

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 59 (1981)
Heft: 2

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: 08.02.2026

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

Liebe Redaktion!

Ein bedauerlicher Schnitzer...

... ist uns auf Seite 66 unterlaufen. In einem Teil der Auflage haben wir die beiden Titel verwechselt: «Neuer Rekord...» gehört natürlich zum Sammlungstext, die «Schaufensterausstellung» zum oberen Abschnitt. Wir bitten die Leser um Entschuldigung!

Die Zeitlupe-Druckerei

Wer interessiert sich für «Energieberatung»?

Ein pensionierter Bauingenieur, Herr M. W., machte im Anschluss an unseren Beitrag zum Energiesparen (Dezember 1980) die Anregung, dass sich einige ältere Kollegen zu einem «Beraterteam» zusammenschliessen könnten, um Senioren bei der energietechnischen Sanierung ihrer Liegenschaften beizustehen.

Da die Redaktion in dieser Angelegenheit nicht selber aktiv werden kann, gibt sie die begrüssenswerte Initiative gerne weiter. Sie ist bereit, Meldungen von Fachleuten oder Rat suchenden an den Herrn M. W. weiterzuleiten.

Schicken Sie mir Ihre Ferienprospekte!

Immer wieder erreichen uns ähnliche Wünsche. Offenbar haben diese vielen Leute noch nicht realisiert, dass Pro Senectute Schweiz bereits vor 4 Jahren ihr Ferien- und Reiseprogramm aufgegeben hat. Es werden nur noch regionale Ferienwochen von unseren Beratungsstellen organisiert (meist für Alleinstehende). Der Grund: Die Reisebranche hat den Seniorentourismus inzwischen voll entdeckt, so dass keine Notwendigkeit mehr besteht zu einem eigenen Reiseprogramm.

Wir empfehlen Ihnen folgendes Vorgehen:

- Fragen Sie Ihre Pro Senectute-Beratungsstelle (Adressen auf S. 71 der Februar-Nummer), ob sie Gruppenferien durchführen.
- Wenn nein, fragen Sie Ihre Kirchgemeinde, ob sie Altersferienwochen organisiert.

● Lesen Sie Inserate in der «Zeitlupe»: Sie finden hier ein vielseitiges Angebot für Ferien und Reisen.

● Lassen Sie sich nähere Unterlagen kommen von den Angeboten, die Sie besonders interessieren.

● Verlangen Sie am Bahnschalter oder im Verkehrsbüro den Prospekt «Saison für Senioren» mit 325 verbilligten Hotelangeboten in der ganzen Schweiz.

Betrifft Haushaltungsbuch

Auf Seite 26 der Februarnummer fragen Sie, «ob heute noch Haushaltungsbücher geführt werden. Wohl wenige nehmen sich die Mühe.» Am 10. Januar 1981 war ich 57 Jahre verheiratet und während all dieser Jahre führte ich ein detailliertes Haushalteft, auch seitdem ich (Februar 1962) allein bin.

Die ersten 6 Jahre (1924—1929) lebten wir in den USA und beim Umzug in die Schweiz zügelte ich leider die Hefte nicht mit! Ich habe nur noch die aus den letzten Jahren behalten. Ich muss Ordnung haben mit den Ausgaben, mache beim Eingang der AHV immer das Budget für den Monat und lege das Geld in verschiedene Couverts (für Miete, Steuern, Radio, Telefon, Krankenkasse etc.), auch eines für unerwartete Spesen. *Frau N. K., in Neuhausen*

Wir danken für Ihre Mitteilung. Wahrscheinlich gibt es noch viele Senior(inn)en, die seit Jahrzehnten ein Haushaltungsbuch führen. An Ihrem System mit den Umschlägen für die einzelnen Ausgabenposten hätte wohl jede Budgetberaterin ihre helle Freude!

Wer war Berta Hallauer?

