

Raiffeisenbank Thalwil

## Schweizer Kantonshauptstädte entdecken



Wie wäre es mit einer Entdeckungsreise durch Luzern?

**Städte bergen versteckte Schätze, sind bekannt für Sehenswürdigkeiten und bieten eine Vielfalt an Freizeitaktivitäten – so auch die Schweizer Kantonshauptstädte. Plus-Kunden der Raiffeisenbank Thalwil mit einer Raiffeisen Debit- oder Kreditkarte profitieren bis 30. November 2019 von exklusiven Rabatten auf Ausflüge, Stadtführungen und Abenteuer.**

### **Vielfältiges Schweizer Kulturgut vergünstigt entdecken**

Plus-Kunden geniessen in 26 Städten auf über 100 Erlebnisse Ermässigungen bis zu 50%. Beispielsweise für die Bergbahnfahrt von Chur zum Hochplateau Brambrüesch, die Sion & Wine Degustations-Tour oder die Erlebnis-

tour Basel, eine Art Schnitzeljagd durch die Stadt. Andere Angebote sind gar ganz unentgeltlich. Der Raiffeisen-Museumspass ermöglicht kostenlose Eintritte in die meisten Museen der Kantonshauptstädte. Übrigens: Plus-Kunden gehen das ganze Jahr über zum halben Preis an Sonntagsspiele und besuchen kostenlos über 500 Museen.

### **Günstiger reisen und übernachten**

Dank des diesjährigen Erlebnisangebots reisen Plus-Kunden 40% günstiger mit den ÖV durch die ganze Schweiz und übernachten in rund 100 ausgewählten Hotels mit 30% Rabatt. Bei einer Buchung ab drei Nächten erlassen viele Hotels sogar eine Übernachtung.

tung. So steht einer Entdeckungsreise quer durch die Schweiz nichts mehr im Weg.

Alle Infos zum Angebot sowie Ausflugsstipps finden Sie unter [raiffeisen.ch/hauptstadt](http://raiffeisen.ch/hauptstadt) oder besuchen Sie uns vor Ort.



Roberto Citron,  
Privatkundenberater Thalwil,  
Tel. 044 723 80 35.

**Raiffeisenbank Thalwil**  
Gotthardstrasse 20/22  
8800 Thalwil  
[www.raiffeisen.ch/thalwil](http://www.raiffeisen.ch/thalwil)

**RAIFFEISEN**

Gesundheitspark Thalwil

## Fit für den Führerausweis im Alter



Ein spezielles Trainingskonzept kann die Tauglichkeit für den Führerausweis im Alter positiv beeinflussen.



**Der Gesundheitspark Thalwil spricht im Rahmen des Forums Bewegungsmedizin ein hoch brisantes Thema an. Es wird aufgezeigt, wie ein regelmässiges Training helfen kann, die Voraussetzungen für den Führerausweis im Alter zu bewahren.**

Das eidgenössische Parlament und der Bundesrat haben das Alter für die erste verkehrsmedizinische Kontrolluntersuchung im Alter von 70 auf 75 Jahre erhöht. Die Initianten begründen diese Änderung mit der gestiegenen Lebenserwartung und appellieren an die Eigenverantwortung der Senioren.

Die Wissenschaft sieht diesen Entscheid eher kritisch und verweist auf die Zunahme von Demenzerkrankungen in der Altersgruppe von 70 bis 75 Jahren und den Einschränkungen im Sehvermögen. Da es sich dabei um schleichend einsetzende Prozesse handelt, würde die abnehmende Fahrtauglichkeit nicht bemerkt, wenn keine ärztliche Untersuchung vorgenommen wird.

Um sich im stetig zunehmendem Strassenverkehr sicher bewegen zu können, gehören nach Meinung der Exper-

ten im Gesundheitspark Thalwil, noch weitere Fähigkeiten dazu, welche in den verkehrsmedizinischen Tests nicht erfasst werden. So ist beispielsweise eine gute Mobilität der Brust- und Halswirbelsäule nötig, um einen ausreichenden Schulterblick zu gewährleisten. Vor allen Dingen muss der Autofahrer in der Lage sein, auf sich verändernde und unvorhersehbare Situationen angemessen schnell reagieren zu können – dazu noch mit der richtigen Bewegung. Das tönt zwar problematisch, aber das Positive ist: diese Fähigkeiten sind trainierbar!

