

**Zeitschrift:** Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** - (2003)  
**Heft:** 4

## Inhaltsverzeichnis

### 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:** 15.02.2026

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

Liebe Leserin, lieber Leser



«Sie ist unser ein und alles», sagen Kurt und Lina Heusser über die Katze Chuchu, die mit ihnen die Alterswohnung teilt. Auch wenn es ihm nicht gut gehe, versorge er die Katze regelmässig. Die Verantwortung für das Tier zu haben, tue ihm gut. Seine Frau, die an Parkinson leidet und im Rollstuhl sitzt, merkt sofort, wenn mit Chuchu etwas nicht stimmt. Dass Haustiere eine positive Wirkung auf die seelische und körperliche Verfassung von Menschen haben, hat der Zürcher Professor Dennis G. Turner wissenschaftlich nachgewiesen. Im Interview mit «visit» erklärt er, wie ein Haustier gerade älteren Menschen helfen kann, Einsamkeit und Isolationsgefühle zu verringern. Selbständig bleiben, das wollen alle älteren Menschen. In der eigenen Wohnung, auf eigenen finanziellen Beinen wollen sie ihr Leben so einrichten, wie es ihren Bedürfnissen entspricht. Neu gibt es eine Methode, wie Selbständigkeit trainiert werden kann. SIMA (Selbständig IM Alter) heisst das Programm, das Pro Senectute im Kanton Zürich anbietet und das Gedächtnis und Bewegungsfähigkeit erhalten hilft. Und, ein nicht zu vernachlässigbarer Nebeneffekt: Wer das Training besucht, macht auch einen Schritt auf andere Menschen zu, ist Teil einer Gemeinschaft, knüpft Beziehungen, die vielleicht über den letzten Kurstag hinaus halten. Lebensqualität heisst für Menschen jeden Alters, nicht alleine zu sein, jemanden zu haben, der für sie da ist, der sich um sie kümmert oder für den sie sorgen können. Wie körperliche und geistige Fitness kann man sich auch ein Beziehungsnetz zulegen. Die Kursangebote von Pro Senectute Kanton Zürich haben deshalb auch immer den Nebeneffekt, neben dem eigentlichen Kursinhalt auch neue Kontakte zu Gleichgesinnten zu vermitteln. Wir freuen uns, wenn Sie im neuen Jahr die Gelegenheit benützen, in Ihre Lebensqualität und in Ihr Beziehungsnetz zu investieren.

Mit vorweihnachtlichen Grüssen

*Christine Keiser-Okle*

Geschäftsleiterin Pro Senectute Kanton Zürich

|  |    |
|--|----|
| <b>Pro Senectute Kanton Zürich: Über uns</b> |    |
| Kochen mit Alice Vollenweider                | 4  |
| Neue Technologien im Alter nutzen            | 7  |
| .....  |    |
| <b>Fokus ALTER</b>                           |    |
| Senior/innen im Klassenzimmer                | 12 |
| Foxtrott und Walzer im Stadtsaal             | 13 |
| .....  |    |
| <b>Präsidial</b>                             |    |
| Sterben im heissen Sommer                    | 15 |
| .....  |    |
| <b>Wir sind für Sie da</b>                   |    |
| Pro Senectute Wetzikon stellt sich vor       | 16 |
| .....  |    |
| <b>Thema</b>                                 |    |
| Mensch und Tier                              | 18 |
| .....  |    |
| <b>Wissenswert</b>                           |    |
| Wenn Angehörige dement werden                | 22 |
| An die nächste Steuereklärung denken         | 24 |
| .....  |    |
| <b>Pro Senectute Kanton Zürich – aktiv</b>   |    |
| Selbständig im Alter                         | 25 |
| Kurs- und Ferienangebote 2003/2004           | 28 |
| Leser/innen-Angebot:                         |    |
| Gratis ins Opernhaus                         | 32 |
| .....  |    |
| <b>Persönlich</b>                            |    |
| Ernst Scheidegger:                           |    |
| Fotograf, Verleger, Maler                    | 38 |
| .....  |    |
| <b>Gesundheit</b>                            |    |
| Grauer Star: durch den Schleier sehen        | 43 |
| Aktuelles zur Kniearthrose                   | 45 |
| .....  |    |
| <b>Service</b>                               |    |
| Rätsel                                       | 49 |
| Kleinanzeigen                                | 50 |
| Impressum                                    | 50 |

**Titelbild** «3 Generationen»  
von Susanne Städler