Auf unseren kleinen Hinweis im Februarheft meldeten sich 18 aufmerksame Leser mit zum Teil ausführlichen Briefen über die uns unbekannte Dichterin. Wir danken diesen Lesern herzlich, können aber wegen Platzmangels erst in der nächsten Nummer näher auf diese interessante Frau eingehen.

Freundliche Stimmen

Von einer sehr gütigen Frau bekam ich ein Geschenkabonnement für die Zeitlupe, die mich sehr interessiert und freut. *Frau L. K. in B.*

Ich möchte Ihnen einmal danken für die Mühe, die Sie sich bei der Gestaltung des vielseitigen Blattes geben. Ich bin seit über 10 Jahren

Abonnentin und dürfte mit meinen 43 Jahren wohl eher zu den jüngeren Lesern gehören.

Frau G. B. in Oberglatt

Die Redaktion macht uns jeden 2. Monat eine ganz grosse Freude mit dem Senioren-Magazin. Ich «plange» jedesmal auf diese interessante und vielseitige Zeitschrift. Da müssen wir Alten nicht das Gefühl haben, auf einem Abstellgleis zu stehen.

Frau M. K. in Baden

Als eifriger Leser der «Zeitlupe» möchte ich Ihnen einmal herzlich danken für den ausgezeichneten Inhalt der «Zeitlupe». Die Dezember-Nummer mit dem wertvollen Artikel über die Sterbebegleitung hat mich besonders interessiert.

Herr W. J. in Schlieren

Ich freue mich immer auf Ihre Zeitschrift, aus der man immer alles mögliche lernen kann.

Frau J. K. in Zürich

Ich schätze das interessante Heft sehr und habe mit einem Geschenkabonnement grosse Freude gemacht.

Frau H. B. in Zürich

Glücklich und dankbar durch Frühturnen

Herr G. W. ist 74, hört sehr schlecht, leidet an

der Parkinson'schen Krankheit und an Angina pectoris. Um so mehr erstaunte uns sein langer, begeisterter Beitrag, den wir nur stark gekürzt wiedergeben können. Er ist ein bemerkenswertes Zeugnis, wie sehr Willenskraft und eine positive Lebenseinstellung dazu beitragen können, trotz Altersbeschwerden den Alltag zu erhellen.

Wohl habe ich auch Altersgebrechen. Seit dem 40. Altersjahr bin ich auf dem linken Ohr taub, das rechte ist nur mit Hilfe eines Hörgeräts leistungsfähig. Die Parkinson'sche Krankheit scheidet mich vom gesellschaftlichen Umgang, (ich zeige mich nicht gerne als «Zittermandli» in Gesellschaft). Die Angina pectoris lähmt meinen Drang zum Wandern.

Die Abtretung meines Geschäfts an die 2. Generation und die darauffolgende Leere lösten Depressionen aus. Ein Wanderkamerad riet mir, doch mehr mitmenschliche Beziehungen zu pflegen. Mit einem gewaltigen Anlauf gelang mir der Sprung. Auch meine Frau und mein Hausarzt unterstützten mich. Durch das Seniorenturnen lernte ich etwa 40 Mitturner kennen. Wir sind alle auf Du miteinander, und ich kann jeden mit dem Vornamen grüssen — und trifft

es sich, dass mir ein Kamerad mit seiner Frau auf der Strasse begegnet, so kann ich sie auch beim Familiennamen nennen. Schon solche Begegnungen sind ein Erfolg.

Dazu kam noch ein weiterer Anstoss: Ein noch 14 Jahre älterer Wander- und Diskussionsfreund, den ich leider kürzlich durch den Tod verloren habe, hat das Frühturnen bis kurz vor seinem Ableben gepflegt. Er war von seinem 71. Jahr an total blind, war aber dank des Frühturnens bis kurz vor seinem Tode ein glücklicher, interessanter Mensch. Dies wollte ich auch versuchen.

