

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 52 (1974)  
**Heft:** 2  
  
**Rubrik:** Liebe Redaktion!

### **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:** 31.01.2026

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

# Liebe Redaktion!

## **Zum neuen Titel**

Zuerst meinen herzlichen Dank für die Zuwendung der Fr. 100.— als 1. Preis im Wettbewerb. Hoffentlich findet die neue Anschrift Anklang und wird auch sinngemäss verstanden.

Ich will natürlich auch Abonnentin der Zeitschrift werden — ich habe die Nummer überaus interessant gefunden. Nochmals meinen besten Dank und der Institution vollen Erfolg.

*Frau E. M.*

Es hat mich sehr gefreut zu vernehmen, dass meine Vorschläge zu den bestbewerteten gehören. Ich danke Ihnen bestens für das prächtige Buch, welches Sie mir als Trostpreis zukommen liessen.

Gerne werde ich bei Gelegenheit auch die «Zeitlupe» bestens empfehlen.

*W. T.*

Ueber den mir dieser Tage zugegangenen Trostpreis im Titelwettbewerb der «Pro Senectute» habe ich mich sehr gefreut und danke Ihnen für das Buch von Franziska Stengel «Köstliches langes Leben». Es ist bei mir in gute Hände gefallen: da ich mich beruflich und privat u. a. mit Problemen der ältern Generation zu befassen habe, werde ich dafür, nachdem ich es selbst gelesen haben werde, bestimmt noch manchen interessierten Leser finden.

*T. Z.*

Ja, sagte mein Vater, in meinem Alter brauchts bald eine Lupe um zu lesen. Es stört ihn, dass seine Augen ermüden, denn er ist noch heute eine richtige Leserratte. Zeitlupe, damit war meine Mutter gleich einverstanden, und sie findet es geradezu sportlich, dass Zeitlupe anstelle von «viel lang-samer» genannt wird. Im Fernsehen werden schliesslich auch die interessantesten Momente eines Sportkampfes in Zeitlupe «nach-

erzählt». Anders meine Tante Frieda: Nein, sagt sie, das ist ungerecht. Nicht alle ältern Leute mögen nicht mehr. Viele erledigen alles noch recht flink. Bis natürlich aufs Treppensteigen... ja, da sieht man auch bei der Tante nichts mehr von einem flinken Wiesel. Immerhin, die Tante ist weit in den Siebzigern.

*H. W. in L.*

Zeitlupe, Du bist zauberhaft! Es beginnt schon beim Namen. Einen besseren kann ich mir nicht vorstellen. Recht herzlichen Glückwunsch. Bei mir läutete das Telefon. Meine Mutter, 84 Jahre alt, ist restlos begeistert. «Also das isch dänn es feins Magazin», sagte sie, «ich dank dir vo Herze für das Gschänkabonnement. Das isch jetzt öppis, wo mer vo Afang bis zum Schluss chan läse, und alles isch interessant. Und sogar s'Programm vom Da Capo isch drin. Also unglaublich!» Ich habe mich natürlich sehr gefreut. — Am Nachmittag war Schwester Mia am Telefon: «Also ich dank dir ganz herzlich für das fantastische Heftli. Ich hans in eim Zug vo A—Z g'läse. Also fantastisch. Alles, aber au alles isch drin! Grossartig!» Und gestern kam mein Heftli. Mir geht es wie meiner Mutter und Schwester Mia: Ich bin restlos begeistert! Auch ich habe es in einem Zug gelesen. Herzlichen Glückwunsch auch an Frau E. Merz, und alle Mitarbeiter der Zeitlupe.

Ich freue mich schon auf's nächste Heft. Von mir aus kann es sogar jede Woche kommen. — Herzlich grüsst Sie Ihre bezauberte Julia. PS. Ich bitte um mindestens zehn Einzahlungsscheine!

*Frau J. H.*

## **Danke für die Blumen**

Endlich ist die Senioren-Zeitschrift Zeitlupe eingetroffen, pünktlich zwar, aber gespannt erwartet. Mit Ihrer letzten Zeitschrift vom Dezember ist mir nämlich etwas Eigentümliches passiert: Bei jedem Durchlesen fand ich wieder einen prima Artikel, den ich gleich für meine Kartei aus der Zeitung ausschnitt und klassierte. Ende Januar ergab sich wie-

der etwas freie Zeit und ich blätterte — wollte blättern — im Dezemberheft. Da musste ich feststellen, dass ich das Heft «ausgehöhlt» hatte, übriggeblieben war nur die Titelseite und die Rückseite mit dem TV-Programm — doch auch diese konnte ich gerade noch gut gebrauchen! Begreifen Sie, dass ich nun die neue Nummer ungeduldig erwarte, um sie meinen Altersheimpensionären vorzustellen? Mit den zwei Probenummern ist nun wieder etwas Unheimliches passiert — diese sind gleich am ersten Tag auch verschwunden — jetzt müssen wir eine Anzahl abonnieren!

