

# Herzlich willkommen

## Zürcher RehaZentrum Wald

Ihr individuelles  
Rehabilitationsziel ist unser  
täglicher Ansporn



# Individuelle Rehabilitation

Im Zentrum der Rehabilitation in den Zürcher RehaZentren stehen Sie als Patientin oder Patient. Wir bieten Ihnen eine auf Ihre individuelle Situation zugeschnittene Rehabilitation – von Mensch zu Mensch. Wir zeigen Ihnen, wie Sie Vertrauen und Lebensfreude zurückgewinnen und mit Ihren Angehörigen und Freunden wieder zuversichtlich in die Zukunft schauen können.

Sie finden bei uns alles, was Sie für Ihre umfassende Rehabilitation brauchen: ein Team von erfahrenen Fachärztinnen und -ärzten, eine umfassende und ganzheitliche Pflege, engagierte und motivierte Mitarbeitende, moderne Therapieformen und eine gut ausgebaute Infrastruktur. Damit Sie sich bei uns auch richtig wohlfühlen, pflegen wir eine erstklassige Küche, bieten Zimmer mit Hotelkomfort und diverse Freizeitmöglichkeiten. Die Höhenlage unserer Klinik und die traumhafte Umgebung schaffen beste Voraussetzungen für die vielleicht notwendige Ruhe und Distanz.



Dr. med. Thomas Kehl  
Vorsitzender der Direktion

## Wir begleiten Sie auf Ihrem Weg

Beim Eintritt in unsere Klinik führen wir bei Bedarf umfassende Eintrittsuntersuchungen durch. Diese können durch fachärztliche Konsilien oder ambulante ärztliche Sprechstunden ergänzt werden.

Vor Ihrer Abreise besprechen und organisieren wir mit Ihnen die Zeit nach dem Klinikaufenthalt. So stellen wir sicher, dass Sie medizinisch, sozial und psychisch optimal vorbereitet sind, um Ihren Alltag von Anfang an möglichst erfolgreich meistern zu können.

## Ihre Ziele sind unsere Ziele

Gemeinsam mit Ihnen definieren wir Ihr individuelles Rehabilitationsziel. Darauf abgestimmt stellen wir für Sie ein interdisziplinäres Rehabilitationsprogramm zusammen, bestehend aus medizinischen, therapeutischen und pflegerischen Leistungen.

Je aktiver Sie an Ihrem Rehabilitationsprogramm teilnehmen, desto erfolgreicher ist Ihr Genesungsprozess. Unser Ansatz ist partnerschaftlich. Nichts motiviert so sehr wie der sichtbare Erfolg. Deshalb messen und dokumentieren wir laufend Ihre Fortschritte. Wir informieren Sie – und falls erwünscht Ihre Angehörigen – über die erzielten Fortschritte und führen mit Ihnen gemeinsam Standortbestimmungen durch.

Nebst der Behandlung ist uns die Schulung der Patientinnen und Patienten ein wichtiges Anliegen. Wir sind überzeugt, dass Sie damit Ihre Gesundheit positiv beeinflussen können.

« Ihr individuelles  
Rehabilitationsziel ist unser  
täglicher Ansporn. »

# Neurologische Rehabilitation

## Unsere Kernkompetenzen

Die Neurorehabilitation im Zürcher RehaZentrum Wald ist spezialisiert auf die Behandlung von Patientinnen und Patienten nach Hirnschlag, traumatischen Hirnverletzungen und Menschen mit Hirntumoren. Patientinnen und Patienten mit chronischen, neurologischen Erkrankungen wie etwa Morbus Parkinson oder Multiple Sklerose werden ebenso nach neusten Konzepten multimodal behandelt. Die Neurorehabilitation strebt eine ganzheitliche Rehabilitation der erkrankten Menschen an, die möglichst früh im Erkrankungsverlauf beginnt. Die obersten Ziele sind das Erreichen einer grösstmöglichen Selbstständigkeit und eine optimale Lebensqualität der Patientinnen und Patienten. Ein engagiertes, hoch qualifiziertes interdisziplinäres Team begleitet Sie individuell Schritt für Schritt auf dem Weg der Rehabilitation.

## Überwachungspflichtige Rehabilitation

Auf unserer Station für überwachungspflichtige Neurorehabilitation können schwer betroffene Patientinnen und Patienten mit hohem pflegerischem, therapeutischem und medizinischem Aufwand betreut werden, bevor sie im Rahmen der weiterführenden Neurorehabilitation weitere Fortschritte erzielen können.

