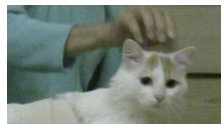


# TTouch® , eine Methode des absichtsvollen Berührens - entspannend für Mensch und Tier



**Informationen des Katzenclubs beider Basel** **August 2009**

**Noch mehr TTouch® Methoden**  
*Probieren Sie es selbst aus. Ihre Katzen werden es lieben.*



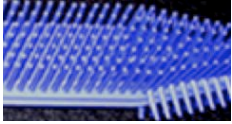
Seite 2

**Vereinsaktivitäten 2009**  
*Sommerfest, Ausstellung, Helferessen nach der Ausstellung*



Seite 2

**Putzstrategien in einem Multi-Katzen-Haushalt**  
*Ein Praxisbericht von Carlee Marrer-Tising*



Seite 3

**Das Katzenmagazin ab sofort für alle KCbB Mitglieder**  
*Im Mitgliederbeitrag enthalten ab August*



Seite 4

**Personelles - Aenderung im Vorstand**  
*Lucia Todero ist Präsidentin ad interim*



Seite 4

**Katzenausstellungsagenda 2009**  
*Übersicht über die nächsten FFH Ausstellungen.*



Seite 4

## TTouch® - wohltuende Berührung

**Gemeinsame Veranstaltung mit dem KAS**  
 Am 5. Juni 2009 waren die Mitglieder des Katzenclubs Aargau-Solothurn und des Katzenclubs beider Basel eingeladen in das Restaurant Krone in Aarburg zu einem Erlebnisabend mit Lisa Leicht, Practitioner 3 in der Tellington TTouch® Methode, einer Art des Berührens mit

den Händen oder mit Hilfsmitteln, die ein Tier beruhigt und entspannt.



TTouches® sind absichtsvolle, achtsame Formen der Berührung, welche introvertierten Katzen helfen, Berührungsängste abzubauen und die Beziehung zu Menschen zu vertiefen. Indem der Stresspegel gesenkt wird, fördern

TTouches® auch die Gesundheit, das Lernen und das Anpassen an neue Situationen. Vor 30 Jahren hat Linda Tellington-Jones diese Methode zuerst an Pferden entwickelt und ab 1984 an Katzen angewandt. Es gibt drei Kategorien von TTouches®: *sanfte streichende, Körperteil verbindende Berührungen*, die das Körpergefühl verbessern, *kreisende Bewegungen* (1 ¼ Kreis im Uhrzeigersinn) zur Stressverminderung und Harmonisierung der Hirnwellenmuster, sowie *hebende TTouches®* um die Gelenke und am Bauch, die entspannend wirken.



Lisa Leicht mit Fritz, seines Zeichens Stofftier



Der Ohren-TTouch® ist eine streichende Berührung zur Ohrens Spitze hin.



Kreisender TTouch® (Eineinviertelkreis) an einer Britisch Kurzhaarkatze silver shaded (Besitzerin Susanne Cordovi)

Es werden auch diverse Werkzeuge wie Lammfell, Federn, Handschuhe, Pinsel, Radiergummi und elastische Körperbänder (Bandagen) eingesetzt, um Vertrauen zu den Katzen aufzubauen und ihre Körperhaltung zu optimieren. Insgesamt wird ein besseres Körpergefühl der Katze angestrebt.





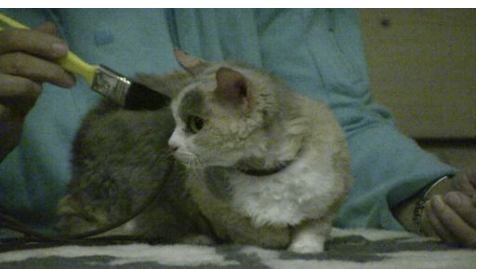
Hebe-TTouch®: dabei wird der Körper der Katze sanft angehoben und ein beruhigendes Gefühl stellt sich ein.