Der neue Name «Zeitlupe» des Seniorenmagazins ist grossartig getroffen und ich verbinde damit die Hoffnung, dass es Ihnen möglich sein wird, mit dieser anvisierten Blickrichtung wegzukommen von einer überlieferten, wohlütig gelagerten Altersbetreuung zur Mündiglassung unserer Betagten. Ich wünsche Ihnen viel Erfolg. *H. W.*

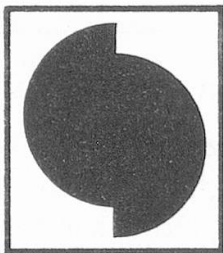
Heute erhielt ich das neue Heft, ich bin ja schon viele Jahre Abonnent, aber die neue Ausstattung gefällt mir besonders gut, es hat so viel Interessantes darin und manchen guten Rat für uns Alte! *F. S., 83jährig*

Zu der neugestalteten Zeitschrift möchte ich Ihnen herzlich gratulieren. Ausser mir äussern sich auch verschiedene Bekannte, die sich mit Altersproblemen beschäftigen, nur positiv. Die Zeitschrift ist vielseitig, kurzweilig und, was mir besonders wichtig scheint, anregend. Ich bin froh, dass nun auch die deutsche Schweiz ihre Zeitung für die Älteren hat.

*Gesundheitsamt Basel-Stadt: E. P.*

Das Heft lese ich von A—Z und es freut mich, dass die Alten doch noch etwas wert sind. Danke für die schönen Beiträge im Heft! *Frau M. H.-Z.*

**Für die  
kontaktfreudigen  
reiselustigen  
Senioren**



die auch  
im Alter nie  
ausgelernt haben,  
führen wir ab Oktober  
spezielle SENIOREN-  
Sprachkurse: Englisch für  
Anfänger, 2 × 90 Minuten pro  
Woche, nachmittags.

Ein freundlicher und verständnis-  
voller Lehrer ist Ihnen beim Lernen  
behilflich und zeigt Ihnen, wie auch Sie  
mit unserer modernen Lernmethode besser  
lernen.

**AUDIOVISUELLES SPRACHINSTITUT**

**ZÜRICH**  
Limmatquai 110  
Telefon (01) 32 66 25

**BASEL**  
Freie Strasse 39  
Telefon (061) 25 21 39

## Echo aus dem Ausland

Liebe Landsleute,

Ich bin Abonnent des Weinländer-Tagblattes und habe somit in einer Ausgabe vom Dezember 1973 gelesen, dass die Schweizerische Stiftung Für das Alter eine Zeitschrift «Pro Senectute» herausgibt.

Meine Frau und ich gehören schon seit bald 10 Jahren zu den betagten AHV-Rentnern und wünschen, Sie möchten uns eine Probenummer der «Pro Senectute» unter gleichzeitiger Angabe der Versandkosten per Flugpost nach Südamerika, zustellen.

Möglicherweise wäre ich auch geneigt, ein Jahresabonnement zu kaufen für das Schweizerische Altersasyl in Villa Ballester, Calle Monaco 750, Provinz Buenos Aires, Argentinia. Das Asyl wurde gegründet und wird verwaltet durch die Asociacion de Damas Suizas pro Asilo de Ancianos, Rodriguez Peña 254, Buenos Aires.

In Erwartung Ihrer Nachricht verbleiben wir freundlich grüssend J. H., Argentinia

Ich bin im Besitze einer Nummer Ihrer Zeitschrift «Pro Senectute». Da wir hier im Landkreis Göppingen zur Zeit an der Aktivierung der Altenarbeit interessiert sind, bitte ich um Zustellung des Jahrganges 1974. Ich bin auch an einer weiteren Lieferung interessiert.

## Zur Nachahmung empfohlen

Anlässlich eines Altersnachmittages haben wir fünf Abonnemente auf Ihre Zeitschrift verlost. Der Betrag von Fr. 30.— wurde heute überwiesen auf Ihr PC-Konto, die Adressen der Gewinner gebe ich Ihnen nachstehend bekannt (folgen fünf Namen).

Zu Ihrer Orientierung diene noch, dass dieses Abonnement ein einmaliges Geschenk ist, nächstes Jahr würden es die Abonnenten selber bezahlen.

Die Frauen hatten also mehr Glück als die Männer, sie sind natürlich auch immer etwas besser vertreten!

Reformierte Kirchgemeinde  
Döttingen-Klingnau

Ihr Heft «Zeitlupe» im neuen Kleid gefällt mir sehr gut. Es darf auch ruhig etwas frischer Wind hinein!

In der Beilage Adressen für Probenummern und eine definitive Bestellung. Machen Sie so weiter!  
M. V. — W.

Darf ich Sie bitten, mir fünf Bestellkarten zuzustellen? Wenn ich recht orientiert bin, erscheint diese Zeitschrift vierteljährlich. Ich finde sie sehr lesenswert und eine ideale Aufmerksamkeit für kleine und zugleich sinnvolle Geschenke. Vielen Dank!

A. V.

## Die «Zeitlupe» gehört auch ins Altersheim!

Hiemit möchte ich eine Probenummer der «Zeitlupe» bestellen. Herzlichen Dank!

