sitzlifte | Aufzüge | Plattformlifte

Service schweizweit, kostenlose Beratung,  
einfacher Einbau, kein Umbau nötig

**MEICOLIFT** | **MEICOSERVICE**

Meier + Co. AG, Olthnerstrasse 92, 5013 Niedergösgen  
Telefon 062 858 67 00, [info@meico.ch](mailto:info@meico.ch), [www.meico.ch](http://www.meico.ch)



Gehstöcke  
Rollstühle  
**Treppenlifte**  
Rollatoren  
Rampen  
Pflegetbetten  
Matratzen  
diverse Kissen  
Badehilfen  
Haltegriffe  
Relax-Sessel  
Spezialgeschirr  
Notrufahren  
Inkontinenzschutz  
Therapiehilfen  
und vieles mehr

**aUFORUM**

Beste Produkte für Pflege und Komfort.

Auforum AG

Im Steinenmüller 2, 4142 Münchenstein  
T 061 411 24 24, [info@auforum.ch](mailto:info@auforum.ch)

Bleichstrasse 5, 6300 Zug  
T 041 712 14 14, [zug@auforum.ch](mailto:zug@auforum.ch)

 [www.auforum.ch](http://www.auforum.ch)



# Gelenke beim Kochen entlasten

**Viele Arbeitsschritte in der Küche verlangen Kraft und extreme Gelenkstellungen. Die Rheumaliga Schweiz gibt Tipps, wie sich alltägliche Handgriffe schmerzfreier und schonender ausführen lassen. Dabei hat die Organisation clevere Hilfsmittel auf Lager.**

## Weitere Informationen

Rheumaliga Schweiz  
Josefstrasse 92  
CH-8005 Zürich  
T +41 44 487 40 00  
info@rheumaliga.ch  
www.rheumaliga.ch

Wir verbringen viel Zeit in der Küche. Dabei drehen wir Deckel auf, schneiden hartes Gemüse und heben schwere Pfannen. Oft nehmen die Gelenke extreme Stellungen ein und sind hohen Kräfteinwirkungen ausgesetzt. Ein Beispiel: die repetitive Bewegung beim Gemüserüsten. Es gibt Tricks und Hilfsmittel, die die Gelenke in eine vorteilhafte Stellung bringen, Kraft sparen und dadurch Schmerzen verringern sowie Bewegungseinschränkungen kompensieren.

### Ergonomisch geformtes Messer

Beim Schneiden winkeln wir das Handgelenk und die Finger zum Halten des Messers ab. Wer Bewegungseinschränkungen oder Schmerzen in den Fingern oder Handgelenken hat, kann dabei rasch an seine Grenzen stossen. Ein ergonomisch geformtes Messer mit abgewinkeltem Griff hilft, dass Betroffene die Gelenke während des Schneidens gerade halten können. Das Schneiden erfolgt dabei durch eine Sägebewegung. Das fühlt sich zu Beginn oft ungewohnt an. Mit etwas Übung wird die neue Bewegung immer schneller und geschickter. Das entlastet die Gelenke und verringert Schmerzen.

### Schraubverschlüsse öffnen

Um Behälter mit Schraubverschlüssen zu öffnen, müssen die Finger den Deckel

eng umschliessen, stark festhalten und mit viel Kraft aufdrehen. Insbesondere das Festhalten von kleinen Deckeln belastet die Finger, weil sich die Fingergelenke stark biegen. Auch sehr grosse Verschlüsse sind vor allem für das Daumengrundgelenk herausfordernd. Der Antirutschöffner passt sich der Grösse des Deckels an. Dank der grösseren Kontaktfläche müssen Nutzende den Deckel nicht mehr mit den Fingern umschliessen. Mithilfe der Antirutschbeschichtung lässt sich der Drehverschluss mit der flachen Hand kraftsparend öffnen. Zum Schutz des Handgelenks empfiehlt es sich, die Drehbewegung aus dem ganzen Arm heraus zu machen und das Handgelenk dabei möglichst in einer geraden Stellung zu belassen.

