

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 56 (1978)  
**Heft:** 5  
  
**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:** 12.01.2026

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



Der Bund deckt mit seinen sogenannten *Ergänzungsleistungen* den notwendigsten Grundbedarf für Einkommen unter Fr. 8 400.— für eine Einzelperson und unter Fr. 12 600.— für ein Ehepaar. Einzelne Kantone erbringen darüber hinaus zusätzliche Leistungen, der Kanton Zürich beispielsweise bis zu einer Einkommensgrenze von Fr. 9 900.— pro Einzelperson und Fr. 14 850.— pro Ehepaar. Dazu kommen in einzelnen Städten und Gemeinden noch weitere Gemeindegzuschüsse.

Trotz der beschriebenen Natur der Zuschüsse müssen die **Ergänzungsleistungen des Bundes** von den Erben des Bezügers in keinem Fall zurückbezahlt werden. Dagegen sind die zusätzlichen Beitragsleistungen der Kantone und Gemeinden in der Regel zurückzubezahlen, wenn der Empfänger bei seinem Tode Vermögen hinterlässt. Aber auch da gibt es noch Einschränkungen. So gilt im Kanton und in der Stadt Zürich die Vorschrift, dass Kinder, Ehegatten und — was sicher selten ist — Eltern eines Altersbeihilfebezügers die von diesem empfangenen Beihilfeleistungen nur zurückbezahlen müssen, sofern und soweit das vom Bezüger hinterlassene Vermögen Fr. 20 000.— bei einer Einzelperson oder Fr. 30 000.— bei einem verstorbenen Ehegatten übersteigt. Da die Regelungen von Kanton zu Kanton und von Stadt zu Stadt verschieden sind, erkundigt man sich am besten bei der AHV-Ausgleichskasse seines Wohnbezirks nach den genau geltenden Bestimmungen. Die Adressen dieser Ausgleichskassen findet man auf der letzten Seite jedes Telefonbuches.

Dr. iur. Hans Georg Lüchinger

## Für gesunde und kranke Tage

Übungs- und Fitnessgeräte. Sämtliche Hilfen für Behinderte: Pflegebetten, Heber, Rollstühle, Gehhilfen, Stöcke und Gehstützen. Praktische Geräte, die das Baden, die Toilette und den Haushalt einfacher und sicherer machen.

Verlangen Sie unsern Katalog Nr. 60.

**DrBlatter+Co**

Succ. E. Blatter

Rehabilitationstechnik  
Staubstrasse 1  
8038 Zürich  
Telefon 01 45 14 36

# Liebe Redaktion!

## Zum Kreuzworträtsel

Zum erstenmal hab ich mich an einem Kreuzworträtsel versucht, und ich hoffe, es sei richtig gelungen. Ihre Rätsel zeichnen sich dadurch aus, dass sie nur gewöhnliche Kenntnisse verlangen, ohne langes Nachschlagen in Lexika u. a. So macht es Freude, strengt nicht allzusehr an, und gibt doch Ansporn, seinen Kopf ein wenig zu brauchen.

Frau A. M., Adliswil

Wir freuen uns, dass Sie — bereits in der Alterssiedlung — den Mut gefunden haben, Ihr erstes Kreuzworträtsel zu lösen. Dies ist Ihnen auch durchaus gelungen. Wir verfolgen mit unsern Denksportaufgaben genau dieses Ziel; viele Leser wollen nicht nur konsumieren, sondern ihre Denkfähigkeit auch aktiv erproben. Die grossen Teilnehmerzahlen zeigen die Beliebtheit solcher «Übungen».

Wir sind schon lange passionierte Kreuzworträtsellöser, aber die Wörter: Erbium, Einsteinium, Indium und Europium im letzten Rätsel (4/78) sind uns noch nie begegnet.

M. und E. St., Rapperswil

Tatsächlich finde ich die Abkürzungen von chemischen Elementen in den Rätseln auch nicht elegant, doch lassen sich viele Lücken mit zwei Buchstaben damit füllen. Zufällig hat die Redaktion vor kurzem ein Heyne-Taschenbuch (Nr. 4568) «Das grosse Rätsel-Lexikon» erhalten, in dem drei von den vier durch Sie beanstandeten Elementen tatsächlich vorkommen. Vielleicht schaffen Sie sich das Buch zu Fr. 5.80 an — so können Sie sogar ein Goldvreneli gewinnen!

