**Zeitschrift:** Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft
**Herausgeber:** Pro Senectute Basel-Stadt
**Band:** - (1987-1988)
**Heft:** 3

**Artikel:** Mit Bewegung beweglich bleiben
**Autor:** [s.n.]
**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-843659

**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:** 15.12.2025

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

# Geld hat verschiedene Formen

Ein Leben ohne Geld ist für uns heutige Menschen unvorstellbar. «Geld ist das wichtigste Ding auf der Welt», sagte der Schriftsteller George Bernhard Shaw, vermutlich nicht ganz ohne Augenzwinkern. Der Habenichts mag träumen von einem Leben mit viel Geld und wenig Sorgen. Doch «wenn man Geld hat, denkt man nur noch ans Geld», gestand ein Mann, der es wissen musste, der Amerikaner Paul Getty. Er war Milliardär. Geld ist seit Jahrtausenden begehrt und macht die Menschen glücklich. Oder unglücklich. Reich. Oder arm. Treibt sie zur Leistung an. Oder in den Müssiggang. Geld kann man gegen Güter und Dienste tauschen. Oder man kann es aufbewahren. Und da gegen Geld (fast) alles erhältlich ist, wird der Wert der Dinge am Geld gemessen. Doch was ist Geld?

### Münzwirrwarr in der Schweiz

Während Jahrhunderten waren Münzen aus Gold, Silber, Kupfer oder Nickel die verbreitetsten Zahlungsmittel. Überall rissen Kaiser, Könige, weltliche und geistliche Fürsten als Hüter von Gesetz und Ordnung das Recht an sich, in ihren Hoheitsgebieten alleine Münzen auszugeben. Zu einem in ganz Europa berühmt-berüchtigten Wirrwarr wuchs das Münzwesen in der Schweiz aus. Vor der Münzreform des Bundes Mitte des vergangenen Jahrhunderts brachten 79 Münzherren – Städte, Kantone, Klöster – nicht weniger als 860 verschiedene Münzsorten in Umlauf. In Bern beispielsweise zirkulierten Franken, Sols und Pfennige, Pfunde, Schillinge und Heller, Batzen, Kreuzer und Vierer, Taler, Dukaten und andere. Erst mit der Bundesverfassung von 1848 ging das Recht zur Münzprägung auf die Eidgenossenschaft über, worauf das noch heute gültige Münzsystem geschaffen wurde.

Aus unserem Alltag sind zwar die Zehner und Fünfziger, die Franken und Fünfliber nicht wegzudenken. Dennoch haben Münzen als Zahlungsmittel bloss noch eine untergeordnete Bedeutung. Mit einem Bestand von 1,4 Milliarden Franken machen sie nur gerade rund zwei Prozent der schweizerischen Geldmenge im engeren Sinne aus. Und das Münzgesetz schränkt ein, dass pro Zahlung nicht mehr als 100 Münzen angenommen werden müssen.

### Geld aus Papier

Häufigeres und wichtigeres Zahlungsmittel unserer Tage ist die Banknote. Als die englische Goldschmiede im 16. Jahrhundert begann, fremde Gelder aufzubewahren, händigten sie den Eigentümern Quittungen, sogenannte Goldsmith's Notes, aus. Mit der Zeit gingen die Deponenten dazu über, anstelle der Münzen, bloss die Noten weiterzugeben, wodurch diese zu Zahlungsmitteln wurden. Später erhielt die Bank von England das Recht, Papiergeld als Zahlungsmittel herzustellen, wobei sie gleichzeitig verpflichtet wurde, Noten auf Verlangen jederzeit in Gold umzutauschen.

In der Schweiz wurden die ersten Banknoten 1826 von der Deposito-Cassa der Stadt Bern emittiert. Andere Institute folgten, bis schliesslich Geldscheine von mehr als 50 Banken in Umlauf waren, was zu einer Unübersichtlichkeit sondergleichen führte. Diese fand erst im Jahr 1905 ein Ende, als der Bund der neugegründeten Schweizerischen Nationalbank das alleinige Recht zur Ausgabe von Banknoten übertrug. Zwar hat der Bund die Nationalbank 1938 von der Pflicht entbunden, Banknoten gegen Gold einzulösen. Er hat die Banknoten selbst zu gesetzlichen Zahlungsmitteln erklärt. Dennoch ist immer noch die Hälfte des in der Schweiz zirkulierenden Notengeldes von 25 Milliarden Franken durch die Goldvorräte der Nationalbank gedeckt.