Carlee Marrers Devon Rex Kätzin Samja geniesst die Berührung mit dem Handschuh.



Samja weiss nicht so recht, was sie vom Lammfell halten soll. Aber es scheint angenehm zu sein.



Samja geniesst die Berührung mit dem Pinsel (streichende und kreisende TTouches®)



Die Bewegung beim Tarantel-TTouch® wird schon aus dem Namen klar.



Halblanghaarkatzen kennen den Kamm schon, hier wird er als TTouch® Werkzeug eingesetzt.



Der Massagehandschuh wird von Mensch und Katze geschätzt, mit oder auch ohne Wasser



Die Bekanntschaft mit einem Radiergummi dürfte für die meisten Katzen neu sein, so wie für den 3jährigen Maine Coon Kater Plüsch



Plüsch (Besitzerin Romi Sutter) scheint die Berührung mit der Vogelfeder zu mögen

TTouches® können täglich während etwa 3-5 Minuten eingesetzt werden, bei empfindlichen Katzen auch kürzer, aber häufiger. Oft beginnt man mit dem Ohren-TTouch®, einer streichenden, sanften Bewegung mit klarem Anfang und Ende von der Ohrbasis bis zur Ohrspitze. Dies dient der Beruhigung, dem Abbau von Hyperaktivität, der Stabilisie-

rung des Kreislaufs und der Atmung, auch bei einem traumatischen Erlebnis der Katze als Schmerzlinderung.



Das Einwickeln in ein Badetuch gehört mit Sicherheit zu Parans neuen Körpererfahrungen. Dies ist genau der Zweck der TTouch® Methode.



Türkisch Van odd-eyed Kater Paran von Granica (Besitzerin Marlyse Frey) wird in eine elastische Binde eingewickelt: ein völlig neues Körpergefühl

Mit Hilfe eines Pinsels oder eines Stückes Lammfell wird scheuen Stubentigern Vertrauen vermittelt, indem man von vorne nach hinten streicht und von oben nach unten, unterstützt durch kreisende Bewegung im Uhrzeigersinn. Das Ziel der Berührungen ist immer, Spannungen, Ängste und Stress abzubauen, Vertrauen und Wohlbefinden zu fördern, und zwar bei der Katze wie auch beim Menschen, denn es wurde nachgewiesen, dass sich das Hirnwellenmuster sowohl bei der berührten Katze als auch beim berührenden Menschen harmonisiert. Die TTouches® sind also für Mensch und Tier wohltuend.

Mehr Informationen dazu im Internet: <http://www.lisaleicht.ch>

Kurze Videosequenzen der einzelnen TTouches® finden Sie auf der KCbB Webseite: <http://www.katzenclub-beider-basel.ch> unter "Vereinsleben".

#### Vereinsaktivitäten 2009

Am 30. August 2009 findet das Grillfest des KAS bei Karolina Witt in ihrem Garten in Ennetbaden statt. Wir sind wiederum herzlich eingeladen.



Für unsere Ausstellung von 26./27. September 2009 suchen wir immer noch Helfer. Bitte melden bei Ueli Zysset, Grenzacherweg 178, 4125 Riehen, Tel. 061 601 72 94, E-mail: [UZysset@agilitylogistics.com](mailto:UZysset@agilitylogistics.com), weitere Informationen sind auch zu finden im Internet auf <http://www.katzenclub-beider-basel.ch> Weiterhin findet jeden letzten Dienstag im Monat ab 17 Uhr der Katzenstamm im Restaurant Ysebähnli in Basel, Utengasse 22, BVB Haltestelle Rheingasse, statt.