### Gesundheitsorganisation für Rheumabetroffene

Die Rheumaliga Schweiz ist eine gemeinnützige Gesundheitsorganisation und engagiert sich für zwei Millionen Rheumabetroffene in der Schweiz. Die Organisation unterstützt Gesunde durch Prävention und Information; Menschen mit eingeschränkter Gesundheit erfahren Hilfe durch medizinische, therapeutische, soziale und präventive Massnahmen.

Bild 1: Durch den abgewinkelten Griff beim ergonomischen Messer bleiben die Gelenke in einer geraden Haltung.

Quelle: Rheumaliga Schweiz

Bild 2: Der Antirutschöffner passt auf jeden Schraubverschluss und spart Kraft.

Quelle: Rheumaliga Schweiz



# Komfortsessel fitFORM

mit Aufstehhilfe *Rufen Sie uns an oder senden Sie uns eine E-Mail*

Gratis  
Vor-Ort-Test-  
Service



**Fitform 570** – Bequemes Sitzen und Entspannen. Aufstehhilfe, einfaches Handling, elektrische Bedienung – auf Körpermass gefertigt – individuell und einzigartig. Grenzenlose Optionsauswahl wie zum Beispiel wegklappbarer Seitenlehnen. Geeignet für zahlreiche Krankheitsbilder.



**Rückenzentrum Bern AG**  
Rodtmattstr. 90 · 3014 Bern  
Tel. 031 331 44 88  
info@rueckenzentrum.ch  
www.rueckenzentrum.ch



**ErgoPoint Rückenzentrum Zürich**  
Wallisellenstr. 453 · 8050 Zürich-Oerlikon  
Tel. 044 305 30 80  
info@sitz.ch  
www.sitz.ch

**Stannah**

- ✓ Beste Qualitätsprodukte
- ✓ 24h/7 Kundenservice
- ✓ Seit 156 Jahre Hersteller

**Leben Sie unabhängig in Ihrem Zuhause, das Sie lieben. Mit einem Treppenlift von Stannah.**

Sie wollen wegen Ihrer Treppen umziehen? Warten Sie! Mit einem Stannah Treppenlift wird Ihre Treppe kein Hindernis mehr.

Deutschschweiz  
T 044 512 52 86

Westschweiz  
T 021 510 45 30

Italienische Schweiz  
T 091 210 12 54

In der ganzen Schweiz



✉ sales@stannah.ch  
🌐 www.stannah.ch

**Rollstuhl-Rampen und Auffahrhilfen aus Aluminium:**



**Cargotech AG**

Mülilbach 2  
www.cargotech.ch  
info@cargotech.ch

8217 Wilchingen  
Tel. 052 687 08 28  
Fax 052 687 08 20



# Unbeschwert und mobil im Alltag

**Die Sehnsucht nach einfacher Fortbewegung ist allgegenwärtig. Der Ruf-Dreirad-Elektroscooter erfüllt dieses Verlangen spielend und überzeugt mit seinen Leistungseigenschaften. Die Swiss Selection GmbH stellt ihn her und stimmt ihn auf die individuellen Bedürfnisse der Nutzenden ab.**

## Weitere Informationen

Ruf-Scooter  
c/o Swiss Selection GmbH  
Lägernweg 1c  
CH-5242 Lupfig  
T +41 44 836 75 13  
info@ruf-scooter.ch  
www.ruf-scooter.ch

## Eckdaten

Gewicht: 27 kg (inkl. Akku)  
Tempo: regulierbar bis 20 km/h  
Reichweite: 30 km  
Garantie: 2 Jahre  
Besonderes: Tempomat  
Rückwärtsgang  
hydraulische Bremsen  
zusammenklappbar

Der Ruf-Dreirad-Elektroscooter ist ein umweltfreundliches und äusserst praktisches Fortbewegungsmittel. Er ist gezielt auf die Anforderungen von älteren Menschen und solchen mit eingeschränkter Mobilität ausgerichtet. Der Scooter bringt frischen Wind in den Alltag und stellt oft eine Alternative zu einem Rollstuhl dar, indem er ihn ergänzt oder gar ersetzt.

Die Swiss Selection GmbH fertigt jeden Dreirad-Elektroscooter auf Bestellung und gemäss den individuellen Wünschen der Kund/innen an. Sonderausstattungen wie Gehstockhalterungen, Autokranringe, längere und faltbare Lenkstangen, Anhängerkupplungen und breite Ledersitze sind nur einige Beispiele an Extras, die das Unternehmen anbietet.