Nach dem Aufstehen und Waschen summe ich eine Melodie, die zu den im Seniorenturnen gelernten Uebungen passt. So fange ich das Frühturnen z. B. mit dem Appenzeller Landsgemeindelied an, dieses eignet sich sehr gut zum «Einlaufen», einem Laufschritt an Ort. Die Lebensgeister erwachen, und ich empfinde das Dasein als etwas Beglückendes. Um niemanden zu stören, turne ich im geräumigen und ganz mit Teppichen ausgelegten Wohnraum. Es folgen dann einige Psalmen, Volkslieder, Walzer, Polkas und zum Schluss 2—3 Märsche. (Ich singe die Stücke fast nur im Geist!) Gegen Ende mache ich noch Trockenschwimmübungen, auch einige Kraftübungen wie Knickstütze zum Beispiel. Restlos stellen sich Lebensfreude, ja sogar Dankgefühle zu meinem Erlöser ein. Dieses Glücksgefühl hält den ganzen Tag an, und wenn ich mich zur Ruhe lege, so freue ich mich auf den folgenden Morgen. — Ganz wichtig ist es, nach den Uebungen sich noch eine Viertelstunde hinzulegen. In diesen erhol- samen Minuten stellen sich fruchtbare Gedanken ein. Voll Dankbarkeit und mit dem Willen, Freude zu bereiten, fängt der neue Tag an. — Darum setze ich auf diese Art von Frühturnen, es bürgt für den Schlüssel zum Glück. Aber es muss intensiv betrieben werden, nicht als Spielerei. Dabei bin ich Nutzniesser meiner eigenen Leistung, das heisst nichts anderes als: Jeder ist selbst seines Glückes Schmied. Das Frühturnen hat auch den grossen Vorteil, dass es von jedem einigermassen gesunden Rentner, ja sogar von Invaliden, betrieben werden kann und erst noch gratis. Selbst meine Frau und vor allem mein Arzt sind verblüfft über meine Vitalität. Die Parkinson-Medikamente konnten reduziert werden! — So bin ich mit meinen 74 Jahren in einer Situation, um die ich beseidet werden könnte.

Herr G. W. in Wattwil



Die fruchtigen Konfitüren

Zehn Wildfrucht-Konfitüren, acht kalorienarme Konfitüren, zwölf Reform-Extra-Konfitüren und zwölf Diabetiker-Konfitüren führt Morga im Sortiment. Und dass alle aus frischesten, naturbelassenen Früchten hergestellt werden, ist für Morga selbstverständlich. Erntefrische Früchte sind so verarbeitet, dass die Konfitüren fruchtig, schmackhaft und schön bleiben. Ohne künstliche Aromen, Farbstoffe und Streck- oder Konservierungs-Mittel. Die Morga-Konfitüren stellen in ihrer Art eine Ausnahme dar. Sie schmecken vorzüglich und sind fürs Auge schön. Morga-Produkte finden Sie in über 400 Biona-Reformhäusern und Reformabteilungen in der ganzen Schweiz.

Dynamisch ernährt mit Morga.

MORGA

MORGA AG - 9642 Ebnat-Kappel

Schnupfentropfen



bekämpfen akuten und chronischen Schnupfen, Stirnhöhlenkatarrh und Heuschnupfen. Sie wirken schleimhautabschwellend und reizmildernd. Dank der milden Emulsion eignen sie sich auch für Säuglinge und Kleinkinder.

coryben®



**Homöopathisches Heilmittel, unschädlich und gut verträglich.
Packung à 10 ml Fr. 4.20.
Erhältlich in Drogerien.
Vertrauen Sie der Natur und ihren wirksamen Heilkräften!**

Gefundene Gedichte

«**De Köbbel, und der Chrigel und der Sepp**» ist bei manchen Lesern gut und in vielen Mundarten in Erinnerung. Herr E. R. legte gleich ein Büchlein «Schwyzer Liedli» zum Singen und Spielen auf der Mundharmonika bei.

Nicht umsonst haben wir nach dem Gedicht «**Wie man einschläft, möcht ich wissen**» gesucht. «Es freut mich, Ihnen das gesuchte Gedicht senden zu können. Ich lernte es vor ca. 70 Jahren in der 3. Klasse», schreibt Frau M. S., «ich schreibe es, wie ich es im Gedächtnis habe.»