## ADL-Station

Stehen Sie vor dem Austritt nach Hause, sind aber noch unsicher, ob Sie den Alltag selbstständig bewältigen können? Die ADL-Station bietet Ihnen die Möglichkeit, sich während der stationären Rehabilitation intensiv auf den Alltag zu Hause vorzubereiten. Während Ihres Aufenthalts soll eine möglichst alltagsnahe Situation geschaffen werden.

Sie haben die Möglichkeit, den Tagesablauf weitgehend selbstständig und eigenverantwortlich zu gestalten und profitieren darüber hinaus zusätzlich vom notwendigen pflegerisch-therapeutisch-medizinischen Angebot.



PD Dr. med. Antonella Palla  
Chefärztin  
Neurologische Rehabilitation



Dr. med. Nic Michael  
Chefarzt  
Neurologische Rehabilitation



Dr. med. Morena Felder  
Co-Chefärztin  
Neurologische Rehabilitation

# Muskuloskeletale Rehabilitation

## Unsere Kernkompetenzen

Die Muskuloskeletale Rehabilitation umfasst folgende Leistungen nach Unfällen, Operationen und Krankheiten.

- Postoperative Weiterbehandlung nach Gelenkersatz-Operationen und Wirbelsäuleneingriffen
- Nachbetreuung bei Knochenbrüchen und Beinamputationen
- Behandlung degenerativer (abnutzungsbedingter) Gelenks- und Wirbelsäulenerkrankungen (insbesondere auch Bandscheibenleiden)
- Beschwerden und Folgen der Osteoporose
- Nachbetreuung und Rehabilitation entzündlich-rheumatischer Erkrankungen sowie somatisch verstärkter chronischer Schmerzen im Bereich des Bewegungsapparats
- Umfassende und schmerzzentrierte Behandlung des Weichteilrheumatismus

Die Therapie erfolgt interdisziplinär in einem gut eingespielten Team aus Pflege, Physio- und Ergotherapie sowie Ärztinnen und Ärzten. Dank fachübergreifendem Austausch mit den anderen Rehabilitationsdisziplinen (kardiale, pulmonale, internmedizinische und neurologische Rehabilitation) können neben der Rehabilitation des Bewegungsapparates auch Erkrankungen anderer Organsysteme fachkompetent abgeklärt und therapiert werden.

## Ambulante Sprechstunde für muskuloskeletale Erkrankungen

In der ambulanten Sprechstunde für Patienten mit muskuloskelettalen Beschwerden bieten wir ein spezifisches diagnostisches Vorgehen bei Erkrankungen oder Verletzungen des Haltungs- und Bewegungsapparats sowie nicht chirurgische therapeutische Massnahmen zur Verbesserung der Funktion und Linderung von Schmerzen an. Wo Überschneidungen zu anderen Fachgebieten (Kardiologie, Pneumologie, Neurologie) bestehen, ist eine enge Zusammenarbeit mit den entsprechenden Spezialisten möglich.

Das Abklärungs- und Leistungsspektrum unserer Ambulanz umfasst folgende Schwerpunkte: Rheumatologisch-orthopädische Untersuchung durch den Fachspezialisten, konventionell-radiologische und laborchemische Abklärungen, koordinierte Anwendung therapeutischer Massnahmen wie lokale Infiltrationen, medikamentöse Einstellungen sowie Beratung und Kontrolle bei technischen Hilfen des Bewegungsapparats wie Prothesen, Orthesen (inkl. Bandagen und Orthopädieschuhtechnik).

Ein besonderer Schwerpunkt stellt die Abklärung von Schmerzzuständen des Bewegungsapparates dar. Hier können wir dank der engen Zusammenarbeit mit Dr. Henner Niebergall (Leiter Schmerzmedizin, Spital Zollikerberg) ein erweitertes ambulantes Leistungsspektrum anbieten (Infiltrationen mittels Computertomografie, Radiofrequenzbehandlung von schmerzleitenden Nerven sowie epidurale Neurostimulation).



