

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 59 (1981)
Heft: 3

Rubrik: Pro Senectute intern

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>

Erlauben Sie uns folgende Antwort: Im Aprilheft fanden Sie auf S. 68/69 einen Beitrag über Luzerner Skiwanderleiter. Ferner stammen immer wieder Zuschriften in der Rubrik «Liebe Redaktion» und zur Leserumfrage aus Ihrem Kanton, allerdings sehen Sie das nicht, weil wir die Ortschaften meist nicht ausschreiben (zum Schutz der Leser!). Wir brachten eine grosse Reportage über das Altersturnfest, das Pflegeheim Eichhof und Pro Senectute im Kanton Luzern. «Nie» ist darum etwas übertrieben. Wir sind eine Zweimonatschrift für die ganze deutsche Schweiz. Ihr tägliches Lokalblatt, in welchem Sie Vieles über Ihre Region lesen, können wir darum nicht ersetzen. Wir wollen Altersinformationen und Anregungen für jedermann geben, unabhängig vom Wohnort. Uebrigens: eine Reportage über die Luzerner Werkstätten für Betagte ist vorgesehen. Wir hoffen, dass Sie uns verstehen.

Freundliches Echo

Genau auf meinen 75. Geburtstag traf «Die dritte Lebensrunde» als Trostpreis bei mir ein, und ich möchte mich dafür bestens bedanken. Es war eine richtige Geburtstagsüberraschung. Ich gebe mir immer alle Mühe, die Rätsel zu lösen. Vielleicht reicht es mir sogar einmal zu einem Goldvreneli! Aber so viel Glück hatte ich bis jetzt nie.

Frau H. G. in Z.

Liebe Frau G., der Zeitlupe-Chefredaktor löst seit Jahren Kreuzworträtsel und hat es bis jetzt nicht einmal zu einem Trostpreis gebracht . . .

Sie haben im letzten Heft meinen kleinen Artikel «Erinnerungen an Bern» veröffentlicht. Ich danke Ihnen herzlich. Sie haben mir Mut zum Schreiben gemacht — mit bald 87 Jahren hat man viele Höhen und Tiefen erlebt!

Frau M. D. in Bern

Auf eine Anfrage nach dem Gedicht «Der Winter» von Hebel erhielt ich über 70 Antworten. Bewegt und dankerfüllt möchte ich nun allen lieben Einsendern herzlich danken. (Allen, die das Gedicht von Hand abgeschrieben haben, sandte ich ein Dankbrieflein; es sind über 25!) Dass die Zeitlupe so viel Freundlichkeit und Wärme ausstrahlt, ist ein besonderes Geschenk. Nochmals tausend Dank!

Frau M. L. in D.

Redaktion Peter Rinderknecht

PRO SENECTUTE

INTERN

«Mir singed eis» erweitert und verbessert

Dieses Taschenliederbuch, 1972 erstmals von Pro Senectute Kanton Zürich herausgegeben, wurde seither volle 130 000mal gedruckt.



Nachtrag mit 77 zusätzlichen Liedern

Er kann separat gekauft und ins bestehende Ringbuch eingehängt werden. Preis Fr. 2.50.

Das komplette Liederbüchlein

zählt 160 Seiten mit jetzt 177 Liedern. Plastik-Ringbuch in Rot, Blau, Grün und Gelb. Preis Fr. 6.50.

Neu: Grossdruckausgabe

Buchstaben und Noten doppelt so gross wie bei der Taschenausgabe. Inhalt und Ausstattung aber genau gleich (177 Lieder). Dunkelblaues Plastik-Ringbuch. Preis Fr. 12.—.

Neu: Begleitheft

Ein Ringbuch mit den Noten für die Klavierbegleitung aller 177 Lieder. Olivfarbiges Plastik-Ringbuch. Preis Fr. 15.—.

Das Liederbüchlein «Es tönen die Lieder . . .»

Dieses Büchlein eignet sich speziell zum Mitnehmen auf Ausflüge. 127 Liedertexte, jedoch keine Noten. Einband Plastik dunkelgrün. Preis Fr. 3.—.

Für alle diese Bücher gibt es Mengenrabatte. Bestellungen an Pro Senectute Kanton Zürich, Postfach, 8032 Zürich, oder an alle Pro-Senectute-Stellen in der deutschen Schweiz.



Foto Verena Eggmann

150 Pro Senectute-Schaufenster

Vom 8. Mai bis etwa Mitte Juni ist in sämtlichen Filialen der Schweizerischen Kreditanstalt eine ungewöhnliche Schaufensterdekoration zu sehen. Drei grosse Farbtafeln zeigen unter den Titeln

- Lebenshilfe durch Beratung
- Aktivbleiben ist entscheidend
- Mannigfaltige Dienstleistungen

die wichtigsten Tätigkeitsgebiete von Pro Senectute. In jeder Schalterhalle stehen ausserdem Verteilboxen für die «Zeitlupe», die Prospekte «10 Tips zur Altersvorbereitung» und «Kennen Sie Pro Senectute?» sowie eine Adressliste des zuständigen Kantonalkomitees. Zur Vorbereitung dieser grosszügigen Public-Relations-Aktion plazierte die Bank in ihrer Kundenzeitschrift «SKA-Bulletin» vom April den dreiseitigen Artikel «Unterwegs zu einem neuen Altersbild» des Pro Senectute-Informationschefs. Die deutschsprachige Auflage dieses Organs beträgt 120 000, die französische 30 000 Exemplare.