Frau E. M. in E. konnten wir wenigstens einen Wunsch erfüllen, «**Der Mutter Bild**» wurde von Herrn E. G. abgeschrieben mit der Bemerkung «Verfasser unbekannt».

21 Leser können sich noch an das kleine Gedicht «**Glaubst du, die Blümlein beten nicht**» erinnern. Frau A. B. weiss, dass es sich um ein um 1920 vielgesungenes Lied von C. Attenhofer handelt. Eine andere Leserin hat es im Religionsunterricht gelernt — und nicht mehr vergessen. Einigen Briefen lagen die Noten bei. Wir danken für diese Aufmerksamkeit.

Frau J. J. schreibt «Ich habe zufällig das Lied „**Lebt wohl ihr Weiden, ihr stillen Heiden**“ aufbewahrt.» Das Lied «**Am Rhein, am grünen Rhein**» stammt, wie Herr C. K. zu berichten weiss, von Emanuel Geibel. Gefunden hat er es im Allgemeinen Deutschen Kommersbuch von 1914.

Frau M. W. wusste nur noch den Inhalt des Gedichtes **vom Mann, der von seinem Kreuz ein Stück absägte**, aber — es ist nicht zu glauben — mehr als fünfzigmal wurde uns das Gedicht zugesandt! Frau L. K. schreibt dazu: «Gerne sende ich Ihnen das Gedicht. Ich stehe im 81. Altersjahr und habe dieses Gedicht vor 10 Jahren auswendig gelernt.» Andern Lesern hat das Gedicht schon Trost gebracht, so schreibt Frau M. S., sie hätte die Suchanzeige zur rechten Zeit gelesen, gerade als sie von ihrem Kreuz ein Stück habe absägen wollen; nun lasse sie es sein und trage es weiter. «Das ist ein Wink von Gott, den ich immer darum bitte!»

Vom Thurgauer Bauerndichter Alfred Huggenberger stammt das Gedicht «**Drei Zwerglein läuten den Frühling ein**» Einige Berner kannten das Gedicht noch aus ihrer Schulzeit, stand es doch einst im Lesebuch für die 5. Klasse. Frau

T. H. schreibt: «Zuerst sprach ich es für mein Töchterlein und heute erfreut es gar meine Ur-enkelin.»

Nachtrag zur letzten Nummer: Wir schrieben, dass Frau N. K. das Lied «**Ein Männlein steht im Walde . . .**» neunmal durch uns bekommen habe, ausserdem einmal direkt. Frau N. K. bittet uns um Korrektur: Sie hat das Lied **57mal bekommen**, einmal sogar aus Finnland. Frau N. K. hat alle 57 Briefe persönlich beantwortet! Sie bewahrt alles auf.

Gedichte gesucht

Für eine Freundin suche ich das Gedicht «**De Storch vo Luzärn**» (ca. 20 Strophen, es datiert etwa von 1850). *Frau A. S. in Zürich*

Ich suche das Gedicht «**Weit draussen, einsam, im weiten Raum, steht ein einsamer Weidenbaum**». *Frau K. M. in Männedorf*

Ich suche folgende Lieder «**Aus dem Dörfchen da drüben vom Turme herab**» und «**Bei einem Wirte wundermild, da war ich jüngst zu Gaste**». *Frau C. F. in Zürich*

Ich suche zwei Gedichte, deren Anfang ich nicht mehr weiss «**Knecht Rupprecht, alter Gesell, hebe die Beine und spute dich schnell**» und «**Im Korne lachen Mohn und Wicke, die Aehren schwanken schwer und voll, entgegen einem Erdgeschicke**». *Frau H. S. in Herrlisberg*

