

Altersarmut

# Der tiefe Fall in die Bedürftigkeit

*Annemarie H. führte mit ihrem Mann ein Kleinunternehmen und wohnte in einem schönen Haus mit Garten. Als er überraschend starb, konnte sie mit ihrer **kleinen Rente** die Rechnungen nicht mehr bezahlen und verlor alles.*

Texte: Ralf Kaminski Bilder: Tina Steinauer

**A**nnemarie H.\* ist eine fröhliche, gesprächige Frau. Mit ihren beiden Katzen lebt sie in einer hübsch eingerichteten Dreizimmerwohnung in einer mittelgrossen Gemeinde im Kanton Aargau. Weder sieht man ihr an, dass sie schon 75 ist, noch käme man auf die Idee, dass sie jeden Monat nach Abzug aller Fixkosten nur über rund 200 Franken verfügt, um sich und ihre Tiere zu ernähren und ihr Leben zu gestalten.

16,4 Prozent aller Seniorinnen und Senioren in der Schweiz sind arm, H. ist eine von ihnen. Und sie versucht, es nach aussen so gut wie möglich zu verbergen. Nur wenige wissen, wie knapp sie dran ist: ihre beiden erwachsenen Kinder, die ihr immer wieder mal unter die Arme greifen, eine gute Freundin, ihre Betreuerin bei der Pro Senectute und die anderen ebenso armen Mitglieder einer Gesprächsgruppe, an der sie regelmässig teilnimmt. «Da kommen jeweils fast nur Frauen, bei Männern ist die Schwellenangst höher», sagt H. und lacht. Auch sie hat lange gezögert, ob sie hingehen soll, liess sich dann aber von ihrer Betreuerin überzeugen. Es ist Ehrensache, dass niemand ausserhalb der Gruppe über die anderen redet. «Und es tut gut zu hören, wie es anderen ergeht und wie sie da reingerutscht sind.»

Sie selbst hatte in den 80er- und 90er-Jahren ein gutes Leben. Mit ihrem Mann führte sie ein KMU, arbeitete in der Administration, oft abends, damit sie tagsüber Zeit für die Kinder hatte. Sie bauten sich ein schönes grosses Haus, gingen regelmässig in die Ferien nach Griechenland und führten ein rundum komfortables Mittelstandsleben. Mitte der 90er-Jahre erlitt ihr Ehemann einen Herzinfarkt. Zwar arbeitete er danach weiter, aber nicht mehr gleich intensiv und engagiert. «Das war ja auch richtig, er musste mehr auf sich schauen. Aber ich merkte, dass im Geschäft einiges nicht so lief, wie es sollte, hatte jedoch nicht die Kraft, das selbst anzugehen.»

## Dann musste sie das Haus verkaufen

2002 starb ihr Mann völlig überraschend mit 64 Jahren. Er fühlte sich plötzlich bei der Arbeit nicht wohl und legte sich kurz hin. «Als ein Mitarbeiter zehn Minuten später nach ihm sah, war er bereits tot. Das war der Anfang vom Ende.» Ihr Sohn übernahm das KMU, aber bei der Übergabe entstanden für sie vor allem Kosten – Kosten, die sie sich nicht leisten konnte. Auch die monatlichen Beträge für die Hypothek auf ihr Wohnhaus wurden plötzlich schwierig zu zahlen. Und weil sie weder eine Pensionskasse geschweige denn eine dritte Säule hatte, bekam sie bei der offiziellen Pensionierung 2004 nur gerade

eine AHV von 2150 Franken. Das reichte hinten und vorne nicht.

Die Schulden wuchsen. Irgendwann hatte die Bank genug und zwang sie, das Haus zu verkaufen. «Ich wollte es unbedingt halten, aber es ging einfach nicht mehr.» Auch ihre Kinder waren nicht interessiert, weil sie ihren Lebensmittelpunkt anderswo hatten. 2008 zog sie mit ihren Katzen in die kleine Wohnung, in der sie heute lebt. «Sie ist mit 1400 Franken relativ günstig, es hat sich angefühlt wie ein Sechser im Lotto, als ich die Zusage dafür bekommen habe.»