Die Fachleute des Gesundheitsparks Thalwil haben aufgrund dieser Überlegungen ein Programm entwickelt, welches diese kognitiven, neurologischen und muskulären Fähigkeiten trainiert. Die Teilnehmenden lernen eine Situation schneller wahrzunehmen, in kürzerer Zeit die richtige Entscheidung für einen Bewegungsablauf zu treffen und diesen dann entsprechend schnell und sicher auszuführen.

Im Vortrag am 29. Mai werden alle Hintergründe dieses Programms erläutert und mit Praxisbeispielen untermauert.

**Gratis-Vortrag:**  
*Fit für den Führerausweis im Alter*  
Mittwoch, 29. Mai 2019, 19 bis 20 Uhr, im Vortragssaal des Gesundheitsparks

Referenten: André Tummer, dipl. Sportwissenschaftler, Leiter Bereich Fitness- und Gesundheitscenter, Gesundheitspark Thalwil.

Klaas Blom, dipl. Physiotherapeut, Leiter Physiotherapiepraxis, Gesundheitspark Thalwil.

Sie sind herzlich zu diesem Vortrag eingeladen. Der Eintritt ist frei. Anschliessend sind Sie zu einem Apéro eingeladen. Die Referenten und die Fachpersonen des Gesundheitsparks stehen Ihnen gerne für Gespräche zur Verfügung.

Weitere Themen folgen im Herbst, nach der Sommerpause.

**Gesundheitspark Thalwil**  
Zürcherstrasse 65  
8800 Thalwil  
Telefon 043 388 41 42  
[info@gesundheitspark.ch](mailto:info@gesundheitspark.ch)  
[www.gesundheitspark.ch](http://www.gesundheitspark.ch)

**Gesundheitspark Thalwil**  
Zentrum für Bewegungsmedizin

Verein Horizonte

## Stabsübergabe beim Verein Horizonte



Der ehemalige und der neue Geschäftsführer: Erwin Wachter (links) und Renato Battistini.

**Nach 25 Jahren trat der Horizonte-Geschäftsführer Erwin Wachter in den Ruhestand. Er übergab das Steuer der sozialen Institution für Menschen mit psychischer Beeinträchtigung an Renato Battistini. Ein Kurzinterview.**

### **Erwin Wachter, wie blicken Sie auf das Vierteljahrhundert bei Horizonte zurück?**

Bei der Gründung der Druckerei dachte ich, dass es nach dem Aufbau bald ruhiger wird. Ein Trugschluss! Der Verein ist stetig gewachsen. Heute stellt der Verein 142 Menschen mit psychischer Beeinträchtigung Wohn- und Arbeitsplätze bereit.

### **Wie ist es Ihnen in all den Jahren gelungen, erfolgreich durch die unbestimmte Zukunft zu navigieren?**

Wir haben uns immer am Bedarf der Klienten orientiert. Zusammen mit dem Fachteam und dem Vorstand ist es uns gelungen, Herausforderungen stets als Chancen zu sehen. So konnten wir schnell und zielgerichtet handeln.

**Renato Battistini, Sie sind seit über 20 Jahren in verschiedenen Funktionen in NPO tätig. Seit dem 1. April**

### **2019 sind Sie neuer Geschäftsführer bei Horizonte. Was bewog Sie zu diesem Schritt?**

Ich erfuhr per Zufall von der Ausschreibung. Den Verein Horizonte kannte ich als Kunde des Druckzentrums und als Brancheninsider. Während des mehrstufigen Bewerbungsverfahrens wurde mir bewusst, wie sehr mein Herz für Horizonte pochte.

### **Welche Prioritäten haben Sie sich auf Ihre Agenda gesetzt?**

Mir ist ganz wichtig, der bestehenden wertschätzenden Betriebskultur Sorge zu tragen. Derzeit arbeite ich mich in die Materie ein, lerne Fachpersonen, Klienten und weitere Ansprechpartner näher kennen und schaffe mit meiner Führungspräsenz Vertrauen, Sicherheit und Orientierung.

**Verein Horizonte**  
Schützenstrasse 7  
8800 Thalwil  
[www.horizonte.ch](http://www.horizonte.ch)



## Lassen Sie das ruhig uns machen!



## Garagenreinigung

**FM Team** Facility Management  
[www.fmteam.ch](http://www.fmteam.ch)