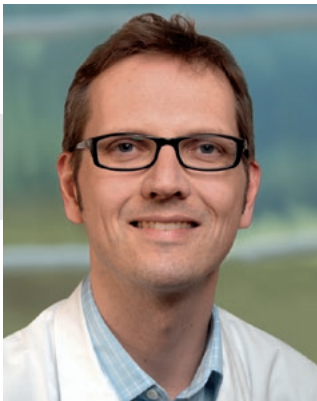
**Dr. med. Udo Hartl**  
Leitender Arzt  
Muskuloskeletale Rehabilitation

# Kardiovaskuläre Rehabilitation

## Unsere Kernkompetenzen

Wir behandeln Patientinnen und Patienten im Anschluss an eine Herz- oder Gefässoperation oder nach der Behandlung eines akuten Herzinfarkts. Aufgrund unserer kompletten Spitalstruktur sind wir in der Lage, diese Patientinnen und Patienten bereits früh nach einem Herzinfarkt oder einer Herzoperation aufzunehmen und optimal zu behandeln.

Neben der stationären Rehabilitation nach Akutereignissen bieten wir für Patientinnen und Patienten mit chronischer Herzschwäche ein spezifisches Rehabilitationsprogramm an. Dies ist sowohl für Patientinnen und Patienten mit stabilem Verlauf der Herzschwäche als auch mit rezidivierenden kardialen Dekompensationen geeignet. Dieses Programm können wir aufgrund



**PD Dr. med. Matthias Hermann**  
 Ärztlicher Direktor  
 Chefarzt  
 Kardiovaskuläre Rehabilitation

der langjährigen ärztlichen Erfahrung im Bereich Herzinsuffizienz als auch der intensiven Betreuung durch Herzinsuffizienz-Spezialisten im Pflegeteam anbieten. Wir sind auch spezialisiert auf behandlungsbedürftige Zusatzerkrankungen wie zum Beispiel Lungenkrankheiten, Nierenerkrankungen, Diabetes mellitus oder Krankheiten des Bewegungsapparates.

## Ambulante kardiale Rehabilitation und ambulante Herzgruppe

Neben der stationären kardialen Rehabilitation besteht auch die Möglichkeit der ambulanten kardialen Rehabilitation in unserer Klinik. Diese wird durch erfahrene Herztherapeuten und Kardiologinnen und Kardiologen geleitet. Das Behandlungsprogramm der ambulanten kardialen Rehabilitation im Zürcher RehaZentrum Wald entspricht den Vorgaben der Schweizerischen Arbeitsgemeinschaft für Kardiale Rehabilitation (SAKR).

Nach Abschluss der stationären oder ambulanten Rehabilitation besteht die Möglichkeit zum Übertritt in die Herzgruppe Faltigberg. Mit einer aktiven Teilnahme haben Sie die Gelegenheit, mit Gleichgesinnten und ebenfalls von einer Herz-Kreislauf-Erkrankung betroffenen Menschen längerfristig etwas für Ihr Wohlbefinden und Ihre Gesundheit zu tun.

« Mit Kompetenz und Menschlichkeit bringen wir Sie wieder zu Kräften. »

# Pulmonale Rehabilitation und Akutpneumologie

## Unsere Kernkompetenzen

In der Pulmonalen Rehabilitation behandeln wir Patientinnen und Patienten mit akuten und chronischen Erkrankungen der Lunge sowie nach thoraxchirurgischen Eingriffen. Unsere gute Infrastruktur lässt es zu, dass wir alle Formen der Lungenkrankheiten diagnostizieren und behandeln können.

In den meisten Fällen handelt es sich dabei um komplexe Funktionseinschränkungen, welche die Patientinnen und Patienten im Alltag beeinträchtigen. Neben der interdisziplinären Betreuung (zum Beispiel Ärzte, Pflege, Physiotherapie, Sozialdienst, Psychologie) bieten wir spezielle Programme für Patientinnen und Patienten mit COPD an. Ziel ist es, dass Sie den Umgang mit Ihrer Krankheit erlernen und im Selbstmanagement geschult werden, um eine grösstmögliche Selbstständigkeit zu erreichen und langfristig erhalten zu können. Dazu gehört auch ein interdisziplinäres Rauchstoppprogramm.

Neben der Rehabilitation behandeln wir Patientinnen und Patienten mit akuten Lungenkrankheiten. Dazu gehört die Behandlung von Tuberkulosepatientinnen und -patienten.



Dr. med. Marc Spielmanns  
Chefarzt  
Pulmonale Rehabilitation

## Schlafzentrum Zürcher Oberland

Im Schlafzentrum Zürcher Oberland können auch Patientinnen und Patienten mit komplexen nächtlichen Atemstörungen behandelt und auf Atemhilfen (CPAP, BIPAP) eingeschult werden.