Eine gute Freundin hatte ihr schon kurz nach der Pensionierung den Tipp gegeben, Ergänzungsleistungen zu beantragen. «Zuerst habe ich mich gesträubt, aber sie versicherte mir, dass mir das zusteht.» Die Freundin war es auch, die sie davon überzeugte, sich an die Pro Senectute zu wenden. Heute ist sie sehr froh, dass sie sich dazu überreden liess, und rät allen in ihrer Situation, das ebenfalls zu tun. «Ohne wäre alles viel schwieriger. [Ich bekomme finanzielle Unterstützung, aber auch allerlei Vergünstigungen für Kultur und öffentlichen Verkehr.](#)» Zusätzlich arbeitet sie für einen kleinen Zustuf noch ein bisschen beim Sohn in der Administration mit. Alles in allem bringt ihr das pro Monat knapp 3000 Franken ein, von denen am Ende aber nicht viel übrig bleibt. →

\* Name von der Redaktion geändert





*Annemarie H. schämt sich und möchte nicht erkannt werden.*



### **Migros-Spendenaktion Für Menschen in finanzieller Not**

Mit ihrer Weihnachtsaktion hilft die Migros Menschen, die in der Schweiz von Armut bedroht sind. Die Spenden kommen **Caritas, Heks, Pro Juventute, Pro Senectute und der Winterhilfe** zugute. Die Migros erhöht den Spendertrag um eine Million Franken.

#### **So können Sie helfen:**

**Mit dem Kauf eines Schoggiherzens** (Fr. 5.–/10.–/15.–) an der Kasse in der Migros bzw. in den Fachmärkten Micasa, Do It + Garden, SportXX und Melectronics. Vom 8. 11. bis am 12. 12.

**Per SMS:** Mit dem Keyword «MIGROS» an die Nummer 455. Beispiel: Für eine Spende von Fr. 50.– senden Sie «MIGROS 50» an die Nummer 455. Bis am 31. 12.

**Per Überweisung:** Überweisen Sie Ihre Spende unter Angabe des Betreffs «Migros-Weihnachts-Spende» auf das PC-Konto 30-620742-6. Bis am 31. 12.

**Im Internet:** Spenden Sie mit Ihrer Kreditkarte auf [www.migros.ch/spenden](http://www.migros.ch/spenden). Alternativ können Sie den Weihnachtssong «Ensemble» auf Ex Libris, iTunes oder GooglePlay herunterladen und auf diese Art spenden.

**Ab sofort berichtet das Migros-Magazin über die Hilfsprojekte.**

Weitere Infos:  
[www.migros.ch/weihnachten](http://www.migros.ch/weihnachten)





Ein paar kleine Wünsche hätte Annemarie H. schon: Eine neue Bluse und vielleicht mal ein Glas Wein im Ausgang.



«Ich würde mir gerne mal neue Schuhe oder eine hübsche Bluse kaufen, aber das ist viel zu teuer.» Für eine neue Brille mit korrigierten Gläsern musste sie sich beim Sohn verschulden. Und auch ihr Sozialnetz ist immer kleiner geworden. Einige sind gestorben, andere haben aufgehört, sie zu fragen, ob sie hierhin oder dorthin mitkommen möchte, weil sie immer Nein gesagt hat: Sie konnte es sich schlicht nicht leisten. «Gleichzeitig wissen noch immer einige, dass ich mal ein KMU mitgeführt und ein grosses Haus verkauft habe, die denken alle, dass es mir finanziell ziemlich gut gehen muss.»

#### **Sie freut sich an den kleinen Dingen**

Und so soll es auch bleiben, wenn es nach ihr geht. **«Es ist mir peinlich, dass ich in solche Schwierigkeiten geraten bin, ich schäme mich.»**

Sie will auch nicht, dass die anderen schlecht von ihr denken, sie für eine Schmarotzerin halten, weil sie sich vom Staat helfen lässt. «Mein Fehler war, dass ich früher nicht mehr auf mich geachtet habe. Ich hätte Geld zur Seite legen sollen, sparen für

später. Stattdessen habe ich alles immer ins Unternehmen und ins Haus gesteckt.»

Dennoch, sagt sie, sei sie eigentlich zufrieden. «Klar denke ich manchmal, wenn ich am Samstagabend mit den Katzen vor dem Fernseher sitze, dass es jetzt schön wäre, mit jemand anderem irgendwo ein Glas Wein zu trinken. Aber es ist, wie es ist.» Sie hat sich daran gewöhnt, sich an den kleinen Dingen zu freuen. «Ich habe ein Dach über dem Kopf, genug zu essen, eine warme Dusche, meine Katzen. Was will ich mehr? Im Alter wird man ohnehin bescheidener.»

