

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 55 (1977)  
**Heft:** 1

**Rubrik:** Sie fragen - wir antworten

### **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:** 17.08.2025

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

# Sie fragen – wir antworten

## Ist unsere AHV gerecht?

— Ist die AHV-Rente wirklich ein Gnadengeschenk, wie manche sagen, oder handelt es sich nicht doch um eine Sozialversicherung?

— Die Ermittlungen über die AHV-Renten in der Gemeinde Steffisburg zeigen ein ganz anderes Bild als die Wirklichkeit. Auch eine Maximalrente von Fr. 1050.— reicht heute kaum noch für das Nötigste: oft schluckt schon der Mietzins die Hälfte, dann lassen PTT-Gebühren, Kranken- und andere Versicherungen, Elektrisch, Franchisen der Krankenkasse usw. für den Ernährungsanteil kaum mehr Fr. 250.— übrig. Was geschieht, wenn der «angemessene Existenzbedarf» mehr Geld verschlingt? — Mich stört bei der Erhöhung der AHV-Renten vor allem, dass die prozentuale Erhöhung für **alle** Renten gilt; braucht es da nicht einmal eine Korrektur?

M. R. in T.

*Sie haben ganz recht: Die AHV ist durchaus keine Institution, welche Gnadengeschenke verteilt; sie ist vielmehr eine **Versicherung**, an die jedermann, entsprechend seinem Einkommen, Beiträge bezahlt.*

*Und weil die AHV eine **Sozial-Versicherung** ist, zahlen auch die Grossverdiener auf ihrem **gesamten** Einkommen; bei der Rentenberechnung wird aber höchstens ein Einkommen von 37 800 Franken berücksichtigt. Der Bezüger einer Höchstreute hat in der Regel **sechs mal mehr** Beiträge bezahlt als der Bezüger einer Mindestrente, kann aber gemäss Bundesverfassung nie mehr als das **Doppelte** der Minimalrente erhalten. Deshalb ist die **prozentuale** Anpassung der Renten an die Preisentwicklung, wie sie in der Verfassung vorgesehen und vom Bundesrat beschlossen worden ist, sicher angemessen. Daneben verwirklicht die AHV auch eine ausgesprochene **Solidarität** zwischen den Jungen und der ältern Generation; während von den heutigen Rentnern keiner mehr als 29 Jahre, manche aber nur während wenigen Jahren Beiträge entrichtet haben, müssen die jungen Versicherten mehr als 40 Jahre Bei-*

*träge bezahlen, bis sie rentenberechtigt werden.*

*Gemäss Artikel 34quater unserer Bundesverfassung sollen die AHV-Renten «den Existenz-Bedarf angemessen decken». Solange dies nicht der Fall ist, werden durch die Kantone **Ergänzungsleistungen** ausgerichtet an solche Personen, welche nur über ganz bescheidene eigene Mittel verfügen; als eigene Mittel werden neben der AHV-Rente auch Erwerbseinkommen, Zinsen auf dem Vermögen sowie 1/15 des Vermögens angerechnet, soweit dasselbe bei Alleinstehenden 20 000 Franken übersteigt. In den meisten Kantonen erteilen die AHV-Gemeindegstellen Auskunft über den Anspruch auf Ergänzungsleistungen.*

*Durch die Abstimmung vom 3. Dezember 1972 wurde der Bundesrat beauftragt, ein Gesetz vorzubereiten, durch das alle Arbeitgeber verpflichtet werden sollen, eine **berufliche** Vorsorge (2. Säule) zu schaffen; durch*

## Frühlingskräfte.



Wenn Sie unter Frühjahrsmüdigkeit leiden, wenn die Spannkraft und Lebenslust fehlt, dann nehmen Sie Bio-Strath.

Dieses moderne, natürliche Aufbaupräparat hilft – es spendet Kräfte, wie sie im Frühling in der Natur frei werden.

