Objekttyp: **TableOfContent**

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

Band (Jahr): **- (2017)**

Heft 1: **Was uns glücklich macht : ältere Leute sind zufriedener mit dem Leben : warum das so ist und wie man sich bis ins hohe Alter dem Glück öffnet : Menschen in Zürich berichten**

PDF erstellt am: **31.05.2024**

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

Liebe Leserin, lieber Leser

Wie oft wünschen wir uns Glück! Zum Jahreswechsel, zum Geburtstag, bei der Wohnungssuche, vor einem Spitalaufenthalt. Doch so sehr wir nach dem Glück streben – es stellt sich höchst launenhaft ein und folgt eigenen Gesetzen. Mal kommt es zufällig, mal wie bestellt. Oft ist es flüchtig, in der Regel vergänglich. Und das ist ein Glück.

Denn: «Glück muss atmen können», sagt der deutsche Philosoph Wilhelm Schmid. «Wer immer nur glücklich sein will und Glücksflauten nicht zulässt, verliert die Orientierung im Leben.» Schmid empfiehlt, das «Glück der Fülle» zu suchen – in einer «heiteren Gelassenheit», die weiss, dass Höhen und Tiefen sich abwechseln wie Tag und Nacht. Das ist allerdings kein einfaches Unterfangen …

Wir suchen in diesem Visit nach dem viel gewünschten Gut. Was macht ältere Menschen glücklich? Gewiss: Physische und psychische Gesundheit, materielle Sicherheit, eine sinnstiftende Aufgabe – das sind wichtige Voraussetzungen für ein glückliches Leben. Als wahres Glück aber zeigt es sich einem meist erst, nachdem man es vermisst hat – etwa nach einer schweren Krankheit. Oft sind es kleine Dinge, die glücklich machen: ein sonniger Tag im Garten, ein Stadtbummel mit dem Enkelkind, eine überraschende Begegnung … Was wir als Glück empfinden, ist sehr individuell. Was wir als Glück erleben, hängt stark von unserer persönlichen Einstellung ab.

Es braucht den Mut, sich dem Glück zu öffnen. Zum Beispiel durch die Pflege von sozialen Kontakten. Oder durch die Bereitschaft, sein Glück zu teilen. Wer etwa einen guten Freund zu einem schönen Ausflug einlädt, kann davon ein Lied singen: Geteiltes Glück ist doppeltes Glück.

Franjo Ambroz
Vorsitzender der Geschäftsleitung

Wann haben Sie zum letzten Mal Glück empfunden? Visit hat sich aufgemacht und nach dem Glück und den Glücksmomenten gesucht.

Silvana Agustoni hat viele Schicksalsschläge erlitten. Trotzdem hat sie ihre Fröhlichkeit behalten.

Elke Leffringhausen bringt als «Besuchsdienstlerin» kleine Glücksmomente mit.

LEBENS**RAUM**

4 Das Glück der späten Jahre
12 «Echte Freunde sind das Wichtigste»
16 Gespräch mit dem Schauspieler und Moderator Walter Andreas Müller: «Ich ästimiere das Glück heute mehr als früher»

LEBENS**ART**

20 Das Sonntagskind: Josef Salzmann hat sich mit 100 Jahren nochmals verliebt
24 10 Tipps, wie man dem Glück etwas nachhelfen kann
26 Sternschnuppen sammeln und fischen bei Vollmond
30 Elke Leffringhausen besucht ältere Menschen zuhause und bringt Glücksmomente mit
33 Tipps zum Thema

LEBENS**LUST**

34 Wo die Glücksmomente gesammelt werden
36 Leseraktionen
38 Im Hinterland von Winterthur: Visit begleitet die Wandergruppe Oetwil am See
41 Hotel Kurhaus am Sarnersee
42 Rätsel
44 Marktplatz
45 Impressum
46 Goldene Zeiten: Glückliche Wandervögel

BEILAGE **AKTIV**

Veranstaltungen und Kurse von Pro Senectute Kanton Zürich

Auf dem Titelbild: Josef Salzmann und Ruth Wattenhofer (Seite 20)

Foto Titelseite: Christian Roth; Seite 3: Daniel Rihs / Iris Ritter / Renate Wernli