Ihre Kinder laden sie ab und zu zum Essen ein oder auch mal für eine Woche in die Ferien. Hätte sie mehr Geld, würde sie gerne nochmals das kleine griechische Dorf auf dem Peloponnes besuchen, wo sie früher mit ihrer Familie und Freunden so häufig war. Wenn sie von diesen Reisen erzählt – der türkisblauen Bucht, den Bootstouren, den tollen Abendessen – leuchten ihre Augen, und für einen Moment ist die Gegenwart vergessen und das Leben wieder so schön wie einst. **MM**

#### **Buchtip**

### **Nützlicher Ratgeber für Bedürftige**

**Corinne Strelbel Schlatter: «Wenn das Geld nicht reicht».**

Der «Beobachter»-Ratgeber informiert über das Auffangnetz von Sozialversicherungen und Sozialhilfe. Die Autorin zeigt Wege aus dem finanziellen Engpass und gibt Tipps, wie man auch mit wenig Geld den Alltag finanzieren kann. Mit Musterbriefen und nützlichen Links.

Erhältlich auf [www.exlibris.ch](http://www.exlibris.ch) ab Fr. 13.90



Carlo Knöpfel (57) ist Professor für Sozialpolitik und Soziale Arbeit an der Hochschule Nordwestschweiz.



Hilfe für Mitmenschen in Not: Zum Beispiel ein Mahlzeitendienst (im Bild von Pro Senectute) für Senioren, die nicht mehr kochen können.

Carlo Knöpfel

# «Alle haben ein Recht auf würdiges Altern»

*Rund eine Million Menschen in der Schweiz sind arm oder armutsgefährdet. Scham und Angst vor Stigmatisierung sorgen dafür, dass dies meist unsichtbar bleibt, sagt der Armutsforscher Carlo Knöpfel.*

**Carlo Knöpfel, was bedeutet es, in der Schweiz arm zu sein?**

Arm zu sein bedeutet mehr, als nur zu wenig Geld zu haben. Es ist eine prekäre Lebenslage. Zum Beispiel lebt man oft auf beengtem Raum, die Wohnung ist lärmig oder feucht, man ist gesundheitlich angeschlagen, hat meist Schulden. Es gibt aber auch eine klar definierte finanzielle Armutsgrenze – wer darunter liegt, hat Anspruch auf Unterstützung.

**Armut ist hierzulande meist unsichtbar, man sieht sie den Leuten in der Regel nicht an.**

Laut Statistik sind in der Schweiz bis zu einer Million Personen armutsgefährdet, betroffen sind über 500 000, etwa 260 000 beziehen Sozialhilfe. Zum einen kämpfen Betroffene darum, Teil der Gesellschaft bleiben zu können. Andere ziehen sich zurück, machen bei keinem Verein mit und haben fast schon Angst vor Einladungen, weil das ja zu einer Gegeneinladung verpflichten würde.

**Viele verzichten im Alter offenbar auf ihre Ergänzungsleis-**

**tungen, obwohl sie sie zugute hätten. Kennen Sie Zahlen?**

Nein, das lässt sich auch nur schwer berechnen. Bis 80 Jahre beanspruchen 10 bis 15 Prozent diese Leistungen, danach nimmt es stark zu. Diejenigen, die freiwillig verzichten, sind oft mit der Haltung aufgewachsen, niemandem zur Last fallen zu wollen. Was klar ist: Der Teil der Neurentner, der von Anfang an Ergänzungsleistung beansprucht, hat zugenommen.

