

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

Rubrik: Aus den Kantonen

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](#)

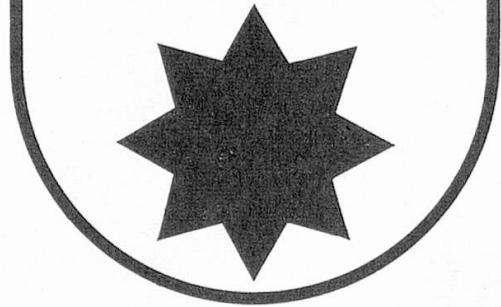
Terms of use

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>

Aus den Kantonen



Aktion 700 Apotheken

Im Septemberheft berichteten wir über die Gemeinschaftsaktion von Sandoz, dem Schweizerischen Apothekerverein und Pro Senectute. 700 Apotheken beteiligten sich an dieser Aufklärungskampagne.

Unser Bild zeigt eines dieser Schaufenster in Baden. Die Bildtafeln unter dem Motto «Generationen füreinander» zeigten Bilder aus der «Zeitlupe» und aus unserer Tonbildschau. Dabei wurde unser Prospekt «Kennen Sie Pro Senectute?» in Zehntausenden von Exemplaren in den beteiligten Apotheken verteilt.

Bild und Text Rk.



Thurgau: Pensionierte machen sich nützlich

In Münchwilen (Thurgau) machen sich pensionierte Männer in verschiedener Hinsicht für die Allgemeinheit nützlich. Einige, die noch ihren Privatwagen fahren, stellen sich dem gemeinnützigen Frauenverein beim Mahlzeitendienst zur Verfügung und ver-

zichten zum Teil sogar auf die Kilometerentschädigung. Wieder andere sind unentgeltlich im sehr aktiven Verkehrs- und Verschönerungsverein tätig. Diese haben in der Gemeinde an drei verschiedenen Orten für Wanderer Rastplätze mit Feuerstellen gebaut und halten diese regelmässig in guter Ordnung. Die meisten der über 40 Ruhebänke haben Pensionierte versetzt. Wenn nötig, werden diese von ihnen repariert und neu gestrichen. Auch die Abfallkörbe werden geleert. Die gleichen Männer errichten jeweils in der Adventszeit in den verschiedenen Quartieren elektrisch beleuchtete Weihnachtsbäume. Mit Hilfe von 15 bis 20 Pensionierten führt der Verkehrs- und Verschönerungsverein vierteljährlich die Altglassammlung durch, die tadellos organisiert ist. Als Entschädigung erhalten sie nach dem Verlad auf der Station einen Gratistrunk. Der Erlös der Glassammlung wird vom VVM einem sozialen Zweck zugewendet. Dieser freiwillige Helferdienst wird in unserer Gemeinde sehr geschätzt. *Eugen Bühler*

Wanderwoche im Wallis

Versuchsweise wurde auf der herrlich schönen und noch unverdorbenen Riederalp VS eine Wanderwoche für Ältere normal durchgeführt. 16 Teilnehmer konnten am 4. September 1976 durch den Initianten und Wanderführer Otto Hauser, Berikon AG, begrüsst werden. Nach Bezug der Unterkunft im Hotel «Valaisia» (Besitzer Art Furrer, Skikrobat und Bergführer), hörte man nur grosses Lob. Durch die ausgezeichnete Verpflegung in den heimeligen Räumen stieg die Stimmung von Tag zu Tag. Man fühlte sich wirklich zu Hause.