## Sicherheit und durchdachtes Design

Dank dem optimierten Fahrwerk und der robusten Aluminiumkonstruktion gewährleistet der Scooter ein sicheres Fahrverhalten. Dies auf kurzen und längeren Strecken sowie abseits asphaltierter Strassen. Das Anfahren ist dank einem regulierbaren Drehknopf äusserst sanft. Auf abschüssigem Terrain bremst der Scooter dank hydraulischen Bremsen mühelos und ohne Kraftaufwand. Der Ruf-Scooter ist äusserst wendig, verfügt über einen Rückwärtsgang und sogar einen Tempomaten.

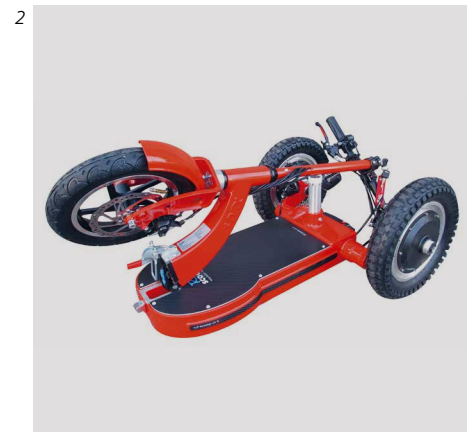
Da er sich zusammenklappen lässt, ist er ein hervorragender Begleiter auf Reisen und passt problemlos in ein Auto. Bei Bedarf lässt sich die Batterie entfernen, wodurch das Gefährt 4 kg leichter wird.

Sozialversicherungen akzeptieren und subventionieren den Ruf-Scooter als Hilfsmittel, sofern er die Höchstgeschwindigkeit von 20 km/h nicht übersteigt.

## Gut beraten zur Probefahrt

Die Fachleute der Swiss Selection GmbH sind sehr erfahren in der Mobilitätstechnik. Das spiegelt sich in ihren Beratungsgesprächen wider. Einige Teammitglieder nutzen den Scooter selbst. Diese Erfahrungen fliessen bereichernd in die Kundenberatung ein. Interessierte können den Scooter auf Anfrage in der Niederlassung in Schleinikon (ZH) oder in der Exma VISION in Oensingen (SO) testen.

Bild 1: Sicher auf drei Rädern unterwegs: Der Ruf-Elektroscooter macht es möglich.  
Bild 2: Zusammengeklappt lässt sich der Scooter gut im Auto transportieren.



Decon **E-Move** und **E-Drive** - leistungsfähige, zuverlässige und einfach zu bedienende Hilfsantriebe für Handrollstühle.

### E-Move :

An alle Bedürfnisse anpassbar; der einzige Antrieb welcher auch von Hemiplegikern benutzt werden kann.  
Radgrössen : 20, 22, 24, 25 und 26".



### E-Drive :

Einfach programmierbar; leiser Lauf, Joystick wegschwenkbar, Kippschutz mit Aufbockfunktion, Radgrössen : 16, 20, 22, 24, 25 und 26".



Auskünfte bei Ihrem Fachhändler oder bei : [www.promeditec.ch](http://www.promeditec.ch) / [info@promeditec.ch](mailto:info@promeditec.ch) / Tel 021 731 54 72

## AUTOS NACH MASS - BEWEGEND ANDERS



## Unsere Standorte in Ihrer Nähe

**Zürich**  
Laubisrütstrasse 74  
8712 Stäfa  
Tel. +41 (0)44 928 30 10

Wiesackerstrasse 100  
8105 Regensdorf  
Tel. +41 (0)44 928 30 10

Bernstrasse 27  
8952 Schlieren  
Tel. +41 (0)44 928 30 10

**Basel**  
Wyhlenstrasse 41  
4133 Pratteln  
Tel. +41 (0)44 928 30 10

**Bellinzona**  
Carrare di Bergamo 107  
6532 Castione  
Tel. +41 (0)91 829 10 89

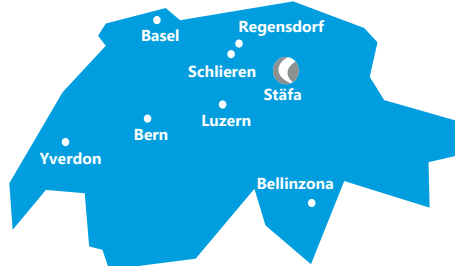
**Bern**  
Grubenstrasse 105  
3322 Urtenen-Schönbühl  
Tel. +41 (0)44 928 30 10