### Putz-Strategien in einem Multi-Katzen-Haushalt

Man könnte ein ganzes Buch über dieses Thema schreiben, und in der Tat sind auch recht viele über den Hausputz geschrieben worden! Dieser Artikel ist der Versuch, Ihnen die Richtung zu zeigen, wie Sie Hilfe und Unterstützung bekommen können, falls Sie, aus welchem Grunde auch immer, von der Mehrarbeit überwältigt sind, die Katzen und anderen Haustieren, die das Leben mit Ihnen teilen, verursachen. Es kann sein, dass Sie viel Zeit verschwenden, nur weil Sie die besten Putz- und Pflege-Methoden noch nicht kennen, oder weil Sie mangelnde Kenntnisse über die neusten Produkte haben.

Viele Menschen scheinen geradezu mit den ganzen Fertigkeiten geboren worden zu sein, die notwendig sind, um den eigenen Wohnbereich samt Tieren sauber, gut organisiert und wohnlich zu halten. Andere dagegen gehören leider nicht dieser Kategorie Menschen an. Dank dem Internet, dank Zeitschriften und dank Büchern (besonders einem)\* können wir uns Hilfe holen und neue Methoden, Techniken, und Arbeitsverfahren aneignen, die das Leben einfacher machen, auch wenn wir unseren Wohnraum mit vielen Tieren teilen.



Einige Prinzipien und Methoden machen einen riesigen Unterschied in der Art und Weise, wie Sie Ihre Wohnung oder Ihr Haus wahrnehmen und putzen. Eines der allerwichtigsten Dinge ist es, zu lernen wie man

etwas Spass dabei hat oder zumindest ein bisschen Zufriedenheit spürt, wenn man die täglichen Hausarbeiten erledigt. Mit Katzen im Haus sollte es möglich sein, etwas Spass zu haben, selbst wenn man das Haus putzt. Wenn Sie es den Katzen erlauben, werden sie sicher dafür sorgen, dass sie zwischendurch etwas zu lachen haben, auch beim Putzen!

Wenn man das Haus mit vielen Tieren teilt, die sich im ganzen Haus aufhalten dürfen, kann es sehr frustrierend sein, wenn man den Wunsch hat, das Haus immer in perfekter Ordnung zu halten. Es ist sehr empfehlenswert, den Begriff „perfekt“ aussen vor zu lassen! Vergessen Sie die Perfektion! Erstens gibt es das nicht, und zweitens, wenn Sie irgendwo in Ihrem Haus Perfektion tatsächlich erreichen könnten, würden Ihre Tiere schleunigst herausfinden wie sie diese „Perfektion“ auf den Kopf stellen könnten! Ich glaube, dass die meisten Menschen gemerkt haben, dass Katzen besonders begabt sind, wenn es darum geht, aus Ordnung, Unordnung zu machen! Sie sind intelligent, kreativ, und sie lieben Spass. Vor allem langweilen sie sich nur sehr ungern. Einige von ihnen haben sogar die etwas sonderbare Idee, dass auch wir an ihren Kapriolen Spass haben! Sobald Sie in der Lage sind, diese Fakten zu akzeptieren, werden Sie viel glücklicher werden, und Sie werden mehr Freude an Ihrer Umgebung und auch an ihren Katzen haben. Das gilt auch für die Menschen, die das Haus mit Ihnen teilen. Ihre Familie wird auch viel hilfsbereiter sein, wenn Sie nicht ständig wegen unwesentlichen Lappalien nörgeln.

Was auch sehr wichtig ist: Lerne, die Arbeit so gut wie nötig, aber nicht so gut wie möglich zu erledigen! Das ist ein Prinzip, das viele Menschen in der Geschäftswelt lernen müssen, und es ist auch für jemanden wichtig, der einen Haushalt führt. Nur als Beispiel: Denken Sie an einen Fussboden. Wenn man den Boden putzt, muss man ihn nicht so sauber machen, als ob er ein Esstisch wäre! (Wenn man kleine Kinder hat, muss man selbstverständlich den Boden anders im Stande halten als in einem kinderlosen Haushalt.)