Von herrlichem Wetter begünstigt, wurde auf fünf geführten Ausflügen während ca. 28 Stunden gewandert. Das Tempo wurde dem Alter angepasst. Der älteste Teilnehmer zählte 75 Jahre. Auf der Riederalp, 1930 m ü. M., findet man durchwegs gepflegte, schöne Wanderwege mit wenig Hö-

hendifferenzen. Grösstenteils liegen diese Spazier- und Wanderwege im Aletschwald, über dem grossen und mächtigen Aletschgletscher. Gemsen und Murmeli erfreuen die Aletschwaldbesucher immer wieder neu. Dazu gegen Westen Blick auf das riesige Jungfraugebiet und gegen Süden leuchtet das Matterhorn, die Mischabelgruppe und die Weissmies. 1100 m unter uns der imposante Anblick des oberen Rhonetales.

In der Gruppe befanden sich sieben Damen und neun Herren, vom Akademiker bis zum Arbeiter. Jeder unterhielt sich freudig mit jedem. Unsere Wandergruppe war wie eine fröhliche Familie.

Am 11. September kehrten 16 strahlende, leicht gebräunte Teilnehmer in ausgezeichnetem Gesundheitszustand zurück. Mit jedem Händedruck wurde dem Organisator von Herzen auf baldiges Wiedersehen auf der Riedererpalp gesagt. Alle Teilnehmer waren stolz und überzeugt davon, weit mehr geleistet zu haben, als man sich zugetraut hatte. Das erfüllte uns mit Freude. *O. H.*

Zu dieser Initiative möchten wir Sie nur beglückwünschen. Ihr Bericht tönt so verlockend, dass Sie sicher Anfragen von Wandellustigen für weitere Bergwochen erhalten werden. Grundsätzlich freuen wir uns über jede Aktivität von Aelteren für Aeltere. Es muss und kann ja nicht alles von Pro Senectute organisiert werden. *Rk.*

Zürich: Nett und gepflegt auf dem Laufsteg

Eine Modeschau von und für Seniorinnen.

Obwohl der Beginn der Modeschau auf drei Uhr festgesetzt war, drängten sich schon um halb zwei viele Besucherinnen in den Gartensaal des Seniorenzentrums am Klusplatz. Schliesslich mussten in Cafeteria und Gängen noch Stühle für Nachzügler aufgestellt werden. Der Ansturm galt einem Defilee von älteren «Mannequins», die aber nicht nur Kleider vorführten, sondern diese vorher in



Beschwingt zeigt die Trägerin dieses aparte Kleid. Foto Candid Lang

einem Nähkurs selbst zugeschnitten und genäht — manchmal auch umgeändert — hatten.

Ein Seniorenorchester spielt gedämpfte Kaffeehausmusik: «Dein ist mein ganzes Herz...». Die Spannung steigt. Jetzt eröffnen Kursleiterinnen den Parcours, indem sie jede einzelne der modegerecht gekleideten Frauen vorstellen und ihren Mut mit einem letzten Scherzwort stärken. Strahlend wandeln darauf die Vorführenden durch die dichten Reihen und zeigen ihre Werke: Jupe und Bluse, Hosen mit Weste, ein Tricotkleid, das gekehrt und neu gefüttert worden ist, ein Chemisekleid aus Baumwollsatins oder ein geblümtes Sommerkleid. Nicht wie professionnelle Mannequins erstarren sie in exzentrischen Posen, sondern lächelnd bemühen sie sich um ein passendes Accessoire: ein Sonnenschirm, eine passende Handtasche, ein Dahlienstrauß oder ein paar Rosen — ja sogar ein Hündlein ergänzen den Aufmarsch. Der Applaus ist anhaltend — bestimmt werden nun viele Frauen ihre Scheu ablegen und selbst einen solchen Nähkurs besuchen. Wann werden wohl Bekleidungsfirmen darauf aufmerksam, dass Seniorinnen ihre ganz speziellen Wünsche haben? Denn auch Aeltere wollen individuell und gepflegt gekleidet sein.

Margret Klauser



Guter Tip für Heime!

