

**Zeitschrift:** Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** - (2015)  
**Heft:** 4

**Vorwort:** Liebe Leserin, lieber Leser  
**Autor:** Ambrož, Franjo

### **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:** 05.01.2026

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



4 Die Zeit ist kostbar, und wir möchten sie möglichst vielseitig und sinnvoll nutzen. Vier Beispiele.



16 Franz Türler und Jörg Spöring haben zusammen ein Modell des Kosmos geschaffen – mit der Türler-Uhr.



36 Auf dem Klangweg im Schatten der Churfürsten lassen sich Klangwelten entdecken.

Liebe Leserin, lieber Leser

Eigentlich ist ja alles ganz genau getaktet. 8760 Stunden dauert ein Erdenjahr, keine Stunde weniger (die Schaltjahre lassen wir beiseite). Und trotzdem haben wir das Gefühl, dass die Tage ständig kürzer werden, die Stunden rascher vergehen. Je älter wir werden, desto schneller scheint die Zeit zu verrinnen.

Dieses Phänomen sei eine Folge der Lebenserfahrung, erklärt der Zeitforscher Marc Wittmann im VISIT-Interview ab Seite 12; was in jungen Jahren noch neu und aufregend war, ist in späteren Jahren oft Routine. Wittmann: «In der Rückschau spielt das Gedächtnis eine Rolle. Je mehr und je intensiver ich mich an Dinge erinnern kann, desto länger kommt mir die Zeit vor.» Wer also hin und wieder die Routine durchbricht, wer sich öffnet für Neues und sich einlässt auf Anderes, bringt nicht nur Farbe in den Alltag. Die neuen Eindrücke verlängern auch die gefühlte Zeit. Eine gute Gelegenheit, um das auszutesten, bietet das Sport- und Bildungsangebot von Pro Senectute Kanton Zürich. Vom Aqua-Fitness übers Schneeschuhwandern bis zum Computer- oder Sprachkurs: Die Veranstaltungen und Kurse bringen Bewegung ins Leben, vermitteln interessante Erkenntnisse und ermöglichen spannende Begegnungen. Eine Übersicht über das aktuelle Angebot finden Sie in unserer Beilage AKTIV: 16 Seiten voller Ideen zum zeitverlängernden Zeitvertreib.

Dass wir ein so vielfältiges Programm anbieten können, verdanken wir nicht zuletzt den knapp 4000 Freiwilligen, die sich bei Pro Senectute Kanton Zürich engagieren. Sie schenken anderen Menschen einen Teil ihrer Zeit. Exakt 391297 Stunden waren es allein im Jahr 2014. Das sind mehr als 44 Erdenjahre – und gefühlt wohl noch viel mehr. Ein riesengrosses Dankeschön dafür!



**FRANJO AMBROŽ**

Vorsitzender der Geschäftsleitung

## lebensraum

- 4 Zeitwohlstand statt Zeitnotstand
- 11 Eine kleine Zeitgeschichte
- 12 «Routine bestimmt unser Gefühl der Zeit»: Interview mit Zeitforscher Marc Wittmann
- 16 Zwei Leben im Zeichen der Zeit

## lebensart

- 20 Zeittauschbörsen und Freiwilligenarbeit
- 24 Die Zeit – wörtlich genommen
- 27 Tipps zum Thema

## lebenslust

- 28 Was tun, wenn die Zeit gekommen ist?
- 34 Leserkaktionen
- 36 Klingendes Toggenburg erwandern
- 39 Hotel Bad Ramsach

## lebensweg

- 40 Eine Stunde für die Jugend
- 42 Rätsel
- 44 Marktplatz
- 45 Impressum
- 46 Goldene Zeiten: Zeit ist Geld

## beilage aktiv

Agenda mit Veranstaltungen und Kursen von Pro Senectute Kanton Zürich

AUF DEM TITELBILD  
Ricabeth Steiger (Porträt Seite 10)