Wie kann man eine sich wiederholende total langweilige Haushaltspflicht in eine halbwegs lustige, unterhaltende Aufgabe verwandeln? Eine Freundin von mir, Stephanie Fox, zeigte mir die Richtung, als sie den Vorschlag machte, [www.flylady.com](http://www.flylady.com) aufzurufen! Leider ist diese Website nur auf Englisch vorhanden. Dort findet man gute Tipps und Ideen, wie man einen Haushalt in Ordnung bringt und hält. Neulich werden auch Haustiere in diese Methode eingebunden. Hier lernt man viele wertvolle Sachen: Wie man eine grosse Arbeit in mundgerechte Stücke einteilen kann (genauso wie Geschäftsleute tun, wenn sie Projekte verwalten) - auch Baby-Schritte genannt! Man lernt auch, wie man nützliche Routine für sich gestalten kann, wie man sich gute Angewohnheiten

aneignet und in die tägliche Hausarbeit integriert. Man lernt auch, wie ein Timer sein kann. Wie es so schön heisst, „man kann alles tun, wenn es nur 15 Minuten benötigt!“ Man kann sogar E-Mails abonnieren, die es einem mit täglichen Aufgaben ermöglichen, das ganze Haus in Form zu erhalten - wenn man mitmacht - ohne sich Gedanken über das Was und Wann zu machen.

Ich werde sehr oft beim Arbeiten im Haus von einer sehr dezidierten Katze unterbrochen, die findet, es wäre jetzt eine gute Zeit für ein Spiel oder ein paar Streicheleinheiten. In dem Moment entscheide ich mich auch meistens dazu, eine Pause zu machen. Somit bekommt alles seine richtige Perspektive! Manchmal muss ich gewisse Aufgaben mit einer schnurrenden Katze auf der Schulter erledigen! Und da meine Katzen weder schüchtern noch ängstlich sind, haben sie keine Angst, lärmende Dinge wie Staubsauger anzugreifen und mit mir zu spielen, während ich putze!

In meiner Bibliothek sind einige Bücher, die sich mit diesem Thema beschäftigen. Eins davon, „Putzen mit Köpfchen“, von Profi-Putzer Don Aslett hat mir viele wertvolle Konzepte beigebracht. Ganz toll ist die Tatsache, dass ihm die Sicherheit und das Wohlergehen von Tieren sehr am Herzen liegen, und dass er Methoden und Strategien ausgearbeitet hat, die uns Tierhalter helfen, uns eine angenehme und gesunde Umgebung zu verschaffen. Hier eine kleine Auswahl der Tipps, die ich durch die Jahre aus seinen Büchern „gerntet“ habe. Ich habe so viele davon in meine tägliche Hausarbeit integriert, dass ich aus Erfahrung sagen kann, dass sie wirklich in der Praxis funktionieren.



Rubba Scrubba



© 2001 FlyLady All Rights Reserved

„Tu es jetzt!“ sagt er, und das macht wirklich viel aus, wenn man gewisse Sachen nicht vor sich her schiebt. Es erinnert mich an etwas anderes, das ich vor einigen Jahren gelesen habe: „Wenn Sie jetzt keine Zeit dafür haben,

etwas ordentlich zu machen, wann werden Sie Zeit haben, es nochmals zu machen?" Das gilt auch, wenn es darum geht, Sachen jetzt weg zu putzen, wenn es um kleine „Überraschungen“ handelt, die unsere Tiere manchmal für uns hinterlassen. Es ist viel einfacher und schneller, „frischen“ Schmutz wegzuputzen als eingetrockneten. Es ist einfacher, einen Boden unmittelbar nach den Mahlzeiten zu putzen als Stunden später. Im Grund - so betont es Don Aslett - machen das Timing und die Werkzeuge die Hauptunterschiede aus zwischen „normaler“ Hausarbeit und dem Aufputzen von durch Tiere entstandenem Schmutz.