Ich wäre dankbar, wenn Sie mir zwei lustige Gedichte ausfindig machen könnten «**Braut und Bräutigam, sie fahren von der Hochzeit schnell nach Haus, singen, tanzen, sind recht lustig . . .**». Vom zweiten Gedicht weiss ich nur noch den Schluss «**. . . und zletscht lached beid wie bsessa, dass umesoscht e Chrot hend gessa**». *Frau A. Söldi, Zinggen, 9438 Lüdingen*

Folgendes baseldeutsche Gedicht wird gesucht «**Kumm du ins Bettli, dört ischs warm, sait d Mueter, nimmt der Glai an Arm . . .**»

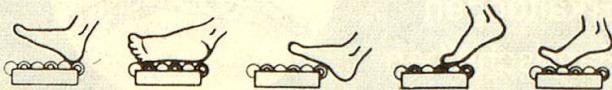
Frau I. W. in Zürich

Wer kann mir die Worte zu dem Lied finden, in dem es heisst «**Kennst du das Land der ersten Liebe, das Land das allen heilig ist**».

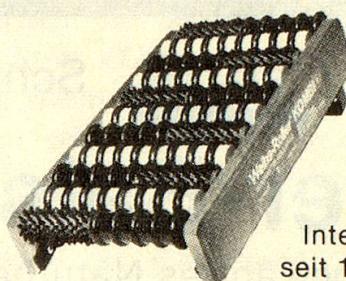
Frau M. H. in Bassersdorf

WEIHS-ROLLER®

Kein Strom – Keine Vibration
Die natürliche Gymnastik-Massage



- Fuss
- Bein
- Rücken
- Körper
- MASSAGE



KOMBI S
Automatic
Intern. Patente
seit 16 Jahren in
der Praxis bewährt

Schweizer Fabrikat
10 Jahre Fabrikgarantie
5 verschiedene Modelle am Lager
Verlangen Sie kostenlose Erklärung

Fa. Jules Bachmann
6030 EBIKON-LUZERN

Ernst Weber-Carreisen

Austrasse 2, 4153 Reinach, Telefon 061 / 76 55 77
Das Geschäft mit den guten Hotels

Wir fahren jeden Samstag das ganze Jahr nach

Abano-Montegrotto

9 Tage Vollpension schon ab Fr. 560.—, 16 Tage Fr. 900.—

Kreuzfahrt auf dem Rhein bis Amsterdam

Hinfahrt mit MS Calypso. Heimfahrt mit Car via Brüssel. Fr. 1250.—/1280.— (22. 8.-30. 8. 1981).

Südtirol (Cavalese), 5 Tage Fr. 340.—, 9 Tage Fr. 570.—

Toscana (Florenz-Siena-Pisa), 5 Tage Fr. 480.—

Loireschlösser (Orléans), 4 Tage Fr. 340.—

Prag-Salzburg, einmalig, 7 Tage Fr. 740.—

Lignano

(unser Sonderangebot 1981)
Ab 18. Mai jede Woche 5 Tage Fr. 380.—, 12 Tage Fr. 690.—
Vollpension inkl. Ausflug nach Jugoslawien. Gutes Hotel mit Gartenbad, sehr schöner Sandstrand.

Sölden im Tirol jede Woche ab 29. Juni 1981
5 Tage Fr. 295.—, 12 Tage Fr. 580.—

BON für detaillierte Prospekte

Name, Vorname:

Adresse:

PLZ/Wohnort:

Rheuma
Arthritis
Neuralgie
Migräne
Erkältungen
Bandscheiben
Sportverletzungen



gegen starke Schmerzen

Tiger-Balsam

längst bewährtes Naturheilmittel,
äusserlich anzuwenden

*Tiger-Balsam wird besonders den Lesern
der ZEITLUPE wärmstens empfohlen!*

Als Salbe oder Öl in Apoth. & Drog.
Auch in Deutschland und Österreich
erhältlich.

Wir können helfen!