**Luzern**  
Grabenhofstrasse 103  
6010 Kriens  
Tel. +41 (0)44 928 30 10

**Yverdon**  
Z.I. les Russilles  
1443 Villars-sous-Champvent  
Tel. +41 (0)21 311 58 57



Wir sind nach  
DIN EN ISO 9001:2015  
zertifiziert



[www.kirchhoff-mobility.ch](http://www.kirchhoff-mobility.ch)  
Basel - Bellinzona - Bern - Luzern - Yverdon - Zürich  
[mail@kirchhoff-mobility.ch](mailto:mail@kirchhoff-mobility.ch)

**KIRCHHOFF**  
MOBILITY



Transfersysteme von Guldmann

# Hohe Sicherheit, einfache Anwendung

Beratung und Installation durch



Kontaktieren Sie uns 044 933 23 90, rehatech@iwaz.ch

Eine   Synergie  
Guldmann



## EXMA VISION

*Eine Dienstleistung der SAHB*

### Hindernisfrei wohnen

Mit der Exma VISION unterhält die SAHB eine ganzjährige Ausstellung mit Ideen und Lösungen zur Förderung der Selbstständigkeit und des hindernisfreien Wohnens.

- Einrichtungen für Bad, Dusche und WC
- Situationsgerechte Küchenausstattungen
- Sitz- und Plattformtreppenlifte
- Weitere praktische Alltagshilfen

Unser Highlight: ein verstellbares Badezimmer, mit dem sich eine individuell angepasste Einrichtung im Massstab 1:1 erleben lässt.

Der Besuch unserer Ausstellung Exma VISION lohnt sich – unsere Fachleute beraten Sie unabhängig und kompetent.

#### **EXMA VISION**

Industrie Süd  
Dünnerstrasse 32  
4702 Oensingen

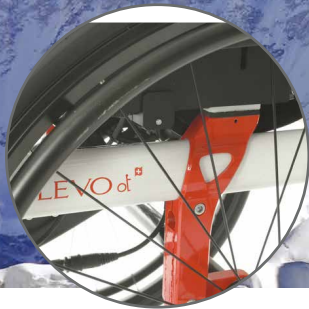
T 062 388 20 20  
exma@sahb.ch  
www.exma.ch



# LEVO Summit EL

LEVO

Natürliches Schweizer Design  
Innovatives Stehsystem  
Der erste wahre Aktivstehrollstuhl



LEVO AG  
Switzerland

Anglikerstrasse 20  
CH-5610 Wohlen

Tel. +41 (0)56 618 44 11  
Fax +41 (0)56 618 44 10

office@levo.ch  
www.levo.ch

LEVO<sup>dt</sup>  
A Dane Technologies Company



## Ihre Mobilität ist unsere Aufgabe mit Handicap mobil sein Wir passen Ihr Fahrzeug Ihren Bedürfnissen an



Gaspedal links, Rollstuhllifter,  
Hand Gas/Bremse,  
Rollstuhlgängiges Auto,  
Schwenksitze, Fusslenkung,  
Joysteer, Fahrschulpedalen,  
Anfertigungen nach Mass  
nach Ihren Bedürfnissen

**Trütsch-Fahrzeug-Umbauten AG**

Steinackerstrasse 55  
8302 Kloten

Tel: 044 320 01 53  
www.truetsch-ag.ch  
info@truetsch-ag.ch





# Zu Hause Treppen überwinden

**Gerade Treppen, um die Kurve, über mehrere Stöcke, drinnen oder draussen. Dank Treppenliften überwinden Nutzende – mit oder ohne Rollstuhl – Stufen sicher. Die Meier+Co. AG führt den passenden Lift für jedes Bedürfnis.**

## Weitere Informationen

Meier+Co. AG  
Oltnerstrasse 92  
CH-5013 Niedergösgen  
T +41 62 858 67 00  
info@meico.ch  
www.meico.ch

Unsere Gesellschaft wird immer älter; und der Wunsch, möglichst lange in den eigenen vier Wänden zu bleiben, wächst. Doch oft stellen Treppen im Haus eine Hürde dar, die einen Umzug erfordern könnten. Hier kommen Treppenlifte ins Spiel. Sie verhindern einen Umzug und steigern Sicherheit, Komfort und Lebensqualität.

