

## Endlich ohne Schmerzen



Die Schulter- und Magenprobleme von Nicola Wouda aus Zürich fanden durch die Behandlung bei Dr. Hua Ma endlich ein Ende. Seither geht er regelmässig zur Behandlung in die TCM-Praxis nach Schlieren und verbessert dadurch seine Lebensqualität mit Traditioneller Chinesischer Medizin nachhaltig.

Nicola Wouda litt an einer hartnäckigen Schulterentzündung. Es folgten mehrere Behandlungen. Doch erst bei Dr. Hua Ma in Schlieren konnten die Probleme nachhaltig gelöst werden. «Bei ihr habe ich einfach das Gefühl, dass sie noch ein bisschen genauer hinschaut. Ich fühle mich als Mensch wahrgenommen, und die präzise Diagnose hat mich überzeugt», sagt Nicola Wouda.

Durch die ganzheitliche Puls- und Zungendiagnose konnte Dr. Ma neben der Ursache für die Schulterschmerzen auch eine Übersäuerung des Magens feststellen. Sie behandelte Nicola Wouda mit Akupunktur und Schröpfen. Zu Beginn ging Wouda zweimal wöchentlich in Behandlung, nun noch alle drei Wochen. Die Schmerzen verschwanden sehr schnell und er konnte seine Essgewohnheiten problemlos ändern. «Seither schlafe ich wie ein König und fühle mich stressresistenter. Ich habe einfach mehr Kraft», sagt Wouda strahlend. Eigentlich sei er wieder fit, möchte auf die Behandlungen jedoch nicht mehr verzichten, da seine Lebensqualität sich dadurch um ein Vielfaches verbesserte. Der Sohn von Nicola Wouda geht ebenfalls zu Dr. Ma in Behandlung. Er ist Asthma-

tiker und übersteht nun Allergien beinahe ohne Symptome.

Dr. Hua Ma praktiziert seit 35 Jahren in China und Europa, studiert hat sie an der Liao Ning University for Traditional Chinese Medicine. Sie ist krankenkassenanerkant. Der Erfolg einer Behandlung sei abhängig von Erfahrung und Repertoire des Arztes. «TCM ist äusserst flexibel und präzise, wir können aufkommende Krankheiten sehr früh erkennen», sagt Dr. Ma. Bei der Behandlung wird immer der allgemeine und der mentale Zustand berücksichtigt. Die Therapie wird jedes Mal angepasst. Dr. Hua Ma ist Spezialistin für Schmerzen, Verdauungsprobleme, Taubheit und gynäkologische Erkrankungen.

### Tag der offenen Tür

Die TCM-Praxis Schlieren lädt am Samstag, 2. Juni, und Mittwoch, 6. Juni, jeweils von 10 bis 18 Uhr zum Tag der offenen Tür. Dabei erhält man eine kostenlose Puls- und Zungendiagnose von Dr. Ma. Schlaganfall-Patienten erhalten eine Gratis-Erstbehandlung. (ZVG)

### TCM-PRAXIS FÜR CHINESISCHE MEDIZIN

**Kontakt:**  
Bahnhofstrasse 6  
8952 Schlieren  
Tel. 044 773 11 88  
www.tcmpraxiszh.ch

## Umweltschonend heizen und kühlen

Die Weishaupt-Splitwärmepumpe ist eine stimmige Gesamtlösung, die den Aufwand für die Planung, Montage und Inbetriebnahme auf ein Minimum reduziert.

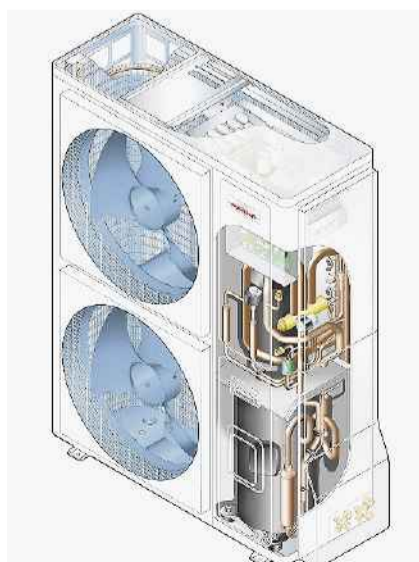
Egal, in welcher Leistungsgrösse: Die Weishaupt-Splitwärmepumpe ist ein perfekt abgestimmtes Energiebündel. Alle Komponenten werden als Systempaket geliefert – mit allem drin und dran, was man für eine professionelle Installation braucht.