Er empfiehlt auch, dass wir das beste Putzzeug kaufen, das wir uns leisten können, was wirklich ein grossartiger Tipp ist. Ich kaufe nicht nur das beste Putzzeug, das ich mir leisten kann, ich gebe mir Mühe, nur die Sachen zu kaufen, die mich persönlich ansprechen und tatsächlich die Putzarbeit erleichtern. Je einfacher die Utensilien sind, desto wirksamer sind sie! Viele clevere, supermoderne, lässige, und schöne Gegenstände sind bei uns sehr schnell im Mülleimer gelandet, weil sie unpraktisch waren oder aber schwer zu putzen oder gar zerbrechlich. Eines der nützlichsten Geräte, das ich je gekauft habe, ist ein sehr breiter Spachtel. Don Aslett empfiehlt Schaber und Fensterwischer, und da habe ich diese Idee her. Ich habe herausgefunden, dass ein Spachtel mit einem Stück Haushaltspapier ganz toll funktioniert, wenn ich etwas aufputzen muss, das ein Tier mir hinterlassen hat. Der ganze Schmutz landet (schön eingepackt im Haushaltspapier) in den Mülleimer. Ein super allgemein-nützlich Werkzeug ist das „Rubba Scrubba“, das man auf der Flylady Webseite kaufen kann. Es ist geradezu erstaunlich, wie viele Sachen mit diesem einfachen Werkzeug geputzt werden können. Ich habe eins immer dabei, wenn ich meine Katzen ausstelle.

Ein sehr nützlicher Tipp, den ich in diversen Lektüren gelesen habe, ist: Halten Ihre Augen auf und seien Sie offen für neue Produkte und probieren Sie sie aus. Wenn sie besser sind als ältere Sachen, die Sie schon haben, dann verbrauchen Sie sie oder werfen Sie sie fort! Wenn die älteren Sachen aber besser als die Neuen sind, werfen Sie letztere fort, denn sonst werden Sie bald ein ganzes Lager von Putzprodukten haben, die wertvollen Lebensraum in Anspruch nehmen! Ein mahndendes Wort: Wenn Sie neue Produkte ausprobieren, versichern Sie sich, dass sie keineswegs für Ihre Katze gefährlich oder schädlich sein könnten. Denken Sie daran, dass eine Katze ihre Pfoten und ihr Fell immer sauber leckt und somit giftige Substanzen sehr leicht in den Körper gelangen können.

Vor einigen Jahren habe ich den folgenden Ratschlag gelesen: Wenn irgendetwas in Ihrem Haushalt gemacht werden soll und le-

diglich fünf oder weniger Minuten in Anspruch nehmen würde, tun Sie dies sofort!

Nicht zuletzt: Suchen Sie Sonderartikel in diversen Zeitschriften, die beschreiben, wie man superschnell putzen kann, wie Dampfreiniger am besten einzusetzen sind, wie man Putzen vereinfachen kann, welche guten Produkte neulich auf den Markt gekommen sind, wie man effizient entrümpelt (falls in Ihrem Haushalt notwendig), und ähnlich. Ich habe recht viel aus solchen Zeitschriften gelernt, auch auf diversen Webseiten. Und ja, ich kann unsere Küche superschnell putzen in unter 15 Minuten, wenn ich einen guten Tag habe, sowie die Hilfe meiner Katzen!

\*Hier einige nützliche Quellen & Webseiten:  
- Putzen mit Köpfchen von Don Aslett -- die einzige deutsche Übersetzung seiner Bücher, die ich finden konnte  
- Pet Clean-Up Made Easy - Don Aslett Adams Media, 2005  
- [www.flylady.com](http://www.flylady.com)  
- [www.simplify-e-brief.de](http://www.simplify-e-brief.de)

Carlee Marrer-Tising, KCbB

### Das Katzenmagazin ist ab sofort für alle KCbB Mitglieder im Jahresbeitrag enthalten

Als Mitglied des Katzenclubs beider Basel bieten wir Ihnen NEU das Katzenmagazin gratis an. Das Katzenmagazin erfreut sich grosser Beliebtheit und die Themen der einzelnen Ausgaben sind für Katzenliebhaber und -züchter vielfältig und interessant.