## Vielseitige Lösungen für jede Treppe

Unabhängig von der Form oder der Steigung einer Treppe bietet die Meier+Co. AG den passenden Treppenlift. Von geraden Treppen bis hin zu Wendeltreppen, unterschiedlichen Steigungen, partiellen Waagerechtfahrten und sogar über mehrere Etagen – die Meier+Co. AG meistert jede Herausforderung. Die Kurvenlifte setzen Massstäbe in Bezug auf Stabilität und Fahrkomfort dank innovativer Doppelrohrführungen.

## Hygienisch, pflegeleicht und sicher

Die Fahrrohre bestehen aus hochwertigem Edelstahl und sind einfach zu reinigen. Durch die massgefertigten Liftschienen können Nutzende enge Kurven problemlos überwinden. Das spart wertvollen Platz auf der Treppe. Der patentierte Traktionsantrieb ermöglicht eine geräuschlose, sichere und sanfte Fahrt.

Funkfernsteuerungen erleichtern das Bedienen der Lifte erheblich. Für den elektrischen Anschluss braucht es nur eine 230-Volt-Steckdose.

## Elegantes Design für daheim

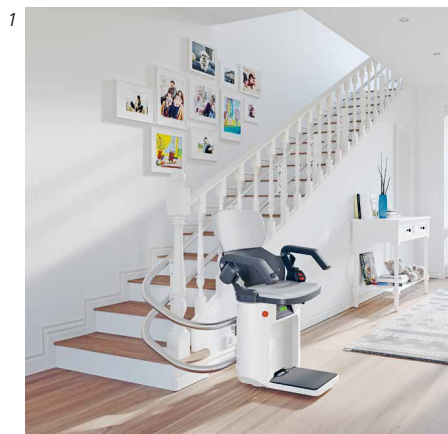
Die Treppenlifte der Meier+Co. AG sind funktional und ästhetisch. Es gibt sie in verschiedenen Farben, wodurch sich die Lifte nahtlos in verschiedene Wohnbereiche integrieren lassen. Die Sitz- und die Plattformlifte eignen sich für den Einsatz drinnen und draussen. Die Plattformlifte lassen sich automatisch zusammenklappen, was besonders für Rollstuhlfahrende wichtig ist, denn sie sparen Platz. Die hochklappbaren Armlehnen, Sitzflächen und Fussablagen der Sitzlifte gewährleisten, dass die Treppe auch für andere begehbar bleibt.

## Beratung, Montage und Service – alles aus einer Hand

Die Meier+Co. AG ist seit Jahrzehnten erfahren mit Treppenliften, Aufzügen, Warenliften und Hebebühnen. So garantiert das Team eine Lösung, die exakt auf die Bedürfnisse der Kund/innen zugeschnitten ist und barrierefreie Mobilität zwischen den Wohnetagen ermöglicht. Der Kundendienst und der erstklassige Service bieten ihnen Sicherheit rund um die Uhr.

Bild 1: Ein kurvenfähiger Sitzlift lässt sich in jedes Treppenhaus einpassen.