Dass «für die Alten» nicht alles gut genug ist, zeigte der «Jungbrunnen», der dieses Jahr auf sein 20jähriges Jubiläum zurückblickt. Soviele Jahre haben die Schauspieler dieser Truppe für ein kleines Entgelt in Altersheimen und Spitäler gespielt. Ihre Jubiläumstournee begannen sie mit dem Stück, das sie vor 20 Jahren zuerst eingeübt hatten, mit dem sie Alfred Huggenberger's «De Herr im Huus» in der ganzen Ostschweiz über 2000mal gespielt haben. Gerne lässt sich der «Jungbrunnen» in der ganzen deutschen Schweiz engagieren. Bild und Text mk

Tessin: Erste Vita Sana Klinik hat sich bewährt

Biologische Heil- und Präventivkuren in einer bis jetzt noch nie durchgeführten Synthese von Errungenschaften der Schulmedizin und dem uralten Erfahrungsschatz der biologischen Heilweisen aus Ost und West.

Mit diesem Programm ist die biologische Kurklinik «Vita Sana» zukunftsweisend. Seit wenigen Monaten steht ihr erstes Haus in einer der schönsten Urlaubsgegenden Europas — im Tessin — nur zwei Kilometer vom Stadtzentrum Lugano entfernt.

Erfahrene Aerzte stellen auf Grund einer gründlichen Untersuchung, einer detaillierten Aufnahme der Krankengeschichte sowie der Laboranalysen einen individuellen Therapieplan auf. Dabei werden nicht Krankheitssymptome «behandelt», sondern es wird nach der eigentlichen Krankheitsursache gesucht. Zur Behebung derselben steht ein

breites Spektrum altbewährter biologischer Heilmethoden zur Verfügung: Akupunktur, Akupressur, Moxa, Elektromagnettherapie, Neuraltherapie nach Hunecke, Focalsanierung, Baunscheidt, Hydrotherapie mit Dauerbrause, Sauna, Packungen, Wickel, Inhalationen, Massagen (worunter auch die sich immer mehr profilierende Fussreflexzonen-Massage), Atemgymnastik, autogenes Training, Heilfasten und Vollwert-Diät.

Die Vita Sana-Vollwert-Diätküche darf — ohne Uebertreibung — als führend in Europa bezeichnet werden. Sie basiert auf den neuesten Erkenntnissen der Ernährungswissenschaft unter praktischer Anwendung der Lehren von Kollath und des Klinikers Brucker. Das Küchen-Team wurde von Dr. Just, dem heute wohl berühmtesten Diätologen für vegetarische Vollwerternährung, persönlich geschult.

Wesentliche Bedeutung kommt der Reisan-Therapie zu, Ergebnis jahrelanger Forschung des bekannten Biologen und Umwelttoxikologen Prof. Dr. H. An der Lan. Dieses aus niedermolekularen Proteiden gewonnene 100 Prozent biologische Präparat, hat die Eigenschaft, generell das regenerative Wachstum aller Zellen anzuregen. Der Wert der darin enthaltenen Substanzen liegt in der Steigerung der biologischen Abwehrkraft und in der spürbaren und nachhaltigen Besserung der biologischen Gesamtaktivität. Dadurch kann der Organismus verlorengegangene oder geschwächte Aufbauprozesse beleben oder erneut in Gang bringen, was einer Revitalisierung zugute kommt. Weil keinerlei hochmolekulare Proteide enthalten sind, kennt die Reisan-Therapie auch keinerlei Allergien oder sonstige negative Reaktionen des Organismus.

Seit kurzem ist die Biologische Kurklinik Vita Sana auch von den Schweizerischen Krankenkassen anerkannt und in die VESKA (Verband Schweizerischer Krankenanstalten) aufgenommen worden. Weitere Auskünfte erteilt Ihnen gerne die Direktion unter Telefon 091 / 2 32 77 oder schriftlich an Vita Sana, Biologische Kurklinik, 6932 Bregan-
zona.

(Aus dem «Vita Sana Magazin», dessen Redaktion wir den 1. Wettbewerbspreis verdanken.)