Die aktuelle Ausgabe Nr. 4/2009 erhalten Sie am 28. Juli 2009. Für Mitglieder, die das Katzenmagazin bereits von einem anderen Club erhalten, ändert sich nichts und diejenigen Mitglieder, welche das Katzenmagazin privat abonniert haben, werden nach Ablauf des Abonnements das Katzenmagazin automatisch durch den KCbB erhalten.



In der neuesten Ausgabe geht es u.a. um folgende Themen:  
- "Die Katze im Recht" - Serienstart mit 1. Schwerpunkt "Katze in der Mietwohnung"  
- "Fat Cat" und der Mangel an Frischfleisch - Was tun, wenn Miezze immer dicker wird?  
- "Wirtschaftskrise auch bei Katzenhaltern" - Den Gürtel enger schnallen: Kein Geld mehr für den Tierarzt?  
- "Der STS informiert": Wenn Menschen Tiere essen - auch Katzen und Hunde!  
- "Medizin": Meine Katze ist an Diabetes erkrankt

Der KCbB wünscht Ihnen viel Freude bei der Lektüre.

Astrid Kaiser, Vorstand KCbB/Finanzen

### Personelles

Lucia Todero hat per Anfang Juli 2009 ad interim das Präsidentenamt übernommen. Ab sofort sind Zwingernamen- und Stammbuchanträge, sowie Ausstellungsmeldungen für das In- und Ausland zu richten an:



**Lucia Todero**  
Haldenstrasse 32  
4313 Möhlin

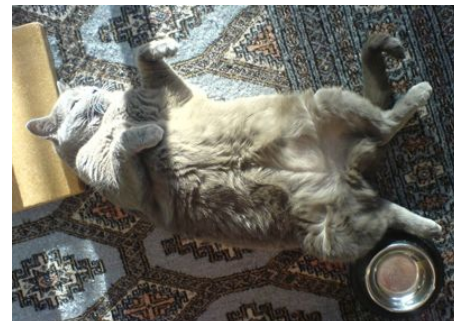
Tel. +41 61 311 91 61  
Mobile +41 79 818 96 24  
E-mail:

[lucia.todero@hotmail.com](mailto:lucia.todero@hotmail.com)

Zu ihren weiteren Aufgaben gehören Anträge und Beschwerden an die FFH, Anträge an die Technische Kommission sowie Beschwerden innerhalb des Clubs oder gegen Mitglieder.

Anmeldungen für Katzenausstellungen im Inland können auch an die Sekretärin des KCbB, Ruth Lang, Kürzeweg 9, 4153 Reinach, geschickt werden.

### Kosimas Tipp: den Sommer geniessen



### Ausstellungsagenda 2009

**Brunegg** (AG) KAS 15.-16.8.09 (anmelden bis 24.7.). Vianco-Arena, 5505 Brunegg  
Anmelden bei: Marlyse Frey, Niklaus Wengstrasse 11, 2540 Grenchen, Tel: 032 652 19 40, Fax: 032 652 29 09, Email: [marlyse.frey@solnet.ch](mailto:marlyse.frey@solnet.ch)

**Baar** (ZG) KLZ 5.-6.9.09 (anmelden bis 15.8.). Waldmannhalle, Neugasse, Baar  
Anmelden bei: Malu Bieri, Dorfstrasse 876, 3805 Goldswil b. Interlaken, Tel./Fax: 033 821 17 74, Email: [pittston@bluewin.ch](mailto:pittston@bluewin.ch)

Verantwortlich für den Inhalt:  
Hans Peter Lang, Webmaster KCbB, Kürzeweg 9, 4153 Reinach, erscheint unregelmässig, 2-3 mal pro Jahr.

Druck:  
Ueli Zysset, Grenzacherweg 178, 4125 Riehen