Bild 2: Plattformlift für Rollstuhlfahrende in der unteren Halteposition



# flexomobil

Mit Stil nach oben



Von der ersten Beratung über die Baueingabe, die Planung und Durchführung bis hin zur Endreinigung. flexomobil ist Ihr Partner für den Einbau Ihres Hausliftes - alles aus einer Hand.



flexomobil AG  
Technoparkstr. 2, 8406 Winterthur

[kontakt@flexomobil.ch](mailto:kontakt@flexomobil.ch)  
Tel 052-550 52 28  
[www.flexomobil.ch](http://www.flexomobil.ch)



# Am Arbeitsplatz und zu Hause: Systeme für gesundes Sitzen

**Beim Sitzen kann man viel falsch machen. Das Rückenzentrum ändert das mit seinen ergonomischen Sitzgelegenheiten. Zum Beispiel dem Fitform-Sessel 570. Dank der Aufstehhilfe und dem einfachen Bedienen ist er ideal für mobilitätsbeeinträchtigte Personen.**

## Weitere Informationen

Rückenzentrum Bern AG  
Rodtmattstrasse 90  
CH-3014 Bern  
T +41 31 331 44 88  
info@rueckenzentrum.ch  
www.rueckenzentrum.ch

Moderne ergonomische Sitzgelegenheiten sind so vielfältig wie ihre Anwendungen und Einsatzbereiche. Design, Funktion und Qualität lassen sich bei entsprechend kompetentem Wissen präzise auf die jeweiligen Bedürfnisse hin ausrichten. Das ist der Garant für langlebige, nachhaltige Produkte mit bis zu zehn Jahren Garantie, auch auf Ersatzteile.

## Fitform – bewegtes Sitzen

Als Beispiel für eine gelungene Synthese zwischen Entspannen und Ergonomie ist der Fitform-Sessel 570. Die Fachleute des Rücken zentrums fertigen den Sessel individuell auf das Körpermass der nutzenden Person an. Er eignet sich auch für mobilitätsbeeinträchtigte Personen. Dies dank der Aufstehhilfe, dem einfachen Handling und dem elektrischen Bedienen. Interessierte können dabei aus zahlreichen Optionen wählen, zum Beispiel wegklappbare Seitenlehnen. Richtig angepasst, ist der Fitform-Sessel 570 bei zahlreichen Krankheitsbildern geeignet.

## Stehen, sitzen und ergonomische Alltagshelfer

Ob im Wohnbereich, am Arbeitsplatz oder im öffentlichen Raum: Die Fachleute des Rücken zentrums finden klare Antworten sowie ästhetische und funktionale Lösungen. Neben höhenverstellbaren Arbeitstischen oder Sitztischen bietet das

Unternehmen auch viele ergonomische Hilfsmittel für den täglichen Gebrauch. Für entspannende Momente führt es auch Massage-, Relax- und Spezialsessel.