Sämtliche Formen von Schlafstörungen, insbesondere nächtliche Atemstörungen mit Tagesmüdigkeit und verminderter Leistungsfähigkeit, Ein- und Durchschlafstörungen, Bewegungsstörungen sowie Schlaf-Wach-Rhythmus-Störungen infolge von Suchtproblemen und Schlafmittelabhängigkeit behandelt das interdisziplinäre Schlafzentrum Zürcher Oberland im Schlaflabor des Zürcher RehaZentrum Wald.

## Ambulante pulmonale Rehabilitation

Neben der stationären pulmonalen Rehabilitation bieten wir auch eine ambulante pulmonale Rehabilitation an. In diesem Programm können Patientinnen und Patienten mit chronischen Lungenkrankheiten (Asthma, COPD, Emphysem, Lungenfibrose) und nach chirurgischen Eingriffen im Brustkorb von erfahrenen Lungenspezialisten und auf Atem spezialisierte Physiotherapeutinnen und -therapeuten behandelt werden.

« In der Rehabilitation lernen unsere Patientinnen und Patienten Grenzen zu verschieben, um neue Herausforderungen meistern zu können. »

# Internmedizinische Rehabilitation

## Internmedizinische Rehabilitation

Die stationäre Internmedizinische Rehabilitation behandelt Folgen von akuten und chronischen Krankheiten der inneren Organe in einer Phase, in der akute Therapien abgeschlossen bzw. unterbrochen sind und noch Funktions- und Fähigkeitsstörungen bestehen, die eine direkte Rückkehr ins häusliche Umfeld bzw. in ambulante Therapieformen verhindern.

Auch in Fällen von sich verschlechternden chronischen Mehrfacherkrankungen kann eine stationäre internmedizinische Rehabilitation geeignet sein, die Autonomie zu fördern und ein selbstständiges Leben wiederzuerlangen oder erhalten zu können.



## Unsere Kompetenzen

Mit unserem Programm der internmedizinischen Rehabilitation sind wir spezialisiert auf die Behandlung von Patientinnen und Patienten nach schweren operativen Eingriffen im Bauch- und Brustbereich inklusive Transplantationen, nach intensiven medikamentösen bzw. strahlentherapeutischen Tumorbehandlungen oder bei schweren Erkrankungen der inneren Organe.

Wir sind spezialisiert auf die Therapie chronischer Erkrankungen und die Behandlung von Patientinnen und Patienten mit komplexen Krankheitsbildern und/oder Mehrfacherkrankungen. Die Behandlung in der internmedizinischen Rehabilitation wird bei Bedarf mit dem Angebot der organspezifischen Rehabilitation (Neurologie, Pneumologie, Kardiologie und muskuloskelettalen Rehabilitation) ergänzt. Wir behandeln auch schwere Fälle von Diabetes mellitus in Begleitung von Adipositas, Gefäßerkrankungen nach Operationen bzw. mit Amputationsfolge und schwierige akute und chronische Wundsituationen.

«« Ein engagiertes, hoch qualifiziertes interdisziplinäres Team begleitet Sie individuell Schritt für Schritt auf dem Weg der Rehabilitation. »»

# Zurück zur Gesundheit

## Wir beflügeln Ihren Genesungsprozess

Der fachlich kompetente und rücksichtsvolle Umgang, eine individuell angepasste Betreuung und eine vertrauensvolle Atmosphäre zeichnen unsere Pflege aus.

Die Pflege ist im Bezugspersonensystem organisiert. Dies bedeutet, dass Ihnen beim Eintritt, während des Aufenthaltes und bis zum Austritt immer dieselbe Bezugsperson oder deren Stellvertretung für alle Fragen zur Verfügung steht. Sie plant und koordiniert Ihren Tagesablauf und überprüft mit einem interdisziplinären Team laufend die vereinbarten Rehabilitationsziele. Sie informiert Sie über anstehende Therapien und ist Kontaktstelle für Ihre Wünsche und Anregungen. Spezielle pflegerische Behandlungsmethoden werden individuell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt.

## Wir machen Sie fit

Die verschiedenen Therapieformen sind ein fester Bestandteil des Rehabilitationsprogramms. Diese werden individuell für Sie zusammengestellt und von qualifizierten Fachpersonen geleitet.

### Physiotherapie

Einschränkungen und Beeinträchtigungen der Bewegungs- und Funktionsfähigkeit sowie allfällig bestehende Schmerzen werden behandelt.

### Ergotherapie

Ergotherapie stärkt die Patientinnen und Patienten in der Durchführung von Alltagsaktivitäten.