**Liegt die Zurückhaltung auch daran, dass nach jahrelangem Sperrfeuer von rechts jeder als fauler Schmarotzer verdächtigt wird, der in irgendeiner Form Staatshilfe entgegennimmt?**

Es ist zu befürchten, dass das schon seine Wirkung hat. Wer aber wirklich keinen Rappen hat, der muss zum Sozialamt gehen, Sperrfeuer hin oder her. Ein Verzicht kommt eher infrage, wenn man als Working Poor ein Einkommen hat und sich dennoch knapp an der Armutsgrenze bewegt. [Gemäss Schätzungen lebt die Hälfte aller Sozialhilfebeziehenden in Working-Poor-Haushalten.](#)

**Welche Hilfsmöglichkeiten können Arme überhaupt in Anspruch nehmen?**

Das fängt an mit den Sozialversicherungen, etwa Leistungen der Arbeitslosenversicherung oder der Invalidenversicherung, aber auch für das Alter, also die AHV und die zweite Säule, dann kommen kantonale Bedarfsleistungen, etwa die Prämienverbilligung bei den Krankenkassen, eine Alimentenbevorschussung bei Alleinerziehenden, Kinderzulagen, Stipendien, Wohnbeihilfen. Schliesslich folgen Ergänzungsleistungen und die Sozialhilfe. Es gibt einiges, aber man muss sich selbst darum bemühen, was voraussetzt, dass man darüber Bescheid weiss.

**Das klingt nach einem gut ausgebauten Auffangnetz. Gibt es dennoch Leute, die durch alle Maschen fallen?**

Die rund 260 000 Menschen, die Sozialhilfe beziehen, sind quasi «staatlich anerkannte Arme» und somit durch die meisten dieser Maschen gefallen. Wenn jemand länger von der Sozialhilfe abhängig ist, muss er sich schon sehr, sehr stark ein-

schränken. Und die Zahl der Menschen, die für längere Zeit auf Sozialhilfe angewiesen sind, steigt seit Jahren.

**In anderen Ländern fallen Menschen auch durch dieses letzte Auffangnetz, sitzen zerlumpt auf der Strasse und betteln. Das sieht man in der Schweiz nur sehr selten.**

Der Schweizer Sozialstaat ist gut ausgebaut, keine Frage. Gleichzeitig wird grosser Druck gemacht für eine Reintegration in den Arbeitsmarkt – diejenigen, die sich nicht genügend bemühen, werden sanktioniert. Fast noch wichtiger aber ist, dass wir im Vergleich zu anderen Ländern bessere Bedingungen auf dem Arbeitsmarkt haben; noch bietet er gute Chancen, einen Job zu bekommen. Aber weniger gut Qualifizierte, Menschen über 50 oder mit Leistungseinschränkungen haben schon heute grosse Schwierigkeiten, eine Stelle zu finden.

**Wie kann man gegen die unsichtbare Armut vorgehen? Wie Leuten helfen, die sich aus Scham oder Stolz eigentlich nicht helfen lassen wollen? Sollte man überhaupt?**

Es ist immer ein Abwägen zwischen Bevormundung und Autonomie. Wenn das erwachsene Leute sind, die allein leben und sich nicht helfen lassen wollen, dann würde ich sie in Ruhe lassen. Sobald Kinder ins Spiel kommen, sieht es anders aus. Die können nichts dafür, dass sie in einer solchen Situation leben müssen, und es besteht ein überdurchschnittlich hohes Risiko, dass sie später selbst in Armut landen, wenn man nichts unternimmt. Da gilt es, die Kontakte zu nutzen, die diese Familien haben, etwa Schulen oder Ärzte.

**Am stärksten von Armut betroffen sind Frauen, besonders alleinstehende oder alleinerziehende. Liegt das daran, dass Frauen weniger Erwerbsarbeit leisten und meist in schlechter bezahlten Jobs? Sie sind heute nicht viel weniger häufig erwerbstätig als Männer, aber oft in tieferen Beschäfti-**



Mehrzu  
Armut bei  
Jüngeren  
www.migmagch/  
knoepfel

gungsgraden und tatsächlich in weniger gut bezahlten Jobs. Dazu kommen Unterbrüche nach der Geburt und die Folgen von Scheidung – all das kumuliert sich zu einem niedrigen Einkommen und später einer tieferen Rente.

**Welches sind andere typische Risikogruppen?**

Junge Erwachsene, die einen Schulabschluss, aber keine Berufsausbildung machen. Eine andere gefährdete Gruppe sind Leute ab 50, die aus dem Arbeitsmarkt fallen und keine Stelle mehr finden; sie sind unter den Arbeitslosen, Ausgesteuerten und Sozialhilfebezügern immer stärker vertreten.

