

**Zeitschrift:** Zenit  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Luzern  
**Band:** - (2012)  
**Heft:** 2

## **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:** 02.02.2026

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





# inhalt

## Wenn Senioren reisen

Der Senientourismus ist ein Wachstumsmarkt. Schon heute wird fast die Hälfte aller Urlaubsreisen von Älteren unternommen. Gemäss Schätzungen von Hotellerie Suisse gehen drei Viertel der 65- bis 75-Jährigen mindestens einmal pro Jahr während fünf oder mehr Tagen auf Reisen. Wer in jungen Jahren in der Welt unterwegs war, will im Rentenalter erst recht nicht darauf verzichten. Hoch im Kurs stehen Bildung und Kultur. Das Spektrum reicht von Sprachferien an der britischen Südküste über Gesangsstunden in der Toskana und Kochkurse in der Bretagne bis zu Museumstouren durch St. Petersburg. Auch «Abenteuerreisen», etwa auf den Spuren der Siedler durch den Osten der USA oder per Kamel durch Marokko, werden zunehmend nachgefragt.

Sich wieder jung fühlen, Jugendträume erfüllen oder ein Land neu entdecken – gute Gründe für eine Reise im Alter gibt es genug. Die Reisebranche hat sich in den vergangenen Jahren auf die Ansprüche älterer Kunden eingestellt und bietet seniorengerechte Reisen für weltweite Ziele an. Speziell ausgesuchte Hotels ermöglichen eine barrierefreie Unterbringung. Auch die medizinische Versorgung ist in der Regel bei Gruppenreisen gewährleistet. Dennoch eignet sich nicht jedes Land für jeden, selbst wenn es im Katalog verlockend wirkt. Wer gesundheitlich anfällig ist, sollte extreme Reisen und solche in eine andere Zeitzone meiden, die überdies Anpassungsprobleme bei der Einnahme von Medikamenten mit sich bringen können. Es gibt durchaus Gegenden, die der Gesundheit guttun. So können Asthma- oder Rheumakranke ihre Beschwerden mit einem Aufenthalt am Mittelmeer lindern. Unabhängig vom gewählten Ziel ist eine verlässliche Betreuung vor Ort wichtig – nicht nur bei gesundheitlichen Fragen, sondern auch für die Planung von Ausflügen oder auch dann, wenn auf dem Flughafen eine helfende Hand benötigt wird.

Wir freuen uns, Ihnen mit der vorliegenden ZENIT-Ausgabe einige Tipps und Anregungen für Ihren erfolgreichen Ferienaufenthalt geben zu können.

**Ihr Peter Dietschi,**

Geschäftsleiter Pro Senectute Kanton Luzern

### Impressum

ZENIT ist ein Produkt  
von Pro Senectute  
Kanton Luzern

### Redaktionsadresse

ZENIT, Pro Senectute  
Kanton Luzern,  
Bundesplatz 14,  
6002 Luzern  
Telefon: 041 226 11 88  
Fax: 041 226 11 89  
E-Mail:  
info@lu.pro-senectute.ch

### Redaktionsteam

Peter Dietschi, Jürg  
Lauber, Monika Fischer,  
Bernhard Schneider  
(Bildung + Sport)

### Layout/Produktion

Theodor Bilger  
Emil Mahnig  
Marianne Noser  
papercommunication ag

### Inserate

Pro Senectute Kanton  
Luzern, Geschäftsstelle

### Druck und Expedition

Vogt-Schild Druck AG  
Gutenbergstrasse 1  
CH-4552 Derendingen

**Auflage**  
45 000

**PRO  
SENECTUTE**  
KANTON LUZERN

## 4 IM ZENIT

Im Gespräch mit Carla Del Ponte.

## 8 REISEZIELE

Tipps von Reisefachmann Peter Brun.

## 10 ZUGREISEN

Kleiner Wegweiser für Bahnreisende.

## 13 INTERNET

Über das Buchen per Mausklick.

## 16 ALTWERDEN IM AUSLAND

Sozialgeograf Andreas Huber über  
Rentner an der Costa Blanca.

## 19 FERN DER HEIMAT

Pensionierte erzählen, weshalb sie im  
Ausland leben oder dort tätig sind.

## 22 REISEMEDIZIN

Empfehlungen von Dr. med. René Maire.

## 24 AGENDA

Was wann wo los ist.

## 27 KOLUMNE

Gedanken von Autor Werner Fritschi.

## 29 FEST DER FREIWILLIGEN

Rückschau auf einen gelungenen Anlass.

## 30 GESCHICHTE DER SCHWEIZ, FOLGE 3

Eine vierteilige Serie von Walter Steffen.

## 35 ALZHEIMERVEREINIGUNG

Informationen online und gedruckt.

## 39 AUTONOMIE IM ALTER

Rückblick auf die 12. Fachtagung von  
Pro Senectute Kanton Luzern in Nottwil.

## 41 GELDTRATGEBER

Hans-Peter Steffen über LUKB-Aktien.

## 43 GUT ZU WISSEN

Wichtige Adressen von Pro Senectute.