

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 54 (1976)
Heft: 1

Rubrik: Mosaik

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: 04.05.2026

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

MO SAIK

Kreuzwörterrätsel aus der eigenen Küche

Eine Leserin schreibt: «Ich habe doch noch etwas dazugelernt in meinen alten Tagen! In der Silvesternacht habe ich mich an ein für ältere Menschen abgestimmtes Kreuzwörterrätsel gemacht und diese Arbeit beanspruchte Stunde um Stunde des einsamen Altjahrabends, so dass ich keinerlei Langeweile oder gar Trauer um vermeintlich Versäumtes spürte. Selbst als die Glocken zu läuten begannen, grübelte ich weiter und kam erst nach der zweiten Stunde 1976 zum Schluss.» GLP

waagrecht (I = J und Y)

1. Wird vor einer Reise entworfen, 2. Eine ganz «durchgerüttelte» Insel, 3. Sollte man jeden Tag empfangen und weitergeben dürfen, 4. An diesem Wörtchen (etwas durcheinandergelassen) erkennt man den Winterthurer, 5. Berücksichtigung von... ist ein Schlechtwetterprogramm, 6. Was war zuerst da: das Huhn oder das...?, 7. Diesen Helden lass' ich mir nicht «vernüte»!, 8. Es gibt davon viele jugendliche und charmante, 9. Grundlage zu mittelalterli-

1	28	30	32	35	38		42	45	47	49	52	54
2						3						
4			5		41					6		
7			33	8					50			
	9		36					10				
11	29	12				43		48				
13		31			14		15					
16					39		46	17	53			
18				19							55	
20			37	21						22		
23			34	41			24		51			
		25				44		26				
27												

cher Staatsverfassung, 10. Dazu gehören immer zwei, 11. Nicht nur an Ostern «en vogue», 12. Er ist noch einmal davongekommen, 13. Dort reiht man — wenn gelesen — Bücher ein, 14. Autozeichen Helvetiens, 15. Das Porto für diese Versandart wurde massiv erhöht, 16. Dürfen auch Betagte sein, 17. Europäische Gemeinschaft, 18. Mein... ist Hase, 19. Waren wir alle einst!, 20. Doppelvokal, 21. Auch ein ergautes... à tête macht selig!, 22. Eine Hausfrau sollte immer... sein, 23... von Haus und Herd für sie und ihn, 24. Französische Niederlage beim Schachspiel, 25. Schweiz. politische Partei, 26. Für mich gibt's nur...!, 27. Enthält gute Ideen für Ferienzele.

senkrecht

1. Zählt mindestens 62 Lenze, 27. Bellt «hinauf»!, 28... gut, alles gut!, 29...-Glas ist feuerfest, 30. So sollte mein «Stöckli» sein, ein..., 31. So nennen sich die Gymnasiasten, 32. Wenn Südländer einverstanden sind, sagen sie..., 33... sind ausnahmslos willkommen, 34. Initialen (leicht gemischt) eines Berner Alpenvereins, 35. Dort entspringt ein Mineralwasser, 36...-kopter retteten schon manches Menschenleben, 37. Für altersschwache Augen ist sie von Nutzen, 38. Mach' immer mal wieder...!, 39. In jenem Halbkanton ist das Sen-

nementum daheim, 40. Politische Partei bei den Beppis, 41. Bekannte Sozialinstitution (zusammen mit mittleren 3 Buchstaben von 1 waagrecht), 42. Nicht immer hinter ihm sitzen! 43. You are my sun...» sagt der Engländer zu seiner Angebeteten, 44. So bejaht man im nördlichsten Grenzkanton, 45. wenn «xund», leben auch sie gerne, 46. So «schnell» geht's auch französisch nicht mehr bei Bejahrten, 47. Irgendeine... vation wird, selbst beim Menschen, immer wieder fällig, 48. Siehe 14 waagrecht, 49. Hat das Maul in der Mitte, 50. Einem gewandten... hört man gerne zu, 51... und 22 waagrecht, 52. Vormalis (Reihenfolge versetzt), 53. Ein festliches... ist appetitanregend, 54... seits bin ich damit einverstanden, 55. Bei Neumond, Schnee, Regen, Wolken und Nebel ist sie dunkel.

(Lösung Seite 50)



Eine Frau und ihre Eierfamilie

In einem Aussenquartier von Zürich lebt zufrieden Ida Gehrig, die uns hier ihre originellen Eier zeigt. Erst mit über siebzig Jahren ist sie zu diesem Hobby gekommen: Sie bemalt und schmückt Gipseier mit echten Pelzresten, feine Rüschen und mancherlei Stoffen. Ueber dreissig Eier hat sie so mit viel Geduld und Phantasie geschaffen, sie sind aber unverkäuflich. Das handwerkliche Können hat sie sich ein Leben lang als Modistin erworben — zuletzt arbeitete sie während 25 Jahren bei Globus: im Hutverkauf, bei der Telefonzentrale oder wo man sie gerade brauchen konnte. Neben der Beschäftigung mit ihren Eiern fotografiert sie gerne und freut sich auf das allmonatliche Treffen der Globus-Pensionierten, da sie sonst nicht mehr viel ausgehen kann. *mk*

Spielen Sie mit!