# BIO-STRATH®

B & B

die 2. Säule sollen Leistungen erbracht werden, welche zusammen mit der AHV-Rente «die Fortsetzung der gewohnten Lebenshaltung in angemessener Weise» ermöglichen.

Karl Ott, alt Direktor  
der Kant. Ausgleichskasse Zürich

### Hilfe bei Arthritis

Meine Frau litt lange an Arthritis in den Fingern. Da las ich zufällig vom Wacholder-Balsam Rophaien und kaufte ihr eine Flasche. Der Schmerz gab bald nach. Nach einer zweiten Flasche verlor sie allen Schmerz. Die erhöhten Knöchel an den Fingern sind geblieben, aber die Hände sind schmerzfrei. Ich selbst war über 60 Jahre alt und litt an Arthritis in den Knien, wo auch knöchelartige Erhöhungen auftraten. Der Arzt gab mir Injektionen in die Knochen, aber es besserte nicht. Dann liess ich die Stellen vom Masseur behandeln, auch erfolglos. Guter Rat war teuer, aber ich bekam ihn: eine Heisswasserkur! Das geht so: Man setzt sich am Abend auf einen Stuhl, streckt die Beine waagrecht auf ein Taburett. Unter die Knie stellt man einen Eimer. Die Knie sind mit Tüchern einzuwickeln. Dann giesst man 20 bis 30 Minuten lang warmes und immer wärmeres Wasser über die Tücher auf die Knie. Am besten führt man die Prozedur beim Kochherd durch, wo man ständig Wasser heiss halten kann. Nach ca. 20—30 Minuten entfernt man die Tücher. Die Haut kann von der Hitze etwas gerötet sein. Dann reibt man

die Knie mit etwas Johannisöl ein und wickelt sie mit wollenen Tüchern ein und legt sich hierauf ins Bett. Die Behandlung kann man auch morgens vornehmen.

Ich führte die Kur jeweils abends aus und zu meinem Erstaunen liess der Arthritisschmerz schon nach einer Woche nach und nach zwei Monaten war die Krankheit geheilt. Es ist schon mehr als zehn Jahre seither und die Arthritis ist nicht mehr aufgetreten. Den Versuch, die Arthritis zu heilen, machte ich auch durch Auflegen eines elektrischen Heizkissens, dies nützte nichts. M. H.

*Ihre Erfahrungen bei der Behandlung von Arthritis und Rheuma mögen von vielen Lesern beachtet und erprobt werden! Seit langem ist bekannt, dass die Anregung der Nieren- und Lebertätigkeit zur Ausscheidung aller Entzündungsstoffe gerade bei diesen Gelenk-Erkrankungen erstes Gebot ist. Wachholder-Extrakt ist ein uraltes bewährtes Heilmittel für die Nieren. Insofern ist der Erfolg bei den Fingergelenk-Entzündungen Ihrer Frau erklärlich.*

*Die von Ihnen beschriebenen Heisswasserkuren entsprechen etwa den Massnahmen, welche man bei sogenannter physikalischer Therapie in Rheumakliniken anwendet. Intensive feuchte Wärme (nicht trockene!) ebenso das bekannte, auf alle Gewebe harmonisierend wirkende Johannisöl, können Kniegelenk-Arthritis und Arthrose, vor allem im ersten Stadium, entscheidend beeinflussen und oft heilen.* Dr. med. E. L. R.

### Bergferien in Graubünden!

Ab Sommer 1977 neu  
im Gütesiegel-Programm:



Geniessen Sie erholsame Sommer- und Herbstferien auf der autofreien Sonnenterrasse Brambrüesch.

Herrliches Gebiet für viele leichte Wanderungen. — Gemütlicher Aufenthalt im sympathischen Sporthotel.

**Fr. 32.— / Tag (Halbpension)**

Keine Preiserhöhungen in der Hochsaison!

Bitte verlangen Sie Prospekte bei der Buchungszentrale der PRO SENEKTUTE oder direkt beim

**Sporthotel Brambrüesch - Postfach 73 - 7001 Chur**  
Telefon 081 / 22 89 77