Dazu folgende Frage: Könnten Sie nicht Ihre Zeitschrift auch in Altersheime zur Ansicht senden? Es ist nämlich unglaublich, was von älteren Frauen an Schundheftli gekauft wird. Ich sehe das sehr gut, da ich für einen Kiosk die Post entgegennehme. Der gute Geschmack ist sehr rar geworden. Oder?

G. H.

*Ihr Vorschlag freut uns und wir werden ihn wenn möglich in die Tat umsetzen. Es fehlte unserer Mini-Informationsabteilung bisher einfach an der Kraft und Zeit für diese zusätzliche Aufgabe. Vielleicht können Sie in dieser Hinsicht etwas unternehmen, das Ihnen sogar einen Preis einbringt. (Vergleiche unseren Leser-Werbe-Wettbewerb).*

Red.

## Gesucht: Poesiealben und Bilderbücher

Seriöser Filmschaffender, Spezialist für Fernseh-Kindertrickfilme, sucht alte Poesiealben und Bilderbücher zu kaufen. Sie dienen ihm als Anregung und Ideenfundgrube. Wer etwas anzubieten hat, wende sich bitte direkt an Roger Kaysel, Fotograf, Letten, 5413 Birmenstorf AG.



Ich lege Ihnen ein Gedicht bei, für das Sie vielleicht Verwendung haben. Leider kenne ich den Urheber nicht. Dieses Gedicht wurde meiner Tante zum 90. Geburtstag von der evangelischen Kirchgemeinde in Baden überreicht. Sie lernte es auswendig. Mit 92 Jahren, kurz vor ihrem Tode, trug sie es mir auswendig vor. Es gefiel mir so gut, dass ich nach dem Geschriebenen fragte. Leider war es nicht mehr vorhanden. So war ich gezwungen, es so aufzuschreiben, wie sie es mir vortrug. Es kann sein, dass es nicht ganz richtig ist, aber dem Sinne entspricht es doch. Sollten Sie es kennen, wäre ich Ihnen dankbar, wenn Sie es mir richtig stellen könnten und den Namen des Autors nennen.

Freundlich grüsst Sie *A. H.*  
*Wir möchten Ihre Frage gern weiterleiten und unsere Leser bitten, uns das Originalgedicht und dessen Verfasser zu melden.*  
*Besten Dank!* *Red.*

Was ist die grösste Kunst auf Erden,  
mit frohem Mute alt zu werden,  
zu ruhen, wo man schaffen möchte,  
zu schweigen, wo man ist im Rechte,  
zu hoffen, wo man am verzagen,  
mit Stillesein das Leid ertragen,  
geduldig, wenn's nicht mehr will gehn,  
des andern Werke anzusehen.  
Die Hände in den Schooss zu legen,  
und sich in Ruhe lassen pflegen,  
und wo man selbst auch hilfreich war,  
sich nun in Demut machen klar,  
dass uns die Schwachheit übernommen,  
und dazu still und freundlich noch,  
ertragen solch ein hartes Joch.

Was kann uns solchen Frieden geben,  
wenn wir im festen Glauben leben,  
dass solche Last von Gott gesandt,  
uns bilden soll für's Heimatland.  
Als letzten Schliff für's arme Herz,  
das lösen soll von unserem Schmerz,  
und von den Banden dieser Welt,  
die uns so eng umschlungen hält.  
Die Kunst lernt keiner völlig aus,  
drum gibt's noch manchen harten Strauss,  
in alten Tagen durchzukämpfen,  
bis wir des Herzens Unruh dämpfen,  
uns völlig dann ergeben drein  
in stiller Demut nichts zu sein.

## diätbücher zu minipreisen

Eine gesundheitsbewusste, vernünftige Ernährung ist besonders wichtig im vorgerückten Alter. Die bekannte Ernährungsberaterin LISA MAR hat durch Ihre «Leckerbissen»-Serie (Hädecke Verlag) die gesunde Küche im wahrsten Sinne des Wortes «schmackhaft» gemacht — auch preislich.

Aus der «Leckerbissen»-Serie:

1	Zum Abnehmen	Fr. 4.90
2	Für Diabetiker	Fr. 4.90
5	Für Herz — Kreislaufkranke	Fr. 4.90
6	Für Gallen — Leberkranke	Fr. 6.—
12	Leckere leichte Magenkost	Fr. 6.—
13	Für Senioren	Fr. 6.—

Jeder Band umfasst 64 Seiten mit rund 100 Rezepten und 4 Farbtafeln. Die schmackhaften und problemlosen Diätvorschläge beweisen, dass Diät nicht Verzicht und fade Kost bedeutet.

## BESTELL - COUPON

An **Edizione VITA SANA**,

C. P. 742, 6901 Lugano

Ich bestelle hiermit zuzüglich Porto

Ex. Buch Nr.	à Fr.	Ex. Buch Nr.	à Fr.
Ex. Buch Nr.	à Fr.	Ex. Buch Nr.	à Fr.
Ex. Buch Nr.	à Fr.	Ex. Buch Nr.	à Fr.

Name/Vorname: \_\_\_\_\_

PLZ: \_\_\_\_\_ Ort: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

**für ihre gesundheit**