*«Aus dem Journal der Schweizerischen Volksbank»*

# Mit Bewegung beweglich bleiben

*fi.* «Mit Bewegung beweglich bleiben» heisst ein von Ciba-Geigy, Pharma Schweiz, unterstütztes Gymnastikprogramm auf Tonbandkassette. In Zusammenarbeit mit dem Rheumatologen Dr. G. Kaganas und dem Physiotherapeuten Ch. Schmeitzky wurde dieses Turnprogramm entwickelt. Die Kassette besteht aus einem Anleitungsteil (gesprochene Turnanleitungen und Begleitmusik) und einem Übungsteil (nur Musik). Ihr beigegeben ist ein Poster, auf dem die Übungen in ihren Abläufen bildlich dargestellt sind.

Bei der Konzeption des Gymnastikprogramms wurde speziell darauf geachtet, dass diese Übungen sowohl von Gesunden zur Prophylaxe, wie von Rheumageplagten als Bewegungstherapie geturnt werden können. Diese Kassette ist als Richtlinie für das tägliche Turnprogramm zu Hause gedacht. Die Übungen sind nicht auf einzelne Gelenke beschränkt. Vielmehr wird versucht, im fliessenden Bewegungsablauf Wirbelsäule und Gelenke gesamthaft zu erfassen, sie durchzubewegen und eine Kräftigung der Muskulatur zu erreichen. Dieses ganze «Programm zur Prophylaxe» kann von jung und alt, von Kranken und Gesunden geturnt werden. Der Preis für Kassette mit Anleitung beträgt nur Fr. 17.50. Dieses sehr empfehlenswerte Gymnastikprogramm «mit Bewegung beweglich bleiben» ist bei der Schweiz. Rheumaliga, Telefon 01 482 56 00 oder direkt bei Ciba-Geigy, Forum «präventiv-aktiv», Telefon 50 33 33, erhältlich.

## Ein Goldvreneli zu gewinnen

**Beim aufmerksamen Lesen finden Sie die drei Lösungen in dieser Nummer:**

**1** Wieviele Beitragspflichtige kamen im ersten AHV-Jahr auf einen Rentenbezüger?

**2** Wie heisst das von der Ciba-Geigy unterstützte Gymnastik-Programm?

**3** Wieviele freiwillige Sammlerinnen und Sammler verkaufen an der Herbstversammlung PRO-SENECTUTE-Läckerli?
a) 120, b) 300, c) 550

*Lösung auf eine Postkarte schreiben und bis zum 30. Oktober 1987 (Datum des Poststempels) einsenden an:*
**PRO SENECTUTE,**
«AKZENT»-Wettbewerb, Postfach, 4010 Basel.

Der Gewinner wird durch das Los ermittelt. Korrespondenzen können keine geführt werden. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Die Lösung finden Sie im folgenden AKZENT Nr. 4 im Dezember.

*Das Goldvrenerli wurde von der Schweizerischen Kreditanstalt gestiftet.*

## Für Sie notiert

# Anna und Goliath

**Menschen im Altersheim**
*Helen Stark-Towlson, Zytglogge-Verlag, Bern*

So lange uns das Leben beschieden ist, stellt es uns immer wieder neue Aufgaben. Es gibt keinen Dispens vor neuen Herausforderungen! Selbst das Altersheim ist kein Refugium; auch hinter seinen Mauern entwickeln sich menschliche Schicksale, werden Konflikte erlebt und – bewältigt. Tröstlich die Einsicht: Jedes Ende ist zugleich ein Neubeginn!

Ein Erlebnisbericht vorbildlicher Art liefert uns Helen Stark mit ihrem Buch über «Menschen im Altersheim». Ein Buch der Gefühle, aber ohne verlogene Sentimentalitäten – eine Darstellung nackter und damit harter Tatsachen, aber auch der neuen Wege, die sich dem alternden Menschen öffnen, sofern sein Herz nicht erkaltet ist. Gewiss, der Übergang in die dritte Lebensphase ist nicht einfacher Art und es bieten sich keine Patentrezepte an. Was es zu bedenken gilt, zeigt uns das vortrefflich und sympatisch geschilderte Porträt der Pensionärin Anna Maurer, das uns hautnah präsentiert wird. *Werner Schnieper*