Ich finde Dich sehr gut und danke für jeden einzelnen Beitrag! Das Kreuzworträtsel dürfte m. E. etwas kniffliger sein, sicher sind auch ältere «Hirni» noch findig. — Die Bilder von der Feier in Luzern freuen mich,



waren wir doch auch mit von der Partie, ich mit meinen lieben Turnmännern, allerdings nicht auf der Bühne. Als Leiterin des Män-  
nerturnens hier kann ich nur sagen, dass diese Arbeit eine der schönsten und dank-  
barsten Aufgaben ist, die ich in meinem Leben bis jetzt hatte. Ältere und vor allem angeschlagene Menschen sind so sehr dank-  
bar für ein Lachen und machen bei allen Uebungen mit, wenn auch oft unter Schmer-  
zen, dennoch aber mit Humor und Lust.

Frau A. R., Ruswil

### Neunmal «s Chellewybli»

Das von Frau L. M. in Zürich gesuchte Ge-  
dicht (Augustnummer S. 54) erreichte uns  
neunmal in verschiedenen Fassungen. Die  
vollständigste dürfte jene sein, die uns Frau  
M. K. aus Stein zusandte: sie stammt aus  
einem alten Buch, umfasst elf Strophen zu  
vier Zeilen und trägt den Titel «I chume-  
n-us em Chelleland . . .». Frau H. O. in Dal-  
lenwil hörte es zum erstenmal vor 46 Jah-  
ren. Verschiedene Einsenderinnen haben mit  
dem Gedicht «schon mehrmals Freude ge-  
macht». Aus Lichtensteig erhielten wir eine  
Abschrift in sorgfältiger altdeutscher Kur-  
rentschrift. Eine Leserin in Dornach fügte  
gleich drei Hochzeitsgedichte bei und  
wünschte «einen schönen Tag und dem  
Brautpaar alles Liebe und Gute für die Zu-  
kunft». Jedenfalls konnten wir Frau L. M.  
reichlich bedienen.

Frau M. K. in Nebikon, die sich dem  
Wunsch von Frau L. M. anschloss, haben  
wir natürlich ebenfalls beliefern können.  
Danke allen Einsendern!

### «Der tote Soldat»

Herr A. A., der im Augustheft (S. 55) das  
Gedicht «Der tote Soldat» suchte, erhielt  
gleich zehn Abschriften der neunstrophigen  
Dichtung von J. G. Seidl; Prof. E. L. sandte  
uns sogar das von J. Wurda vertonte vier-  
stimmige Lied, «das mein Onkel jeweils in  
den Dreissigerjahren sang». Frau B. L. in  
Hinwil kopierte das Gedicht aus einem Le-  
sebuch von 1896, Frau B. N. in Wülflingen  
fand es in ihrem Poesiealbum, Herr K. H.  
in Schönenwerd schrieb es aus dem Buch  
«Garben und Kränze» ab, nachdem er es  
vor 60 Jahren auswendig gelernt hatte. Frau

monatlich Fr. 3.80

## Gesundheits Magazin und Ratgeber Report



### in jeder Ausgabe:

- Ernährungs-Report
- Schönheits-Report  
(«Gesund sein –  
schön sein»)
- Umwelt-Report  
(«Lebensqualität»)
- Kur- und Bäder-Report
- Konsumenten-Report
- Diät-Report

Lassen Sie sich regelmässig beraten – aus erster Hand  
und praxisnah – der GR bietet Ihnen eine faszinie-  
rende Fülle an Informationen, Tips und echter Lebens-  
hilfe.

Hier ein Auszug aus unserem Redaktionsprogramm  
bis Ende 1979:

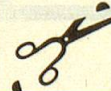
Schlaflosigkeit muss nicht sein ● Volksplage Rheuma ●  
Homöopathie – was ist das? ● Krebs: vorbeugen, erfassen,  
heilen ● biologische Kosmetik ● Gefahr durch die Pille?  
● Naturheilkunde ● Akupressur und Akupunktur ● das  
Herz: ein Schwerarbeiter ● zuviel Magensäure! ● Anti-  
Stress-Tips ● Geistheilung: Kraftakt oder Humbug?  
● Immer müde: woher kommt unser Energieman-  
ko? ● Wo kann der Chiropraktiker helfen? ●  
Gedächtnisschwund muss nicht sein ● Vor-  
sicht bei zu hohem Blutdruck! ● autogenes  
Training ● unsere Nerven schlagen Alarm  
● Hautkrankheiten: ernährungsbedingt?  
● Stuhlverstopfung ● die individuelle  
Diät ● gut und gesund kochen ●  
fit bis ins hohe Alter ● usw., usw.