Heute klagen schon Junge über Gedächtnis- und Konzentrationsschwäche und viele Ältere meinen, dagegen gebe es einfach keine Abhilfe mehr. Diese Ansichten forderten **Frau Dr. med. Franziska Stengel**, selbst eine ältere Dame und bekannte Buchautorin, heraus und sie ruft ihren Altersgenossen zu: «Nur das Arbeiten, die Tätigkeit mit dem Gehirn fördert und erhält es frisch — was nicht gefordert wird, schwindet!»

Deshalb hat sie in jahrelanger Kleinarbeit 22 000 Beispiele und 5000 Bilder gesammelt, von denen im vorliegenden Buch «**Gedächtnis spielend trainieren**» noch 333 Spiele enthalten sind. Wie schon in Deutschland und Oesterreich könnten sich nun auch in der Schweiz Spielgruppen mit Leitern (Mittlern) bilden, die solche Uebungen an Leute jeden Alters weitergeben. Die Konzentrationsdauer ist bei den verschiedenen Spielarten sehr unterschiedlich lang, einmal einige Minuten, dann wieder nur ein paar Sekunden. Es handelt sich um Denkanstösse, Zusammenhänge zeigen, logische Ordnungen und Systeme, aber auch um Wortfindung und Spracherweiterung.

Seit jeher wurden in vielen Familien solche Ratespiele gespielt, irgendwie waren sie aber einfacher und an die einzelnen Mitspieler angepasster: Schreibspiele, Scharaden (wo man mit Theaterspielen und Sichverkleiden ein Wort zum Raten aufgibt), Kreuzworträtsel selber basteln oder Memory, das schon 4—6jährige erfolgreich mitspielen können. Beim Buch von Franziska Stengel fürchte ich, dass manches zu sehr auf Intel-

Warum immer mehr Gebissträger CALOX-Haftpaste verwenden:



Gebissträger sind sich einig: CALOX hält das Gebiss länger und besser fest — sanft und unspürbar. CALOX-Haftpaste ist einfach in der Anwendung und sparsam im Gebrauch.

Wir von CALOX sind uns der Probleme der Gebissträger bewusst. Mit der CALOX-Haftpaste

haben wir ein Haftmittel geschaffen, das allen Sicherheit gibt. Und CALOX kann man leicht überallhin mitnehmen.

Gönnen auch Sie Ihren dritten Zähnen ein wirklich gutes Haftmittel: die angenehme CALOX-Haftpaste aus der hygienischen Tube.



**Die CALOX-Haftpaste hält,
was sie verspricht.**



In Apotheken und Drogerien erhältlich.

lizenzen, auf historischem oder naturwissenschaftlichem Wissen aufbaut. Viele Fremdwörter, die fast einer Erklärung bedürfen, erschweren die Verständlichkeit für ungeschulte Leser und auch die Kommentare zu den Rätseln schwanken zwischen Lehrhaftigkeit und gewollter Lustigkeit.

Doch dieses Buch soll und will ja anregen, dazu anregen, dass wir — auf welcher Altersstufe wir uns auch befinden — wieder mit Worten und Begriffen spielen lernen, um dann, wenn wir etwas nicht wissen, darüber herzlich zu lachen. Der Titel des Buches ist etwas irreführend: es soll doch das Gehirn trainiert werden und nicht das Gedächtnis.

Doch rätseln Sie selber. Es folgen aus verschiedenen Spielgruppen kurze Beispiele und ihre Lösungen.

Wissensfragen:

Wo sitzen beim Regenwurm die Augen?
Nirgends. Er ist blind.

«Stecker»: (= Steckbrief)

Die Inseln haben's ihm angetan:
Auf einer er zu leben begann,
von einer er die Braut gewann,
von einer entwich er,
auf einer verblich er.
von Elba und starb auf St. Helena.
Beauharnais stammte aus Martinique, er floh
Napoleon, geboren auf Korsika, Josephine

Dreierauswahl:

Welches der drei Gewürze besteht aus Staubgefässen?

- 1 Safran
- 2 Vanille
- 3 Zimt

Safran sind Staubgefässe mit gelben Pollen einer Krokusart. — Vanille ist eine Orchidee, deren Schoten in Streifen geschnitten oder gemahlen verwendet werden. — Zimt ist gemahlene Baumrinde.

«Aussenseiter — Innenseiter»:

Welcher von den Vieren war nicht einäugig? — Odin, Polyphem, Nelson, Götz.