Die Splitwärmepumpe heizt zuverlässig bis zu einer Aussentemperatur von minus 20 Grad. Das Aussengerät kann im Garten oder direkt an der Hauswand platziert werden. Das Innengerät – nicht grösser als eine Gastherme – findet in jedem Haus Platz. Die Installation ist einfach und geht schnell. Weder Abgassys-



tem noch Schornstein sind erforderlich. Die neuen Splitwärmepumpen von Weishaupt gibt es von 8 bis 16 kW. (ZVG)

tem noch Schornstein sind erforderlich. Wie alle Weishaupt-Wärmepumpen arbeiten auch die Splitwärmepumpen äusserst leise – aussen und innen. Die millionenfach bewährte Splittechnik arbeitet zuverlässig und effizient. Alles Zubehör – von der Wandhalterung bis zum Raumthermostat – kommt bei Weishaupt aus einer Hand. Die serienmässig installierte Umwälzpumpe entspricht der Energie-Effizienzklasse A. Die Weishaupt-Splitwärmepumpe kann bei heissen Aussentemperaturen einfach zur aktiven Kühlung des Hauses eingesetzt werden. Splitwärmepumpen bieten sich auch für eine Hybridlösung an. Dabei kann zum Beispiel der vorhandene Heizkessel zur Abdeckung von Leistungsspitzen bestehen bleiben, im Teillastbereich arbeitet aber ausschliesslich die sparsame Wärmepumpe. (ZVG)



Schnittgrafik des Aussengerätes der neuen Splitwärmepumpe.

### WEISHAUP AG

**Kontakt:**  
Chrummyerstrasse 8  
8954 Geroldswil  
Tel. 044 749 29 29  
E-Mail: info@weishaupt-ag.ch  
www.weishaupt-ag.ch

## Entspannen mit zauberhafter Aussicht



Der Pool des Mineralbads & Spa bietet eine wunderbare Aussicht. (ZVG)

Das Hotel Rigi Kaltbad liegt auf einer der schönsten und sonnigsten Aussichtsterrassen der Schweiz. Mit seinem direkten Zugang zum Mineralbad & Spa von Mario Botta, der hervorragenden Kulinarik und der Lage im Wander- und Skigebiet Rigi ist es ideal für einen erholsamen und genussreichen Aufenthalt.

In nur zehn Minuten fährt man mit der Luftseilbahn von Weggis aus auf die Rigi und ist in einer anderen Welt über dem Nebelmeer. Wer es nostalgischer mag, kann mit der Rigi-Bahn ab Vitznau anreisen, der ersten Zahnradbahn Europas.

### Erholung im Mineralbad & Spa

Das Drei-Sterne-Superior-Haus bietet direkten Zugang zum Mineralbad mit Sauna, Dampfbad, Kristallbad und Innen- und Aussenbad mit Sprudel- und Massagedüsen. Das 34 Grad warme Wasser der Heilquelle «Drei-Schwestern-Brunnen» unterstützt mit wertvollen vitalisierenden Wirkstoffen das Wohlbefinden. Alle 52 Hotelzimmer haben den Blick Richtung Voralpen.

### Vielfältige Kulinarik

Für das kulinarische Vergnügen sorgen das urchige Rigistübli sowie die beiden

Restaurants Sunset und Panorama; beide mit wunderschöner Terrasse. Für einen Aperitif oder um den Abend ausklingen zu lassen, ist die Mark-Twain-Bar der richtige Ort.

### Familien willkommen

Das Hotel Rigi Kaltbad bietet für Familien spezielle Zimmer mit Verbindungstüren an. Somit hat jeder seinen Freiraum und die Eltern sind trotzdem zur Stelle, sollte etwas sein. Im Hotel gibt es ein Spielzimmer, und bereits Babys lieben es, im warmen Mineralbad zu planschen. Die Rigi mit ihren unzähligen Spielplätzen, Minigolfanlagen, Ponyreiten und kinderwagängigen Wanderwegen ist ideal für Ferien mit den Kleinen. Im Winter hat es diverse Skilifte, Schlittelpisten, Schneeschuhtrails und ein Natur-Eisfeld, die zum aktiven Vergnügen einladen. (ZVG)

### HOTEL RIGI KALTBAD GMBH

**Kontakt:**  
Zentrum 4  
6356 Rigi Kaltbad  
Tel. 041 399 81 81  
www.hotelrigikaltbad.ch

## Flacher Bauch – mehr als nur ein Schönheitsideal

Im Juni startet der Frauenfitnessclub Mrs.Sporty eine Bauch-weg-Aktion. Vier Wochen lang können 30 Frauen jeden Alters auch ohne «sportliche Vergangenheit» gezielt ihre Mitte trainieren. So erreichen sie ihr Schönheitsideal und tun gleichzeitig etwas für ihre Gesundheit.

Ein flacher und straffer Bauch ist für die meisten Frauen ein erstrebenswertes Schönheitsideal. Unterstützt werden sie bei diesem Ziel von Medizinerinnen, die vor dem ungesunden Bauchfett warnen. Es legt sich um die inneren Organe und ist mitverantwortlich für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes.

