

- 6 Lebenslang: Freude an der eigenen Bewegung
Bernhard Müller ▶
- 9 Das Leben ist Bewegung zum Ziel Beat Vonarburg
- 13 Grundlagen der Trainingswissenschaft Eling D. de Bruin
- 16 Ein Projekt mit grosser Wirkung Chantal Galliker
- 18 Tatsachen und Fakten Swantje Kubillus
- 20 Zurzeit ist vieles unklar Swantje Kubillus
- 21 Bewegung erleben trotz Spastizität
Rosemarie Mathys und Jan Straub
- 24 Bewegungsmangel bei alten Menschen Jürgen Georg
- 27 Wo man sich begegnet Angela Fessler
- 30 Bewegungsförderung! Elvira Tschan ▶
- 33 Auch Nichtstun schränkt ein Stefanie Becker und Sabine Hahn
- 36 Langweilig ist mir eigentlich nie! Monika Vogel ▶
- 38 Fördern, nicht eindämmen Sylke Werner
- 40 Potenziale im bewegten Alltag Werner Springer
- 42 Wenn die Kraft schwindet Markus Kopp
- 44 Gemeinsam auf dem richtigen Kurs Lea Frei
-

Im Fokus

- 48 Kreativität brauchen wir Ruth Frei
- 50 Das strömende Leben: Rhythmus Diana Staudacher
- 52 Spielend pflegen Swantje Kubillus
- 54 Entlastungsmöglichkeiten Daniel R. Emmenegger
- 56 Von Entlisberg nach Adliswil? Felix Wintsch
- 58 Vom Anspruch zur gelebten Wirklichkeit Swantje Kubillus
- 78 Hüftprotektoren Elsbeth Betschon
-

Spitex

- 59 Im Spannungsfeld Christine Anderegg-Walther
- 60 SwissAgeCare-Studie 2010
-

Palliative Care

- 62 Die Hospizbewegung in der Schweiz Markus Feuz
- 65 Das haben wir schon immer gemacht! Bernhard Hess
- 66 Nationale Palliative Care-Tagung 2010 Ursula Reinhard
-

Bildung

- 68 Pflegenotstand – *die* Führungsherausforderung
Anne-Rose Barth
-

curahumanis

- 71 Ein verdientes Lob Alain Brunner
- 72 Krankenpfleger/in FA SRK: wie weiter? Margot Heutschi