Götz von Berlichingen mit der eisernen Hand, Odin, der Germanengott; Polyphem, der Riese aus der Odyssee und Nelson, der englische Admiral, waren einäugig.

Sich lösen von fixen Assoziationen:

Bei gekränktem Ehrgefühl begehen die Japaner Mata Hari.

Gemeint ist: Harakiri (Mata Hari war eine berühmte Spionin).

Wollen Sie weiterspielen? Dann beachten Sie das Inserat auf Seite 22. Viel Vergnügen!

Margret Klausner

<p>m reich land Uhr reich 1929 h: Luis 1963</p>	<p>nugeis. Bei Schiessübungen auf der Allmend I und am Sihlhang: Raum Gänziobrücke — Meierholz — Bachzogen — Hücklerhäute Kommandant der Stadtpolizei (138330a) Bauamt II Wegen Reinigung bleibt heute die Abteilung Nüscherstrasse 31, 8001 Zürich, geschlossen. (138164a) Hochbauinspektorat der Stadt Zürich Zivilstandsnachrichten</p>	<p>Jose Luis, Plattenleger, spanischer Staatsangehöriger, in Malaga, Spanien, zurzeit in Meyrin GE, und Voltenauer, Wilma Olga, von Zürich und Weisslingen ZH, in Meyrin. 12. November in Meyrin. gen TG, beide in Herisau, 14. November in Herisau. Rellstab, Felix Alberto, Monteur, von Zürich, in Schlieren ZH, und Gehrig, Hildgard Klara, von Degersheim-Magdenau Zimmermann, Eliane Regula, von und in Zürich. 14. November in Zollikon. Schlatte, Heinrich, Sekretär, von Zürich, in Langenthal BE, und Abplanalp, Theres, von und in Innertkirchen BE. zur-</p>	<p>15 Cinemaverzeichnis 17 Bestattungen Mathy dipl. Elektrotechnik von Rehrbach ZH, u 12 Victor, des José Ant spanischen Staats der Ursula geb. Prieto. 14. Müller, Gabriela, des Ma von Zürich, in Adliswil rena geb. Peter. 15. Nover Müller, Simon Rudolf, de Angestellten, von Züric und der Margerith M</p>
---	--	--	--

Für Sie gefunden!

Diesen Lesestab können Sie auf Ihre Lektüre legen, Sie brauchen ihn also nicht mehr in der Hand zu halten. Dann verschieben Sie beim Lesen die leichte Lupe und haben im-

mer ein vergrössertes Bild. Zu finden bei Ihrem Optiker zu Fr. 15.—, falls Sie sie nicht erhalten, schreiben Sie an Herrn Heinrich Rösli, Optiker, 8620 Wetzikon. mk

Gesund werden

fridur-Bienenprodukte

Gesund bleiben

BLÜTENPOLLEN

mit zahlreichen lebensnotwendigen Vitalstoffen und vollem Wirkstoffgehalt pflanzlicher Keimzellen.

POLLENFLOR



Blütenpollen fein gemahlen in Naturhonig

In dieser Form ist Blütenpollen besonders angenehm für jedermann

POLLENFLOR & 5 gr. GELÉE ROYALE

Blütenpollen, Bienenhonig und das **verjüngende Nährstoffkonzentrat** aus der Königinzelle des Bienenvolkes

GELÉE ROYALE

völlig rein und unvermischt



fridur

Spécialités Apicoles
Imkerei-Spezialitäten

An Fridolin Dürst
Case postale 4 1211 Grange-Canal

Bitte senden Sie mir unverbindlich Ihre ausführliche Dokumentation über Bienen-Erzeugnisse

Name: _____

Strasse: _____

PLZ Ort: _____

SL

Tuorta da Müstair

Da wir in dieser Nummer über Pro Senectute in Graubünden berichten, gehört auch ein echtes Bündner Rezept hierher. Wir bringen es — ein Zeugnis alter Engadiner Zuckerbäckerkunst — in der vierten Landessprache, die wir auf Deutsch übersetzen:

- 120 g painch / Butter
 - 250 g zücher / Zucker
 - truscher bain / schaumig rühren
 - 4 mellans d'öv / Eigelb
 - 150 g nitschoulas tagliedas / geschnittene Haselnüsse
 - 100 g tschiculatta naira / dunkle Schoggi in quederins / in Würfeln
 - 180 g farina / Mehl
 - 1/2 sdunin puolvra d'alvo / Backpulver
 - 4 alvs d'öv sbattieus / Eierschnee
- alles leicht mischen, in Cakeform geben und 1 Stunde bei 180 ° backen.

