Objekttyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich**

Band (Jahr): **- (2014)**

Heft 2

PDF erstellt am: **05.06.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

22 Reise nach innen: Was es braucht, damit Meditation gelingt

32 Das Leben als Reise: Was Ex-Pilot Rudi Jaspers zu berichten weiss

40 Teamarbeit: Wie Maja Himmelberger und Ursula Schmid Reisen organisieren

Liebe Leserin, lieber Leser

In diesem VISIT nehmen wir Sie mit auf eine Reise – in Reportagen, Porträts und Erlebnisberichten. Ein Heft, ein Thema. Es ist aktueller denn je. Seniorinnen und Senioren reisen immer mehr. Sie stellen bei Reiseanbietern schon gut ein Drittel der Kundschaft. Beliebt sind nicht nur Kreuzfahrten, Busreisen und Wanderferien; auch Sprach- und Kulturreisen finden grosses Interesse. Für fast jeden Wunsch gibt es ein Angebot – bis hin zum begleiteten Reisen für Menschen mit gesundheitlichen Beschwerden und eingeschränkter Mobilität.

Wer seine Reiseformen und Reiseziele seinen jeweiligen Möglichkeiten und Erfordernissen anpasst, kann bis ins hohe Alter reisen. Das zeigt dieses Heft. Vor allem aber: Reisen ist sehr viel mehr als Urlaub vom Alltag. Reisen heisst Entdecken, schafft Begegnung. Reisen hält beweglich. Und das ist über ein paar Ferientage hinaus ganz wichtig. Denn Mobilität und Fortbewegungsmöglichkeiten schaffen die Voraussetzung für Selbstständigkeit und Unabhängigkeit im Alltag und für die Teilnahme am sozialen Leben.

Bewegung in sämtlichen Formen trägt wesentlich zur Gesundheit bei und legt den Grundstein, um auch im fortgeschrittenen Alter das Leben geniessen zu können. Darum bietet Pro Senectute Kanton Zürich auch im Bereich «Bewegung und Sport» ein vielseitiges und attraktives Programm. In der regelmässigen VISIT-Beilage AKTIV finden Sie unsere jeweiligen Angebote in einer handlichen Übersicht.

Erfüllen Sie sich Ihre Träume – in grossen oder kleinen Schritten, in fernen oder nahen Welten. Wir inspirieren und begleiten Sie gerne.

FRANJO AMBROŽ
Vorsitzender der Geschäftsleitung

lebens//raum

4 Sich Träume erfüllen, die passen
12 Warum wir reisen
14 «Ich reise am liebsten in der Gruppe.» Interview mit Reisejournalist und Autor Dres Balmer
18 Fernweh und fliegende Gedanken. Ein Augenschein auf der Zuschauerterrasse des Flughafens Zürich

lebens//art

22 Reise nach innen. Ein Selbstversuch mit Meditation
24 Allein und doch in Gesellschaft reisen?
27 Dank diesen Tipps reisen Sie entspannt
29 Tipps zum Thema
31 Kundenumfrage

lebens//lust

32 Rudi Jaspers, ehemaliger Swissair-Pilot: Am glücklichsten in der Luft
34 Leseraktionen
36 Wanderung: Von Säumerwegen und Erinnerungen an Heidi
39 Das Appenzellerland mit allen Sinnen geniessen

lebens//weg

40 Maja Himmelberger und Ursula Schmid: Von Frohsinn und Reiselust
42 Rätsel
44 Marktplatz
45 Impressum
46 Goldene Zeiten

beilage aktiv

Agenda mit Veranstaltungen und Kursen von Pro Senectute Kanton Zürich

AUF DEM TITELBILD
Edi Wallimann bricht auf zu einem weiteren Säumer-Abenteuer.

Foto Titelseite: Daniel Rihs; Seite 3: Lassalle-Haus/Daniel Rihs/Renate Wernli