

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 52 (1974)  
**Heft:** 4

## Werbung

### 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>**

# Älter werden – aktiv bleiben

Dr. Eric Weiser. *Ratschläge für den Ruhestand.* 192 S. Fr. 22.80

Der Autor verrät hier alle wichtigen Grundlagen für ein harmonisches «drittes Lebensalter». Ruhestand bringt Freiheit und Freizeit. In «Älter werden – aktiv bleiben» finden sich zahllose Hinweise, wie man diese Güter richtig nutzen kann.

# Der Weg zum glücklichen Alter

Dr. med. Siegmund E. May. *Ein Hausbuch.* 220 S. Fr. 19.80

Wie man sich Spannkraft und Lebensfreude bewahrt, welche Eigenschaften man kultivieren muss, um den Ruhestand lebensfroh und tatkräftig zu geniessen – derartige Fragen behandelt der erfahrene Herzspezialist Dr. May klar und einfühlsam.

# Ernährung in der zweiten Lebenshälfte

Friedel Strauss/Dr. Paul Clerc. 116 S. 16 Farbfotos. Fr. 16.80

Die negativen Auswirkungen unserer Wohlstandskost machen sich oft erst im fortgeschrittenen Alter bemerkbar. Viel essen ist nicht immer gleichbedeutend mit gut ernährt sein. Der ältere Mensch kommt nicht darum herum, liebgewonnene Essgewohnheiten zu ändern, wenn er gesund bleiben will.

# Wetterföhlig

Michel Gauquelin. *Einfluss des Klimas auf die Gesundheit.* 164 S. Fr. 24.80

Seit Urzeiten sind Volksweisheiten über Mond und Föhn, Wasserläufe und Seuchenorte überliefert. Heute erforscht die Biometeorologie diese Zusammenhänge auf wissenschaftlicher Basis. Gauquelin legt die Ergebnisse verständlich dar und gibt dem wetterföhlichen Menschen nützliche Hinweise.

Ich	_____	Ex. «Älter werden – aktiv bleiben»	Fr. 22.80
bestelle	_____	Ex. «Der Weg zum glücklichen Alter»	Fr. 19.80
gegen	_____	Ex. «Ernährung in der zweiten Lebenshälfte»	Fr. 16.80
Nachnahme:	_____	Ex. «Wetterföhlig»	Fr. 24.80

Name: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

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

Meine Buchhandlung: \_\_\_\_\_

Die Bücher sind in jeder Buchhandlung erhältlich.

Oder Coupon einsenden an: Albert Müller Verlag, 8803 Rüschlikon

**Coupon**