Zeitschrift: PS-Info : Neues von Pro Senectute Schweiz
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: - (1999)
Heft: 1

Buchbesprechung: Vom Essen und Älterwerden
Autor: Baumann, Heinz

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Sommerakademie 1999

Die diesjährige Sommerakademie zur Gerontologie findet vom 6. – 10. September an der Universität Bern statt. Elf Referenten aus der Schweiz, Deutschland und Österreich sprechen zum Thema Generationenbeziehungen. Die Teilnehmenden werden in Workshops aktiv einbezogen. Das detaillierte Programm kann bei Pro Senectute Schweiz bezogen werden.

Alterssession im Bundeshaus

Die nächste Alterssession findet am 28. Oktober 1999 statt. Neben dem Thema «soziale Sicherheit» bereiten die Senioren- mit den Jugendorganisationen zusammen das Thema «Beziehungen zwischen den Generationen» auf. Ein Kontingent der Plätze ist auch für Vertreterinnen und Vertreter von Seniorengruppierungen reserviert, die mit Pro Senectute zusammenarbeiten.

Dr. Urs Kalbermatten, Weiterbildung

Weitere Auskünfte erteilt Pro Senectute Schweiz, Geschäfts- und Fachstelle, Weiterbildung, Lavaterstrasse 60, 8027 Zürich,
Tel. 01 283 89 89, Fax 283 89 80,
E-Mail urs.kalbermatten@pro.senectute.ch

Seniorenbühne Zürich

Noch wird bis Ende April das erfolgreiche Stück «Isch das alles gsi?» gespielt – und schon laufen die Vorbereitungen für die neue Komödie für die Spielsaison 1999/2000: «Theaterfieber», ein Stück in drei Bildern von Ruth Kummer-Burri, unter der Regie von Denys Seiler.

Die Premièren finden am 25. und 26. September 1999 im Pfarreizentrum Maria Lourdes, Seebacherstrasse 3, Zürich, statt.

Die Seniorenbühne kann engagiert werden. Die Stücke eigenen sich z.B. für Altersnachmittage, Generalversammlungen, Familienfeste, Anlässe in Alters- und Krankenheimen etc. Als Wanderbühne ist sie äusserst beweglich und bringt die Bühneneinrichtung selber mit. Ob Theatersaal, Mehrzweckhalle, Festzelt oder kirchlicher Saal ist unwesentlich. Eine Tonverstärkeranlage bietet Gewähr, dass das Geschehen auf der Bühne auf allen Plätzen gut verstanden wird.

Eine Aufführung in Stadt und Kanton Zürich kostet Fr. 800.– plus Zuschlag von Fr. 100.– für Sonntags-, Feiertags- und Abendaufführungen. Ausserhalb des Kantons Zürich werden die Kosten nach Aufwand berechnet.

Weitere Auskünfte erteilt gerne: Seniorenbühne Zürich, Forchstrasse 145, 8032 Zürich, Tel. 01 422 51 08, Montag bis Freitag 10.00 - 12.00 Uhr.

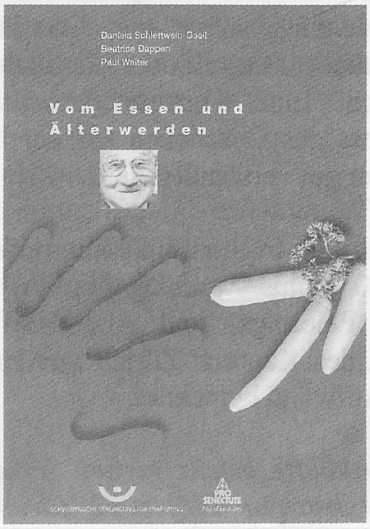
VERLAG

Neu: «Vom Essen und Älterwerden»

Soll die Ernährungsweise in der zweiten Lebenshälfte drastisch umgestellt werden? Muss dabei auf liebgewordene Essgewohnheiten verzichtet werden? Was bedeutet «gesunde Ernährung» überhaupt nach neusten Erkenntnissen? Solche und viele andere Fragen beantwortet dieses von der Schweizerischen Vereinigung für Ernährung und von Pro Senectute herausgegebene Buch, das im Anhang ein Farbposter der Ernährungspyramide mit zusammengefassten Empfehlungen enthält.

Im ersten Teil der 84-seitigen Publikation wird aufgezeigt, was in Bezug auf die Ernährung beim Älterwerden ändert. Der zweite Teil gibt Auf-

schluss über konkrete Ernährungsempfehlungen für ältere Menschen und bespricht die Frage einer allfälligen Ergänzung durch gezielte Zufuhr von Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen. Und im dritten Teil finden sich viele praxisorientierte Tipps sowie gesunde, einfache Rezepte und nach saisonalen Aspekten gegliederte Menüvorschläge.



Das Buch wird zum Preis von Fr. 16.– verkauft. Die Pro-Senectute-Organisationen und deren Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter profitieren von einem Rabatt von 20% und bezahlen nur Fr. 12.80 pro Exemplar (Preise inkl. MwSt., zuzüglich Versandkosten). Ihre Bestellung richten Sie bitte an: Pro Senectute Schweiz, Verlag, Postfach, 8027 Zürich, Telefon 01 283 89 89, Fax 01 283 89 80, E-Mail verlag@pro-senectute.ch

Heinz Baumann, Verlag

Die Pro-Senectute-Broschüre

«Gesundheit – ein Geschenk fürs Alter»

mit Tips für Ernährung und Wohlbefinden ist selbstverständlich weiterhin erhältlich; Einzelexemplare gratis, ab 10 Stück Fr. 1.20/Stück.

FÜR SIE GELESEN

Helfen macht müde

Das Buch handelt von Helfern und ihren Klienten. Es hilft Berufsleuten verschiedener Sparten (z.B. Psychotherapie, Gesundheitswesen, Pflege, Lehrpersonal etc.) wie auch Familienmitgliedern, die behinderte oder kranke Angehörige pflegen, ihre Helfersituation zu klären.

Zur Sprache kommen die Beziehungen zwischen Helfer und Klient, zwischen Helfer und Institution, zwischen dem Helfer und seiner Familie. Es wird gezeigt, wie gegen seelische Belastungen und berufliche Deformationen Vorbeuge getroffen und Abhilfe geschaffen werden kann.

Die Beziehung von Burnout und Stress wird thematisiert. Es werden Programme und Seminare zur Burnout-Prophylaxe vorgestellt. Dazu werden viele Beispiele von Burnout-Erlebnissen und beruflicher Deformation in den verschiedenen Berufsfeldern aufgeführt.

Das Buch von Jörg Fengler ist 1998 im Pfeiffer Verlag, München, erschienen und kann bei der Bibliothek von Pro Senectute Schweiz unter der Signatur 20.3.782 ausgeliehen werden. Telefon 01 283 89 89, Fax 01 283 89 84.

Info Bulletin Nr. 1/99 vom 26. Februar 1999

Redaktionsschluss nächste Ausgabe:
Nr.2/99: 1. April 1999

Herausgeberin:
PRO SENECTUTE SCHWEIZ, Kommunikation,
Lavaterstrasse 60, Postfach, 8027 Zürich,
Tel. 01 283 89 89, Fax 01 283 89 80
E-Mail fachstelle@pro-senectute.ch
Website pro-senectute.ch
Redaktion:
Edith Brogli, Alice Comte (dt.)
Jacques Dentan (frz.)
Auf chlorfrei gebleichtem Papier gedruckt