Damit Frauen ihr Ziel von einem flachen und straffen Bauch erreichen, bietet Mrs.Sporty im Juni ein spezielles vierwöchiges Bauch-weg-Training an. Die Übungen für den Bauch stärken zugleich die Rückenmuskulatur. «Durch den Aufbau von Muskeln in der Körpermitte wird der Bauch gestrafft



Bei Mrs.Sporty in Schlieren können Frauen ihren Bauch straffen. (ZVG)

und die Wirbelsäule entlastet», sagt Yvonne Gasche, Clubinhaberin von Mrs.Sporty Schlieren. «Daher verschwinden durch das Bauch-weg-Training auch Rückenschmerzen.» Ergänzen können

die Frauen das Bauch-weg-Training durch ein alltagstaugliches Ernährungsprogramm.

### Bauch-weg-Aktion

Insgesamt 30 Frauen, können an der vierwöchigen Bauch-weg-Aktion teilnehmen. Details erhalten Interessentinnen bei einer der Informationsveranstaltungen am Dienstag, 5. Juni, um 14 Uhr oder am Donnerstag, 7. Juni, um 19 Uhr. Da die Zahl der Plätze begrenzt ist, wird um telefonische Anmeldung gebeten. (ZVG)

### MRS.SPORY SCHLIEREN

**Kontakt:**  
Engstringerstrasse 10  
8952 Schlieren  
Tel. 044 730 24 27  
E-Mail: club549@club.mrssporty.ch  
www.mrssporty.ch/club549

## Grosses Dorffest im Furttal

Am ersten Juni-Wochenende findet in Dällikon das Dälliker Fäscht statt. Die Gäste erwarten ein buntes Chilbetrieb, 24 Beizen und unzählige Unterhaltungsangebote, Kinderunterhaltung, ein Festgottesdienst, Sport und Musik.

Anlass für das Fest ist die Einweihung der neuen Schul- und Sporträume der Primarschule Dällikon. Das grosse Fest war ohnehin längst fällig. Dällikon feiert nämlich zum ersten Mal seit 23 Jahren wieder im ganz grossen Rahmen. Selbstverständlich mussten die Dälliker nicht so lange ohne Dorffest sein. Jedes Jahr findet ja die beliebte Chilbi statt. Doch das diesjährige Fest wird in vielerlei Hinsicht grösser und attraktiver sein. Fast alle Dorfvereine beteiligen sich am Fest. Sie sorgen zusammen mit privaten Anbietern für ein sehr vielfältiges kulinarisches Angebot, das von Grilladen über internationale Küche (Chili con carne, ungarische oder indische Küche, Tapas, Caipirinha) über Schweizer Spezialitäten (Hörnli und Ghackets, Chässpätzli) bis zu lokalen Produkten (Bratwürste, Bier, Wein, Schnaps aus Dälliker Produktion) alles enthält, was das Herz begehrt. Das Dälliker Fäscht wird am Freitag, 1. Juni, um 18 Uhr vom Knabenverein mit



Das Organisationskomitee vom Dälliker Fäscht. (ZVG)

einem Urknall eröffnet, während gleichzeitig der offizielle Festakt der Gemeinde und Schule stattfindet. Generell gibt es für Kinder diverse Attraktionen. Am Samstag kommt Globi in die Mediothek, und am Sonntag wird im Mehrzwecksaal ein Kasperltheater aufgeführt. Am Stand von Familien Dällikon können die Kinder in einem grossen Sandhaufen spielen oder einen Orientierungslauf absolvieren. Natürlich gibt es auch das beliebte Karussell für die kleineren Kids und weitere Chilbi-Angebote für die grösseren. Eine Pani-

ni-Tauschbörse und eine Kinder-Disco runden das Angebot ab.

Höhepunkte des musikalischen Programms sind am Freitag das Country-Konzert von Marco Gottardi & The Silver Dollar Band, am Samstag die Swiss Joy Band und die Alleinunterhalterin Dayana sowie am Sonntag die Alabama Jazz Band und der Jodelclub Altberg. An der Chilbi sorgt der Freefall Tower für einen Adrenalin-Kick. Weiter stehen verschiedene Fussballturniere, ein Hindernisparcours für alle, erstklassige Strassenkünstler und ein Wettkampf im Harassen-Stapeln auf dem Programm. Der Sonntag beginnt mit einem ökumenischen Festgottesdienst, geht weiter mit einer Oldtimer-Ausstellung und -Gästefahrten für einen guten Zweck und einem Entenrennen, bevor das Fest dann um 19 Uhr zu Ende geht. (ZVG)

### DÄLLIKER FÄSCHT

**Datum/Ort:**  
Freitag, 1. Juni, bis Sonntag, 3. Juni  
8108 Dällikon  
(Besucherparkplätze Chilenastrasse und Vortauenstrasse)  
www.daelikerfaescht.ch