

**Zeitschrift:** Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** - (2005)  
**Heft:** 1

## 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:** 26.01.2026

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

**Liebe Leserinnen und Leser**

In der vorliegenden «visit»-Ausgabe stellen wir die verschiedenen Facetten der Vorbereitung auf die Pensionierung thematisch in den Mittelpunkt (ab Seite 10). Bei Einführung der AHV dachte wohl noch kaum jemand weit über das Pensionierungsalter hinaus, erreichte doch nur ein geringer Teil der Erwerbstätigen das 65. Altersjahr. Das hat sich gewaltig geändert.

Die Zeit nach der beruflichen Tätigkeit gilt es sinnvoll zu gestalten, dauert sie doch infolge der steigenden Lebenserwartung für viele Pensionierte zwei bis gar drei Jahrzehnte. Den Ruhestand wollen die meisten aktiv erleben. Macht die Gesundheit mit und sind die finanziellen Mittel so weit gesichert, können in der neuen Freiheit gewisse Träume und zurückgestellte Wünsche jetzt verwirklicht werden.

Ein weites Feld für Aktivitäten im dritten Lebensabschnitt ist die kreative Beschäftigung. Die vom pensionierten Privatbankier Hans Vontobel ins Leben gerufene Stiftung motiviert ältere Menschen tigkeits. Die besten krönt mit einem Preis aus den verschieden- wissenschaftlichen Bereichen sind durchwegs auf sehr hohem Niveau. Vielfach offenbaren sich eben erst mit dem Alter die wahre Begabung und die Leidenschaft, sich einer Sache mit Haut und Haaren zu verschreiben.

Kürzlich hat Pro Senectute Kanton Zürich Otto Hügin zum 90. Geburtstag gratuliert. Er ist aktiv als Eislauflehrer tätig und hat jetzt als Autor ein Lehrbuch vorgelegt, das neue Techniken und fundiertes Grundlagenwissen für angehende Eiskunstläufer/innen zum Inhalt hat. Stellvertretend für viele zeigt Otto Hügin, dass die Zeit nach der Pensionierung nicht Stillstand und Rückzug, sondern ein aktiv-kreativ-sportliches Weitergleiten durch den dritten Lebensabschnitt sein kann.

Mit besten Grüßen, Ihre

Christine Keiser-Okle  
Geschäftsleiterin

<b>Pro Senectute Kanton Zürich: Über uns</b>	<b>4</b>
Präsenz in der Region stärken	6
Neue Technologien entdecken	7
Freizeit aktiv gestalten	
<b>Wir sind für Sie da</b>	<b>9</b>
Fundierte Hilfe durch Fachleute	
<b>Thema: Pensionierung aktiv gestalten</b>	
Luft holen für die Zukunft	10
Finanzen in die eigenen Hände nehmen	13
Altes Eisen ist kein Schrott	14
Selbstbewusst im Alter	15
Kreativität als Chance nutzen	16
Ab in den verdienten Ruhestand	19
<b>Fokus Alter</b>	
Politische Analyse ist sein Steckenpferd	20
SeniorInnenrat	22
<b>Pro Senectute Kanton Zürich – aktiv</b>	
Leser/innen-Aktion Nr. 1: Prüfung gestern – Fahren heute	23
Kurs- und Ferienangebote 2005	24
<b>Persönlich</b>	
Chinasplitter	28
«visit»-Kolumne von Klara Obermüller	31
Die Vernunft hat gesiegt	32
Wer ist hier konservativ	35
<b>Gesundheit</b>	
Leser/innen-Aktion Nr. 2: Am liebsten fahre ich ein einfaches Velo	36
Zu viel Druck ist ungesund	38
<b>Reisen</b>	
Einzigartiges historisches Kleinod	40
<b>Kulturtipps</b>	
Leser/innen-Aktion Nr. 3: Savoir-vivre für Sie?	42
<b>Service</b>	
Kleinanzeigen	45
Kreuzworträtsel	47
Impressum	34

**Titelbild** Tanztheater 3. Frühling beim wöchentlichen Tanztraining Johanna Bossart, Zürich