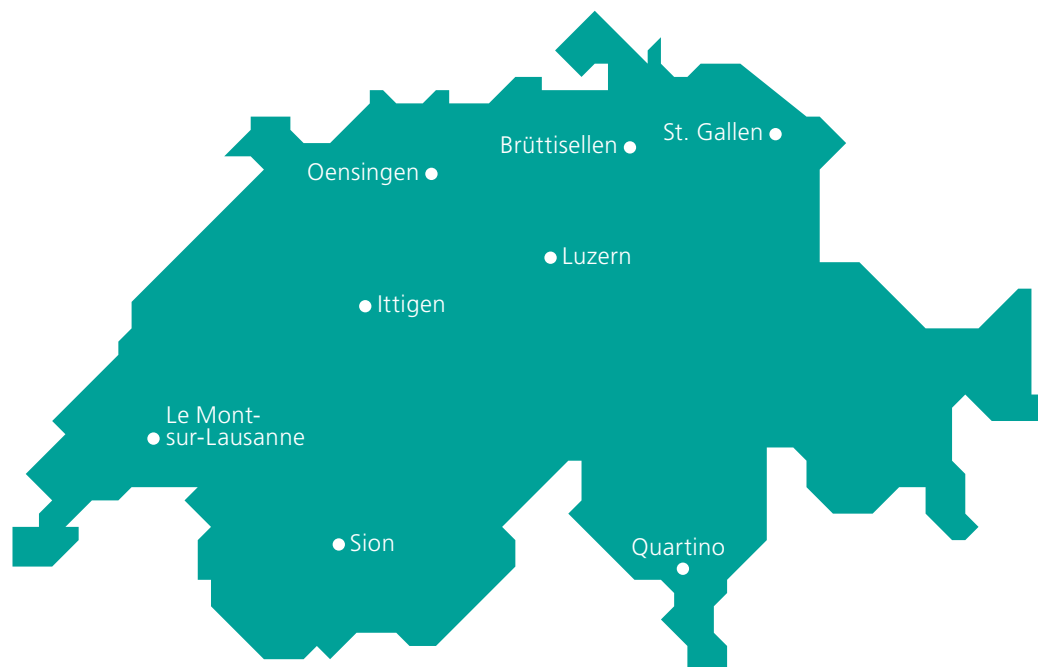
## Es gibt für alles eine Lösung

Das Rückenzentrum Bern wurde im Jahr 1993 gegründet, es ist die erste und einzige Sitzberatungsstelle in dieser Art. Das Unternehmen hat sich zu einer festen Grösse im schweizerischen Markt entwickelt und die Stuhlreihe Silya ins Leben gerufen. Wissen und Erkenntnisse über Ergonomie geben die Fachleute den Kund/innen im persönlichen Beratungsgespräch oder im Fachmagazin «gesund-sitzen» weiter. Arbeitsplatzabklärungen und Ergonomieberatungen vor Ort runden das Angebot ab.

Bild 1: Die wegklappbare Seitenlehne ist nur eines der vielen Extras, mit denen sich der Fitform-Sessel 570 ausstatten lässt.

Bild 2: Dank der Aufstehhilfe kommen Nutzende sicher auf die Beine.





## Vorschau Exma INFO 2/2024

Thema:  
Flug- und Abenteuerreisen

Redaktionsschluss:  
1. Februar 2024

Insertionsschluss:  
31. März 2024

Erscheint:  
25. Mai 2024

## Impressum

27. Jahrgang, Heft Nr. 1/2024

### Herausgeberin:

SAHB, Hilfsmittelberatung für  
Behinderte und Betagte

### Redaktion und Koordination:

Susanne Büchler, personal@sahb.ch  
etextera, CH-3185 Schmitzen

### Abonnemente und

### Adressänderungen:

Susanne Büchler, personal@sahb.ch

### Inserateverwaltung:

Franziska Grossenbacher,  
information@sahb.ch

### Auflage:

4500 Exemplare, erscheint dreimal  
pro Jahr

### Druck:

Brunner Medien AG, CH-6011 Kriens

## SAHB-Geschäftsstelle

Industrie Süd  
Dünnernstrasse 32  
CH-4702 Oensingen

+41 62 388 20 20  
geschaeftsstelle@sahb.ch  
www.sahb.ch

## Regionale Hilfsmittelzentren

### SAHB-Hilfsmittelzentrum (für SH, ZH)

Zürichstrasse 44 +41 44 805 52 70  
CH-8306 Brüttisellen h mz.bruettisellen@sahb.ch

### SAHB-Hilfsmittelzentrum (für BE, FR, JU)

Worblentalstrasse 32 +41 31 996 91 80  
CH-3063 Ittigen h mz.ittigen@sahb.ch

### FSCMA Centre de moyens auxiliaires (für FR, GE, NE, VD)

Chemin de Maillefer 43 +41 21 641 60 20  
CH-1052 Le Mont-sur-Lausanne fscma.le.mont@sahb.ch

