

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 54 (1976)  
**Heft:** 4  
  
**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!

## Wer weiss Rat?

Wir sind ein älteres Ehepaar in Zürich. Seit wir kein Auto mehr haben, machen wir öfters Ausflüge mit Tram, Bus oder Bahn. Das Problem ist nur, dass mein Mann leicht gehbehindert ist, öfters stehenbleibt und am liebsten gleich ins nächste Café ginge, während ich ausziehen will, um etwas zu sehen oder auch nur zu «lädelen». Jassen und Schachspielen kann ich nicht, dafür liebe ich interessante Gespräche.

Natürlich könnte ich einfach ein Kontakt-Inserat aufgeben, doch vermute ich, dass viele Ehepaare dasselbe Problem haben, auch mit einem flinken Mann und einer langsamen Frau. Man sollte herausfinden, wo diese Leute leben und welche Wünsche sie haben. Wie denken Sie darüber?

*E. D., Zürich*

*Der Redaktor denkt, dass solche Unterschiede in einer Ehe durchaus kein Hindernis zu sein brauchen. Gerade die Verschiedenartigkeit kann zur Bereicherung werden, wenn Sie sich gleichgesinnte Partner auswärts suchen. Wenn Ihr Mann zufrieden von seinem Schachspiel heimkehrt und Sie von einem anregenden Gespräch, werden Sie einander Einiges zu berichten haben und um so mehr Ihre gemeinsamen Interessen schätzen. Vielleicht finden Sie durch diese Zeilen Ihre Spiel- und Gesprächspartner. Anfragen leiten wir gerne an Sie weiter.*

## Dank an die SBB

Ich bin voll Dank, dass unsere SBB-Halbtaxabonnemente an allen Tagen und auf allen Strecken gebraucht werden dürfen. Im Ausland sind die Regelungen ja soviel komplizierter, wenn man die Seite 36 liest, dass man immer Angst haben muss, einen fal-

schen Tag» oder einen «ungültigen Zug» zu erwischen. Bei uns muss man sich nichts einprägen, man darf einfach losfahren.

*Frau B. in W.*

*Unsere defizitgeplagte SBB wird sich freuen über Ihre dankbaren Worte.*

## Aus der Turngruppe «Sonniger Herbst»:

In der Altersturnstunde liess ich als Gedächtnisübung sämtliche Turnutensilien aufzählen. So wurde ausgerufen: Singbuch, Turnschuhe, Trainer, Musik, zwei verschiedene Bälle, Gummiklöppel, Schlauch, Zopf, Löffel, Tüchli, Säckli, Rollen, Bambusrohr (= 14 Gegenstände).

Spontan ruft aus der Gruppe ein Heimbewohner: «Stimmt nicht!, der **Wille** gehört dazu, und zwar an die erste Stelle!»

*G. L., Rafz*

## Helfen macht glücklich

Ich möchte als 76jährige meiner Freude Ausdruck geben, dass Sie im Septemberheft (S. 35) die Betagten aufmuntern, doch der Gemeinde und der Kirche bei Altersanlässen Arbeiten abzunehmen. Aus eigener Erfahrung kann ich nur sagen: Das Helfen und Mitmachen ist etwas vom Schönsten in meinem Tun. Man steht nie nebenaus und kann sich freuen und danken. *B. B., Winterthur*

## Nur noch einmal...

Beiliegendes Gedicht erhielt ich von einem nun verstorbenen älteren Herrn. Er wusste auch nicht, wer es verfasst hat. Ich finde es schön und ich glaube, es könnte auch vielen älteren Leuten liebe Erinnerungen wachrufen.

Ich finde die «Zeitlupe» so richtig, wie sie ist, besonders beachte ich die Hinweise, Anregungen und Ratschläge. Es ist schön, diesen Kontakt mit der älteren Generation zu fühlen.

*Frau E. P., Kloten*

Nur noch einmal möchte ich wieder wandern  
wie als Kind an meiner Mutter Hand,  
die alten Lieder singend  
zieh'n durch meiner Jugend Land.  
Nur noch einmal möchte ich wieder reiten  
wie als Kind auf meines Vaters Knie  
ihm in's gütig' Auge schauend  
sprechen: so verlass mich nie.