### Kunst- und Maltherapie

Kunst- und Maltherapie sprechen schöpferische Kräfte an und begünstigen so den Rehabilitationsverlauf.

### Musiktherapie

Musiktherapie ist eine kommunikative und ausdrucksfördernde Therapieform und wird eingesetzt zur Förderung von verschiedenen Bereichen des Genesungsprozesses.



### Neuropsychologie

Die PC-gestützten Therapiemethoden werden bei Bedarf durch spezielle neurowissenschaftliche Therapieverfahren ergänzt.

### Logopädie

Die Logopädie bietet Beratung, Abklärung und Behandlung von Kommunikations- und Schluckstörungen an.

### Psychotherapie

Die verhaltenstherapeutisch ausgerichtete Psychotherapie versucht, die Motivation zur Lebensstilveränderung zu verbessern und die Ressourcenorientierung und Selbstwirksamkeit zu fördern.

### Ernährungsberatung

Unsere Ernährungsberaterinnen helfen Ihnen, Ihre Essgewohnheiten optimal auf Ihren Alltag abzustimmen. Die Lebensqualität steht dabei im Vordergrund.

### Seelsorge

Die Klinikseelsorge gehört zum psychosozialen Bereich der Patientenbetreuung. Die Seelsorgenden verstehen sich als Gesprächspartner.

### Sozialdienst

Während des Aufenthalts bereiten Sie unsere Sozialarbeiterinnen und -arbeiter auf den Austritt und den anschliessenden Wiedereinstieg in Ihr alltägliches und berufliches Leben vor.



# Modernste Methoden

## Wir untersuchen mit modernsten Geräten

Das Zürcher RehaZentrum Wald bietet neben der klinischen Untersuchung auch weiterführende Diagnostik an.

### Bildgebung

- Ultraschall
- Konventionelle Radiologie  
(mit Bildarchivierungssystem PACS)

### Neurologie

- Elektroenzephalographie (EEG)
- Elektroneuromyographie (ENMG)
- Duplexsonographie der hirnversorgenden Gefässe
- Liquoruntersuchung
- Dysphagie-Abklärung (FEES)
- Neuropsychologische Abklärungen  
(wie TDCS transcranial direct current stimulation oder EEG-Neurofeedback)

### Pneumologie

- Bronchoskopie
- Spiroergometrie
- Bronchoprovokationstest

### Kardiologie

- Elektrokardiogramm (EKG)
- 24-Stunden-Elektrokardiogramm (EKG)
- Telemetrie
- 24-Stunden-Blutdruckmessung
- Echokardiographie
- Ergometrie und Spiroergometrie



# Seien Sie unser Gast

## Lassen Sie sich verwöhnen

Unsere Patientenzimmer sind hell, geräumig und verfügen über Hotelkomfort. Die Mehrzahl der Zimmer sind nach Süden ausgerichtet und haben einen eigenen Sonnenbalkon. Es erwartet Sie ein wunderschöner Ausblick auf den Zürichsee und in die Alpen.

## Genuss aus der Region

Unser Küchenchef und sein Team verwöhnen Sie mit einer mediterranen und gesunden Küche. Aus qualitativ hochstehenden Rohprodukten kreieren sie täglich phantasievolle und geschmacklich abgestimmte Menus. Dabei nimmt unsere Küche wenn möglich Rücksicht auf Ihre Wünsche und auf die von Ihren Ärzten verordnete Kostform. Unsere Lieferanten stammen – wenn immer möglich – aus der Region.

## Treffpunkt und Geselligkeit

Für den kleinen Hunger zwischendurch empfehlen wir Ihnen unsere Cafeteria. Nebst einer grossen Auswahl an kalten und heissen Getränken und kleinen Speisen finden Sie hier auch feine Desserts aus unserer hauseigenen Konditorei. Der beliebte Treffpunkt bietet Abwechslung und Geselligkeit. Bei schönem Wetter lohnt sich ein Besuch unserer Aussichtsterrasse.



Während der therapiefreien Zeit stehen Ihnen unterschiedliche Möglichkeiten der Freizeitgestaltung offen:

## Sie möchten sich ausruhen und unterhalten?

Eine Bibliothek, eine Fernsehecke und ein Raum der Stille laden zu ruhigen oder geselligen Momenten ein.

## Sie möchten aktiv werden?

Neben unserem eigenen Fitnessraum, der Gymnastikhalle und dem Therapiebad ist die Klinik ein idealer Ausgangspunkt für kleinere und grössere Wanderungen. Die gelb markierten Wanderwege beginnen direkt vor der Klinik.