### SAHB-Hilfsmittelzentrum (für GL, LU, NW, OW, SZ, UR, ZG)

Bodenhof 4 +41 41 318 56 20  
CH-6014 Luzern h mz.luzern@sahb.ch

### SAHB-Hilfsmittelzentrum (für AG, BL, BS, SO)

Dünnernstrasse 32 +41 62 388 20 20  
CH-4702 Oensingen h mz.oensingen@sahb.ch

### FSCMA Centro mezzi ausiliari (für TI, Mesolcina)

Via Luserte Sud 6 +41 91 858 31 01  
CH-6572 Quartino fscma.quartino@sahb.ch

### SAHB-Hilfsmittelzentrum (für VS)

Chemin Saint-Hubert 5 +41 27 451 25 50  
CH-1950 Sion fscma.sion@sahb.ch

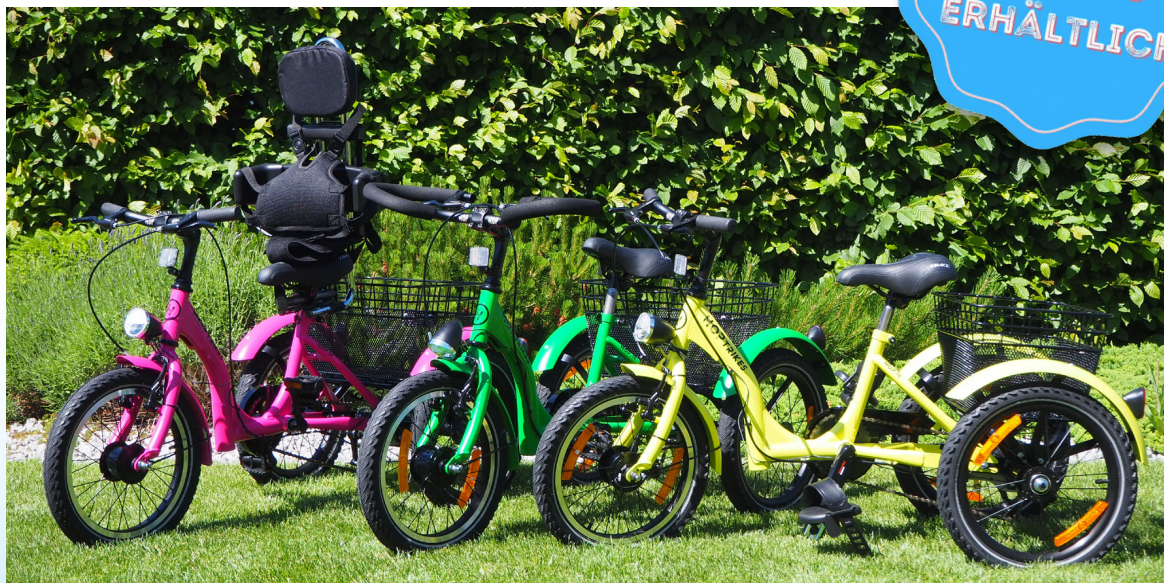
### SAHB-Hilfsmittelzentrum (für AI, AR, GR, SG, TG, FL)

Lukasstrasse 7 +41 71 272 13 80  
CH-9008 St. Gallen h mz.st.gallen@sahb.ch



# HOP Therapiedreiräder

NEU  
BEI UNS  
ERHÄLTlich



Alle Therapiedreiräder sind mit Elektroantrieb erhältlich.

Rehatec AG • 4123 Allschwil • Tel. 061 487 99 11 • office@rehatec.ch • www.rehatec.ch

**Ihre Spende  
schenkt  
Perspektiven!**

Merci für Ihre Unterstützung

Schweizerische Stiftung  
für das cerebral gelähmte Kind  
Spendenkonto:  
IBAN CH53 0900 0000 8000 0048 4  
www.cerebral.ch

**cerebral**  
Helfen verbindet



# Mobilität im Alter.



## Start 4 M2 Flex Prop

Mit dem Leichtgewichtrollstuhl verlassen Sie keinen Familienausflug mehr und können entspannt Ihr Lieblingsmuseum besuchen.

- Konfigurierbarer und leichter Aluminium-Rahmen
- Antibakterielle Schiebegriffe
- Trommelbremsen für Begleitperson (optional)



## Wingus

Der Elektrorollstuhl für den Innen- und Aussenbereich ermöglicht es Ihnen, unabhängig zu leben und Ihre täglichen Besorgungen selbstständig zu erledigen.

- Elektrorollstuhl mit Heckantrieb
- Kompaktes Design und hohe Wendigkeit
- Hoher Fahrkomfort aufgrund selbstfedernder Rahmenkonstruktion
- Pannensichere Räder



## Juvo B3

Dank dem Elektrorollstuhl mit Heckantrieb geniessen Sie aktiv die Zeit in der Natur und legen Strecken bis zu 35 km zurück.

- Baukastenprinzip ermöglicht hohe Individualität
- Stabiler Geradeauslauf
- Grosse Auswahl an Sitzlösungen
- 3 verschiedene Steuerungen

**„Ich geniesse es, mit meiner Frau neue Städte zu entdecken.“**



Wingus