12 Ausgaben «Gesundheits-  
Report»

Fr. 28.–

inkl. individuellem  
Korrespondenz-  
Ratgeber

Senden Sie ein GR-Abonnement (12 Ausgaben) an: (bitte Blockschrift)  
Name \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_  
Adresse \_\_\_\_\_ Ort \_\_\_\_\_  
PLZ \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_  
Coupon einsenden an den Ver-  
lag Gesundheits-Report,  
8032 Zürich, Tel.  
(01) 34 93 23/24





## Auf natürliche Weise entschlacken und die Verdauung regeln mit **NATTERMANN 13**

**Entschlackungs- und Abführtee oder  
Abführkapseln**

Tee zum Aufbrühen  
80 g Fr. 5.40

Tee sofortlöslich  
150 ml Fr. 5.40



ideal für  
individuelle  
Dosierung



20 Kapseln  
5.80  
40 Kapseln  
9.80

### **NATTERMANN Abführkapseln**

aus 100% pflanzlichen Wirkstoffen. Extraklein,  
problemlos mitzunehmen und einzunehmen.  
Mild wirkend, gut verträglich..

## **Neu von NATTERMANN**

### **Herz- und Kreislauftee Nr. 4**

Bewährt bei nervösen Herz- und Kreislauf-  
beschwerden.

Zum Aufbrühen 60 g Fr. 5.40

### **Rheumatee Nr. 7**

Entzündungshemmend, beruhigend.  
Zur Linderung von rheumatischen  
Schmerzen.

Zum Aufbrühen 100 g Fr. 5.40



Von

**NATTERMANN**

wissenschaftlich erforscht.

In Apotheken und Drogerien  
Dr. Schieffler Arzneimittel GmbH, Thalwil

*J. L. in Zürich schrieb: «Leider ist die Schrift nicht mehr gut, da ich im 90. Lebensjahr stehe, aber ich konnte das Gedicht noch auswendig.»*

*Jedenfalls konnte auch dieser Leserwunsch erfüllt werden. Wir danken herzlich für alle Bemühungen.*

### **Nochmals zum Juni-Titelbild**

In der August-Nummer der «Zeitlupe» kritisiert M. H. in Basel in geradezu beleidigender Art für die beiden betroffenen älteren vergnügten Damen das Titelbild der Juni-Nummer. Ich möchte M. H. anfragen, wie man im Alter auszusehen hat, um noch als «ansprechendes Motiv» für eine Senioren-Zeitung zu genügen? Diese vergnügten alten Damen strahlen Lebensmut und Unternehmungslust aus. Für M. H. in Basel wünsche und hoffe ich, dass sein oder ihr Gesicht im Alter nicht schlimmer aussehen möge, dass sich die Mitmenschen allenfalls abwenden. Die paar Runzeln werden doch überstrahlt von einer herzerfrischenden Fröhlichkeit. Wer ein solches Bild nicht zu ertragen vermag, möchte sich noch fragen, wie es um jene Mitmenschen steht, die als Invalide im Rollstuhl fahren. Dürfte man ein solches Bild auch nicht auf die Titelseite einer Senioren-Zeitschrift setzen? Humanität und Christentum scheinen verlorenzugehen.

*W. M. in B.*

Noch eine kleine Bemerkung zum Juni-Titelbild, das M. H., Basel, nicht gefallen hat. **Mir hat's!** So ein frohes Lächeln auf den Gesichtern, die vom Leben gezeichneten Linien, ein Bild, um froh zu sein, dass eben trotz Härten des Alltags immer wieder ein Sonnenstrahl Freude in unser Dasein bringt.

*Frau M. K., St. Gallen*

### **Zum Lachen**

*Ein Freund klagte Beethoven die Misshelligkeiten in seiner Familie.*

*«Es gibt Schlimmeres», tröstete der Meister. «Ich kenne eine Familie mit drei Söhnen. Der erste spielt und der zweite stiehlt.»*

*«Ich weiss, von wem Sie sprechen», ergänzte der Freund. «Der dritte Sohn ist Komponist.»*

*«Richtig», nickte Beethoven. «Der tut beides.»*

*Redaktion Peter Rinderknecht*