Dieses Rezept stammt aus dem Kochbüchlein «**La padella**», **Recepts Engiadinais** (romanisch / deutsch). Zu bestellen bei Fräulein Cilgia Pedrun, 7513 Silvaplauna. — Preis Fr. 6.50 inkl. Porto. *mk*

Lösung des Kreuzworträtsels

waagrecht (I = J und Y)

1. Reiseprogramm, 2. Eiland, 3. Freude, 4. nid, 5. Museen, 6. Ei, 7. Tell, 8. Senioren, 9. Lehen, 10. Ehe, 11. Ei, 12. Genesender, 13. Regal, 14. CH, 15. NN, 16. initiativ, 17. EG, 18. Name, 19. Junioren, 20. EE, 21. tête, 22. da, 23. Urlaube, 24. Echec, 25. EVPS, 26. dich, 27. Werbeprospekt.

senkrecht

1. Rentnerin, 27. Wau, 28. Ende, 29. Jenaer, 30. Idyll, 31. Gymeler, 32. Si, 33. Legate, 34. AVB, 35. Elm, 36. Heli, 37. Lupe, 38. Pausen, 39. AI, 40. BSP, 41. Pro Senectute, 42. Ofen, 43. shine, 44. Jo, 45. Greise, 46. vite, 47. reno, 48. NN, 49. au, 50. Redner, 51. hie, 52. ehem, 53. Gedeck, 54. meiner, 55. Nacht.



Eifrig versuchen sich diese Seniorinnen im Glasmalen. (Foto H. P. Klauser)

Zürich: Wo ältere Leute basteln können

Im letzten Herbst wurde in Zürich an zentraler Lage — zwischen Stauffacher und Bahnhof Selnau — ein Bastelzentrum eröffnet, wo Jung und Alt alle möglichen Techniken erlernen kann. Da viele Betagte über Zeit und Können, aber auch über Schachteln voller Resten, über Kieselsteine und Kräuter verfügen, soll es hier spezielle Kurse für sie geben, die am ehesten vor- oder nachmittags stattfinden. Als wir bei einem Kurs für Glasmalen zusehen, hören wir, wie eine weisshaarige Dame aus einem Altersheim zur jungen Kursleiterin sagt: «Morgen komme ich dann schon um acht Uhr weitermachen!» Erfahrene Lehrkräfte unterrichten in ihrem Gebiet: z. B. Zinngiessen, Perlen- oder Brettchenweben, Stoffdrucken, Puppen oder Schachfiguren machen, aber auch Tischdekorationen für Ostern oder Weihnachten. Neu ist, dass Bastelmaterial aller Art in grosser Vielfalt und preisgünstig in den Kurslokalen bereitliegt, so brauchen denn ältere Bastler nicht die halbe Stadt nach passenden Materialien abzusuchen. Es ist vorgesehen, dass fertige Bastelarbeiten später im Hobby-Zentrum ausgestellt oder an Bazaren verkauft werden, vielleicht dienen sie aber auch als Geschenke für Kinder und Enkel. *mk*

Interessenten wenden sich direkt an: Freizeit und Hobby, Stauffacherquai 44, 8004 Zürich, Telefon 23 12 31. (siehe Inserat)

Basel: Pensionierten-Vereinigung der Ciba-Geigy

Die in den Sechziger Jahren gegründete Pensionierten-Vereinigung der heutigen Ciba-Geigy hat in den letzten Jahren einen erfreulichen Auftrieb erhalten, sind doch gegen 800 Pensionierte darin vertreten. Ziel dieser Vereinigung ist es, den Pensionierten nach dem Ausscheiden aus dem Aktivleben beizustehen. Viele schätzen, besonders in der ersten Zeit der Pensionierung, den Kontakt mit den ehemaligen Kollegen, wozu der wöchentlich stattfindende Stammtisch Gelegenheit bietet. Die im Sommer alle 14 Tage durchgeführten Wanderungen sind eine gute Gelegenheit, sich fit zu erhalten. Für die Kranken und Verunfallten ist ein Mitglied besorgt, um Blumengrüsse zu vermitteln. Dank Unterstützung von Seiten der Firma können im Frühjahr ein halbtägiger und im Herbst ein ganztägiger Ausflug durchgeführt werden. An den von der Firma organisierten, monatlich in der Kantine durchgeführten Kaffeehocks, erfreuen sich zahlreiche Pensionierte. Die Wintermonate werden aufgelockert durch Film- und Vortragsveranstaltungen. *D.*

Basteln für Jedermann

in unserem neuen Freizeit-Zentrum
in Zürich.

- Kurse in:
- Bauernmalerei
 - Modellieren
 - Macramee
 - Puppen
 - Stoffdrucken

und viele andere mehr. Verlangen Sie unseren Prospekt.

Kurse bei genügender Beteiligung und geeigneten Kurslokalen auch an Ihrem Wohnort möglich.

Freizeit + Hobby
Stauffacherquai 44, 8004 Zürich
 Telefon 01 / 39 23 43