**16,4 Prozent aller Senioren in der Schweiz sind arm. 35 Prozent aller Armen in der Schweiz sind alt. Gleichzeitig sind die Senioren die wohlhabendste Altersgruppe der Schweiz. Wie lässt sich diese Diskrepanz erklären?**

Die Einkommensungleichheit ist im Rentenalter deutlich höher. Die Bessergestellten können komfortabel weiterleben, während die anderen sich tendenziell

einschränken müssen. Wer sich im Arbeitsleben im Mittelstand bewegt hat, ein bisschen was sparen konnte und vielleicht noch ein Haus vermieten kann, braucht sich fürs Alter wenig Sorgen zu machen.

**Aber wer alt und arm ist, kommt da nur im Sarg wieder raus ...**

Richtig. Wobei die Zahl der Leute steigt, die über 65 freiwillig weiterarbeiten – darunter sind auch Personen mit knapper Rente.

**Wie wirkt sich Altersarmut in der Schweiz aus?**

Bei jungen Erwachsenen kann man versuchen, ihnen wieder eine Perspektive zu geben; bei armen Alten ist das schwierig. Trotzdem haben alle Menschen ein Recht auf würdiges Altern. Wichtig ist darum, wenigstens bei der sozialen Vereinsamung Gegensteuer zu geben. Das versuchen Organisationen wie Pro Senectute oder das Rote Kreuz, aber auch Kirchgemeinden oder die Caritas mit Hausbesuchen oder Mittagstischen.

**Was müssten Politik und Gesellschaft tun, um Altersarmut zu reduzieren?**

Eigentlich müsste man dafür sorgen, dass sie gar nicht erst entsteht. Das bedeutet, dass möglichst alle Leute arbeiten können sollten, damit sie ein anständiges Einkommen erzielen und so ein angemessenes Rentenguthaben ansparen können.

**Wird die von Bundesrat Berset geplante Reform der Altersvorsorge einen positiven Beitrag dazu leisten?**

Eher nicht. Durch die Senkung des Umwandlungssatzes bei der zweiten Säule werden die Rentner pro Monat weniger Geld in der Tasche haben. Diejenigen, die jetzt schon knapp dran sind, werden das sehr stark spüren. Deshalb möchte der Ständerat Gegensteuer geben und die AHV-Renten leicht erhöhen. Ich verstehe die Gründe für die Reform, aber sie wird zur Folge haben, dass noch mehr Leute Ergänzungsleistungen brauchen. Das Geld kommt dann einfach aus einer anderen Kasse. Sollten diese Leistungen im Sog der Reform auch gekürzt werden, verstärkt das die Altersarmut.

**Generell fürchtet man, dass die Altersvorsorge der Zukunft**

**prekärer werden dürfte, weil immer weniger Junge immer mehr Alte finanzieren müssen.** Das kommt darauf an, wie wir die Renten in Zukunft finanzieren. Ich kann mir nicht vorstellen, dass es politisch mehrheitsfähig wäre, die Renten allzu stark zu kürzen. Es steht sogar in der Bundesverfassung, dass die AHV die Existenz sichern soll, was noch immer nicht der Fall ist. Wir werden uns neue Finanzierungsmodelle einfallen lassen müssen. Falls natürlich einige der Horrorszenarien bezüglich der Digitalisierung Realität werden, zum Beispiel dass ein Drittel der Jobs verschwindet, wird das früher oder später zu grösserer Armut führen.

**Wird das bedingungslose Grundeinkommen ein Thema?**

Ich denke schon. Es geht ja nicht darum, dass jeder seinen eigenen Interessen nachgehen kann, sondern dass wegen des technologischen Fortschritts plötzlich viele Menschen kein Erwerbseinkommen mehr haben. Die können auch nichts mehr konsumieren, was dann schnell grosse Fragen für unser ganzes Wirtschaftssystem aufwirft. **MM**

Anzeige

## Hotelplan

# Last Minute

Jetzt profitieren & sparen.