Antidecubitus-
Ausrüstung
Badelift
Badewannengriff
Badewannensitz
Behinderten-Essgeschirr
und -Besteck
Duschesitz
Geh-Hilfsmittel
Komfortkissen
Patientenheber
Toilettenarmstützen
Toilettenerhöhungen
Transportstuhl
Mobiles
Patientenrufsystem

Nous pouvons aider!

Equipement
anti-décubitus
Elévateur de bain
Poignée pour baignoire
Siège de baignoire
Vaisselle et couvert pour
handicapés
Siège de douche
Auxiliaires à marcher
Coussin confort
Elévateur pour malades
Supports de bras pour
toilettes
Haussements du siège
de toilette
Chaise de transport
Système d'alarme
mobile pour malades

GRAUBA

Qualität = Grauba

Rehab

Qualité = Grauba



Grauba AG
Postfach
4008 Basel

Telefon
061 / 35 2666

Wir ertrinken in Gedichten!
Hilferuf der Redaktionssekretärin

Ob die «MC-Fitness-Methode» (Februar-Zeitlupe, S. 17) so viele Leser zur Nachahmung anregte? Ob der Frühling die Lebensgeister weckte? Jedenfalls nahmen die Gedichtesucherei und der Versand von Kopien derartige Ausmasse an, dass wir an Sie gelangen müssen.

Für die April-Nummer baten uns 20 Leser um 27 Gedichte. Wie Sie sehen, erreichen uns dann bis zu 70 Zuschriften pro Gedicht. Dutzende von Kopien werden gewünscht. Kurz, die Sache wächst uns über den Kopf! Wir müssen darum zwei Spielregeln einführen:

1. Bevor Sie der Zeitlupe schreiben, fragen Sie doch einmal in Ihrem Bekanntenkreis, in der Turngruppe, beim Altersnachmittag. Wir können nur noch wenig bekannte Gedichte ausschreiben. «Urahne, Grossmutter, Mutter und Kind . . .» oder «Bei einem Wirte wundermild . . .» sollte auch ein pensionierter Lehrer in Ihrem Dorf kennen. Für einmal gehen wir nun privat auf die Suche, publizieren aber diese Fragen nicht mehr.

2. Wir geben hier die Adressen von sechs Gedichtsuchern vollständig an, damit Sie direkt mit ihnen Fühlung aufnehmen können.

Es dank Ihnen für Ihr Verständnis

die Redaktionssekretärin

Ich suche für meine 80jährige Mutter folgendes Hochzeitsgedicht: «**Hochzeit ist in diesem Haus, lebt hoch ihr liebes Paar**».

Frau Th. Origoni,, Dorf, 6232 Geuensee

Vor ca. 60 Jahren habe ich in der Schule ein Gedicht gelernt, in dem es heisst «**Im Ländli Uri isch emal vor viele Jahre en Landvogt gsi mit rote Haare**». Wer weiss noch den ganzen Text?
Frau Berta Kleiner, 8546 Islikon

Vielleicht kennt jemand das schöne Gedicht «**Gold und Silber lieb ich sehr, kann's auch gut gebrauchen, hätt' ich nur ein ganzes Meer, mich hineinzutauchen . . .**»

Frau A. B. in Lufingen

«Us de Bärge, liebi Fründi, schick der Alperösli zue!» Leider sind mir die zwei folgenden Verse ganz entfallen. *Frau R. Lenz, 5742 Kölliken*

Wer kann mir das Gedicht finden «Ach Meitli säg mir einisch ja, gwüss keini cha di lieber ha».

Frau E. G. in Unterentfelden

Ich wäre Ihnen dankbar, wenn Sie das Lied ausfindig machen könnten «Der Entlebucher in der Ewigkeit» und «Friele wemer lo erschalle, es Lobe dir Luzernerland».

Frau M. Kneubühler, Kirchstr. 3 a, 6322 Nekon

Möglicherweise von Johannes Brassel ist das Gedicht, in dem mittendrin steht «Zibom e Bere gheit» — wer kennt das ganze Gedicht?