## Sie möchten sich verwöhnen lassen?

Ob bei einem Coiffeurtermin oder in der Pediküre – wir tun unser Bestes für Ihr Wohlergehen.

## Sie möchten sich informieren?

Bei uns sind Sie stets auf dem Laufenden – mit dem Radio auf Ihrem Zimmer, den Zeitschriften und Zeitungen an der Rezeption und in der Cafeteria oder mit dem Fernseher, den Sie auf Wunsch gerne im Zimmer nutzen können.

## Weitere Dienstleistungen

- Kabelloser Internetzugang (wlan)
- Fax-Möglichkeit an der Rezeption
- Roomservice durch Hotelfachangestellte
- Wäscheservice für Ihre Privatwäsche

## Ihre Gäste sind unsere Gäste

Ihre Angehörigen und Bekannten sind bei uns jederzeit willkommen. Am besten eignen sich Besuche von 8 bis 20 Uhr.

Für Besuchende und Begleitpersonen können wir Ihnen auf Wunsch einfache und kostengünstige Gästezimmer auf dem Klinikgelände anbieten. In der Region gibt es weitere Übernachtungsmöglichkeiten, über die wir Sie gerne an der Rezeption informieren.

# Unsere Angebote im Überblick

Wir haben uns auf die Komplexität spezialisiert und bieten umfassende, interdisziplinäre Rehabilitationsleistungen an folgenden Standorten:

- Zürcher RehaZentrum Wald
- Zürcher RehaZentrum Davos
- Zürcher RehaZentrum Lengg\*

Mit ihren qualitativ hochstehenden Leistungen in Medizin, Therapie und Pflege bieten die Zürcher RehaZentren auch für Patientinnen und Patienten mit schweren und mehrfachen Schädigungen beste Voraussetzungen für die Rehabilitation.

Wir haben einen Leistungsauftrag der Gesundheitsdirektionen der Kantone Zürich und Graubünden und stehen auf den Spitallisten mehrerer Kantone.

Unser gesamtes Leistungsspektrum ist bei verschiedenen medizinischen Fachgesellschaften akkreditiert.

## Unsere Spezialgebiete

Fachbereich	Zürcher RehaZentrum	Zürcher RehaZentrum	* Zürcher RehaZentrum Lengg
	Wald	Davos	Zürich
Muskuloskelettale Rehabilitation	■	■	
Pulmonale Rehabilitation und Akutpneumologie	■	■	
Internmedizinische/onkologische Rehabilitation	■	■	
Neurorehabilitation	■		■
Kardiovaskuläre Rehabilitation	■		
Psychosomatische Rehabilitation		■	
Schlafmedizin	■	□	

\* Die Klinik Lengg AG ist ein gemeinsames Unternehmen der Schweizerischen Epilepsie-Stiftung und der Stiftung Zürcher RehaZentren.

# Anmeldung

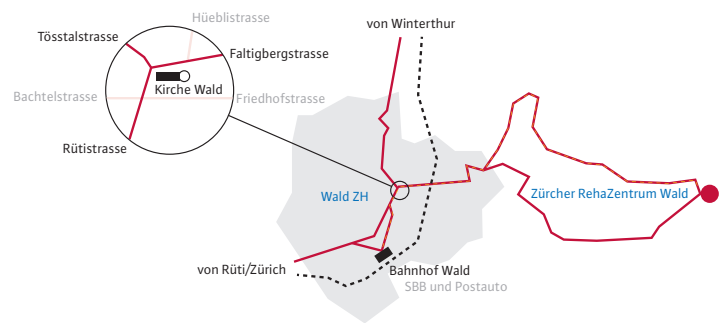
Die stationäre Rehabilitation stellt eine Pflichtleistung der Krankenversicherung dar, wenn es die Erkrankung erfordert. Für die Aufnahme benötigen wir eine Kostengutsprache Ihrer Versicherung. Diese wird durch den zuweisenden Arzt oder durch das Zürcher RehaZentrum Wald aufgrund eines Vorgesprächs mit dem Patienten eingeholt.

Bei Unklarheiten bei Zuweisungen und Indikationen stehen wir Hausärzten gerne auch telefonisch zur Verfügung.

T +41 55 256 64 43

F +41 55 256 62 55

patientenanmeldung.wald@zhreha.ch



Zürcher RehaZentrum Wald

Faltigbergstrasse 7

8636 Wald

T +41 55 256 61 11

info.wald@zhreha.ch

www.zhreha.ch