Nur noch einmal möchte ich wieder lauschen  
wie als Kind auf meiner Mutter Schoss,  
jenen Märchen von den Elfen  
und den Helden stark und gross.  
Nur noch einmal möchte ich wieder schlummern  
wie als Kind in meines Vaters Arm.  
Jugendzeit schon lang entschwunden  
die Erinnerung hält mich warm.

### Das Altersheim «Gott hilft» in Zizers

Ihr Artikel vom «Gott hilft»-Werk hat mir  
grosse Freude gemacht. Darum schreibe ich  
Ihnen einen Dankbrief.

Ich bin bald 73 Jahre alt, unlängst Witwe  
geworden. Viel Krankheit hat mich heimgesucht,  
ich war dreimal im Sanatorium und  
bin von Kind an schwerhörig. Seit einigen  
Jahren habe ich in beiden Knien starke  
Arthrose. Aber alles dies ist Trübsal, die  
zeitlich und leicht ist gegen die überschwengliche  
Herrlichkeit, die uns erwartet. E. B.

*Es ist etwas ganz Besonderes, wenn ein  
Mensch mit Ihrem schweren Schicksal so  
getrost, tapfer und glaubensstark schreibt.  
Vielleicht helfen Ihre Zeilen anderen Leidenden,  
und vor allem solchen, denen es  
besser geht, dankbarer zu werden. Darum  
möchten wir sie weitergeben.*

### Erinnerungen eines 76jährigen

Durch die Dämmerstunde tönt ein Lied,  
von ein paar jungen Kehlen frisch gesungen.  
Ich lausche, bis es nach und nach entflieht,  
und lausche noch, als es schon fern verklungen.

Das Lied hat mir erweckt ein heimlich Sehnen,  
nach einer Zeit, die lange schon dahin,  
vergangener Jahre Glück und Leid erstehen  
aufs neu in meinem Herzen, meinem Sinn.

Fernste Tage schaut mein Auge wieder,  
wo so manches schöne Glück begann,  
sie beschwören längst vergessene Lieder  
einer Zeit, die ewig mir entrann.

Menschen, die für immer fortgegangen,  
reden stumm zu mir in leisem Schmerz.  
Blicke, die mich liebend einst umfingen,  
dringen mir ins sehnsuchtsvolle Herz.

Heisse Wünsche, die sich nie erfüllten,  
werden wach und stürmen auf mich ein.  
Jugendsehnsucht, die sich niemals stillte,  
dringt mit Wucht in meine Seele ein.

Doch was vergangen ist, es kehrt nicht wieder,  
die Sterne blinken schon, die Nacht bricht ein,  
ein Frösteln geht durch meine müden Glieder,  
ich stehe auf und gehe langsam heim.

Moritz Vogel

*Der Verfasser ist ein 76jähriger Mann, der  
sich seit 3 1/2 Jahren in einem Kranken-  
heim befindet. Als ich feststellte, dass er  
etwas aussagen und gut formulieren kann,  
habe ich ihn ermuntert, diese Begabung nicht  
brachliegen zu lassen. Nun hat er mir bei-  
liegendes Gedicht zukommen lassen, welches  
meines Erachtens auch die Leser des Senio-  
ren-Magazins interessieren könnte. P. J.*

### Ein Abonnement Radiopredigten 1977 — eine ausgezeichnete Geschenkidee!

Wussten Sie schon, dass die protestantischen Radiopredigten, die  
1977 am Radio DRS gesendet werden, im Abonnement erhältlich sind?  
Gönnen Sie sich oder Ihren Lieben die Freude, die Sonntagspredigt  
in Ruhe nachlesen zu können!  
Das Jahresabonnement 1977 kostet Fr. 28.—. Der Versand erfolgt alle  
4 Wochen.

Bestelltalon für . . . . Abonnement(e) Radiopredigten 1977:

Spender	Empfänger	Bitte einsenden an
Name	Name	Administration Radiopredigten Seehaldenstr. 31 8800 Thalwil
Strasse	Strasse	
PLZ, Ort	PLZ, Ort	