<p><b>Hurghada</b> 1 Woche im Jaz Aquamarine Resort ***** inkl. all inclusive, z.B. am 11.12.16</p> <p style="font-size: 1.5em; color: #e91e63;">ab CHF 399.-</p> <p>Hotel, Transfer und Flug ab Zürich am So.</p> <p style="font-size: 0.8em;">HM K HRG IBEAQU 0160 www.hotelplan.ch/h-102481</p>	<p><b>Marsa Alam</b> 1 Woche im Iberotel Coraya Beach Resort ***** inkl. Halbpension, z.B. am 8.12.16</p> <p style="font-size: 1.5em; color: #e91e63;">ab CHF 449.-</p> <p>Hotel, Transfer und Flug ab Zürich am Do.</p> <p style="font-size: 0.8em;">HM K RMF IBECCOR 0107 www.hotelplan.ch/h-14557</p>	<p><b>Lanzarote</b> 1 Woche im VIK Hotel San Antonio ***** inkl. Frühstück, z.B. am 11.12.16</p> <p style="font-size: 1.5em; color: #e91e63;">ab CHF 549.-</p> <p>Hotel, Transfer und Flug ab Zürich am Di., So.</p> <p style="font-size: 0.8em;">HM K ACE ANTONI 5043 www.hotelplan.ch/h-3042</p>	<p><b>La Palma</b> 1 Woche im La Palma &amp; Teneguia Princess ***** inkl. Halbpension, z.B. am 27.11.16</p> <p style="font-size: 1.5em; color: #e91e63;">ab CHF 579.-</p> <p>Hotel, Transfer und Flug ab Zürich am So.</p> <p style="font-size: 0.8em;">HM K SPC TENPRI 0201 www.hotelplan.ch/h-60740</p>
<p><b>Teneriffa</b> 1 Woche im Hotel Troya ***** inkl. Frühstück, z.B. am 28.11.16</p> <p style="font-size: 1.5em; color: #e91e63;">ab CHF 629.-</p> <p>Hotel, Transfer und Flug ab Zürich am Mo., Mi., Sa.</p> <p style="font-size: 0.8em;">HM K TFS HOTROY 2202 www.hotelplan.ch/h-3693</p>	<p><b>Nordnorwegen</b> 1 Woche im Quality Saga Hotel ***** inkl. Frühstück, z.B. am 7.1.17</p> <p style="font-size: 1.5em; color: #e91e63;">ab CHF 899.-</p> <p>Hotel, Transfer und Flug ab Zürich am Sa.</p> <p style="font-size: 0.8em;">HP J TOS QUASAG 0142 www.hotelplan.ch/h-91831</p>	<p><b>Phuket</b> 2 Wochen im Patong Beach Hotel ***** inkl. Frühstück, z.B. am 17.12.16</p> <p style="font-size: 1.5em; color: #e91e63;">ab CHF 1899.-</p> <p>Hotel, Transfer und Direktflug ab Zürich am Mi., Sa.</p> <p style="font-size: 0.8em;">HM K HKT PATBEA 0430 www.hotelplan.ch/h-3924</p>	<p><b>Malediven</b> 2 Wochen im Fihalhohi Island Resort ***** inkl. Halbpension, z.B. am 17.12.16</p> <p style="font-size: 1.5em; color: #e91e63;">ab CHF 2999.-</p> <p>Hotel, Transfer und Direktflug ab Zürich am Mi., Sa.</p> <p style="font-size: 0.8em;">HM K MLE FIALH0 0115 www.hotelplan.ch/h-1779</p>

Preise in CHF pro Person bei 2 Personen im Doppelzimmer inkl. Flughafen-/Sicherheitstaxen und aktuelle Treibstoffzuschläge. 1 – 2 Kinder 20% Reduktion im Zimmer mit zwei vollzahlenden Erwachsenen. Der Preis bezieht sich jeweils auf den erstgenannten Abflugort, weitere Abflugorte gelten als Information. Hier können die Preise variieren. Inbegriffen: Hin- & Rückflug in Economy-Class, Transfers, Übernachtung und Mahlzeiten gemäss Angebot, telefonische Betreuung. Nicht inbegriffen: Kombi-Versicherungspaket CHF 37 bis CHF 109, evtl. Bearbeitungsgebühren Ihrer Buchungsstelle, Ägypten-Visum CHF 40, Galadinner Weihnachten (Malediven) und Galadinner Silvester (Malediven und Phuket). Platzzahl ist beschränkt. Es gelten die Allgemeinen Vertrags-/Reisebedingungen der MTCH AG. Preisstand 3.11.16

**NEU** **Holiday Box App**  
Ihr persönliches Reisebüro für unterwegs.

Jetzt buchen! 0848 82 11 11, [www.hotelplan.ch](http://www.hotelplan.ch) oder im Reisebüro.