Frau D. Vogt, Wernerstr. 15, 8038 Zürich

Die Mutter meines Mannes sang so oft das Lied «Weisst Du, Muetterl, was i träumt hab, ich hab' in Himmel eini gsehn . . .»

Frau M. D. in Boniswil

Kennt jemand das Lied «Eusi Liebi, die isch blibe, schön als wie'n am erschte Tag».

Frau M. T. in Oberwinterthur

Wer kennt das Gedicht: «Es chlappered dNadle, jetzt wachst de Strumpf, d Chrungele muess schwyne mit Stil und Stumpf»?

Frau M. R. in Attikon

lupe ausschreiben, wann und wo Ferien gemacht werden mit einer Betreuerin, um anderen älteren Leuten solche Enttäuschung zu ersparen?

Frau M. R. in Attikon

Leider können wir Ihren Wunsch nicht erfüllen, weil er einfach zu weit führen würde. Lesen Sie unsere Antwort auf den Wunsch «Schicken Sie mir Ihre Ferienprospekte». In Ihrem Fall gibt es weitere Möglichkeiten: Warum machen Sie nicht gemeinsam Ferien mit Frauen Ihres «Lismerkreises»? Auch einige Seniorinnen könnten doch etwas miteinander unternehmen, oder regen Sie doch einmal bei Ihrem Pfarramt eine Ferienwoche an.

Mit 81 «schon» im Altersheim . . .

Mein Mann und ich sind nun schon 10 Monate im Altersheim. Ganz überraschend mussten wir uns dazu entschliessen, weil ich zweimal stürzte in der Wohnung. Der Arzt entschied, dass der Haushalt zuviel für mich sei. Aber ich bin ja erst 81jährig! *Frau U. B. in K.*

Ihr Brief wäre wohl vor 30, 40 Jahren noch kaum denkbar gewesen. Damals war es «normal», mit 70 in ein Heim einzutreten, wenn man überhaupt dieses Alter erreichte. Es gibt immer mehr Senioren, die sich mit «erst 81» noch recht frisch fühlen. Natürlich fällt es niemandem leicht, den eigenen Haushalt aufzugeben, aber ist es nicht auch ein Geschenk, dass Sie gemeinsam im Altersheim leben können? Wir wünschen Ihnen, dass Sie Ihr Zusammensein noch recht lange geniessen können!

Redaktion Briefkasten

Betreute Hotelferien

Ich habe letztes Jahr Ferien gemacht in einem Hotel in der Innerschweiz, war aber neben vielen ausländischen Gesellschaften die einzige Seniorin. Könnten Sie nicht in der Zeit-

mehr sehen ... mehr erleben ... Fröhlich Reisen

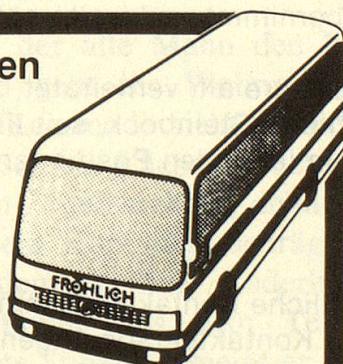
Rundreisen: Über 20 Reisen in fast alle Länder Europas. 4-16 Tage, Fr. 360.— bis 2750.— (alles inbegriffen, Vollpension). Laufend Abfahrten.

Aufenthaltsferien: 1 oder 2 Wochen, Vollpension, wöchentlich Abfahrten Porec/Jugoslawien, A- oder B-Hotel, direkt am Meer, Fr. 295.— bis 955.—. Saalbach/Oesterreich, ruhiges, gepflegtes A-Hotel Fr. 395 bis 860.—.

Kurzreisen: 2- und 3-Tages-Reisen in der Schweiz und Nachbarländer, Fr. 128.— bis 290.— (alles inbegriffen, Vollpension).

Verlangen Sie unseren illustrierten Reisekalender (gratis).

Beratung und Anmeldung direkt bei uns oder Ihrem Reisebüro.



FRÖHLICH REISEN

Fabrikstr. 50 8031 Zürich Tel. 01/42 22 22