Zur Ausstellung brachte die Bank ausserdem ein «Seniorenbrevier» heraus, in dem einerseits die Geldprobleme der Senioren behandelt werden, anderseits Pro Senectute Gastrecht erhielt für eine Selbstdarstellung, eine Liste von Altersbüchern und das Verzeichnis aller Beratungsstellen.

Besonders erfreulich an der Jubiläumsaktion der SKA: Unsere 75 Beratungsstellen «erben» anschliessend das gesamte Schaufenstermaterial, das sie für ihre eigene Werbung (z. B. zur Oktobersammlung) einsetzen können. Wir freuen uns, wenn viele Leser sich diese Schau noch selber ansehen.

Kostbares Gut.



Vieles wird als selbstverständlich hingenommen, was sorgsam behütet werden möchte: Gesundheit, erfüllte Hoffnungen, Lebensinhalt.

Wir kennen alle Möglichkeiten der Vorsorge für Ihre Angehörigen und Sie selbst.

Rentenanstalt



Wegweisend seit 1857. Alle Einzel- und Kollektiv-Versicherungen.

Schweizerische Lebensversicherungs- und Rentenanstalt.

Älteste und grösste Lebensversicherungs-Gesellschaft der Schweiz.

Hauptsitz:

8022 Zürich, General Guisan-Quai 40
Tel. 01 - 201 03 03

Generalagenturen in der ganzen Schweiz.

Für Sach-, Unfall- und Haftpflicht-versicherungen: Zusammenarbeit mit der Schweizerischen Mobiliar



Keystone-Press

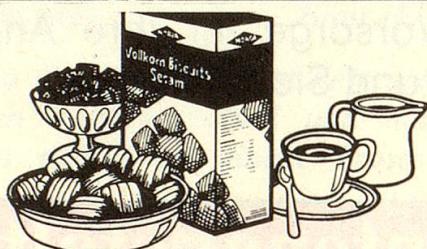
Zürich: Geburtstagsfeier für 1400 Jahrgänger 1901

Zum vierten Mal hatte Pro Senectute die 80-jährigen Zürcherinnen und Zürcher zur gemeinsamen Geburtstagsfeier eingeladen. Von den heute in der Stadt lebenden rund 3000 Personen, welche im Jahre 1901 geboren sind, fanden sich am 6. Mai nicht weniger als 1400 Personen im festlich geschmückten Kongresshaus ein. Am Programm, das grossen Beifall fand, wirkten mit: Heidi Abel als Moderatorin, alt Stadtpräsident Dr. Emil Landolt, das Trio Fritz Herdi, das Aspirantenspiel der Jugendmusik Zürich 11, der Kinderzirkus Robinson, Sir John und ein Seniorenchor. Pro Senectute ist es ein

besonderes Anliegen, den Jubilaren ein *gemeinsames* Erlebnis zu vermitteln und ihnen Gelegenheit zu neuen Kontakten und Freundschaften zu bieten. Eine speziell für die Jubilare geschaffene Geburtstagszeitung gibt ihnen Gelegenheit, die Initiative zu ergreifen und über kleine Anzeigen mit Menschen in Kontakt zu kommen, welche die gleichen Interessen haben. Die Idee dieser gemeinsamen Geburtstagsfeier ist vom ersten Mal an überaus positiv aufgenommen worden. Für Transportaufgaben stellte sich wiederum das Rote Kreuz, in Zusammenarbeit mit der Stadtpolizei und dem «Rettungs-Corps Schweiz» (RCS), zur Verfügung.

Über 60 Hostessen und Helfer, Rotkreuzhelfer und Pfadfinder der Gruppe «Jung Siegfried» Zürich sorgten dafür, dass sich die Geburtsgäste wohl fühlten. Dass die Geburtstagsparty im gewohnten festlichen Rahmen durchgeführt werden konnte, verdankte Pro Senectute der Grosszügigkeit des Kongresshauses und des Blumenhauses Durrer. Wie immer freuten sich die Gäste an den durch die Firma Polaroid ermöglichten Erinnerungsbildern.

Den 80jährigen, die nicht zur Feier kommen konnten, wird — wie den 90-, 95jährigen und Älteren — weiterhin individuell gratuliert.



Das gesunde Guetzli

Als Zwischenmahlzeit oder zu Kaffee und Tee passen Morga-Biskuits vorzüglich.

Lassen Sie sich nicht von Ihren süßen Wünschen abbringen, essen Sie einfach Morga-Guetzli. So zwischen-durch und Ihrer Gesundheit zuliebe. Das gesunde Morge-Guetzli besteht ausschliesslich aus naturreinen Rohstoffen, wie Vollkorn aus biologischem Anbau, Weizenkeimen, Honig, Rohrzucker, Vollsoja, Goldhirse und Sesam. Und da alle Stoffe in natürlicher Zusammensetzung enthalten sind, erhalten Morga-Guetzli Ihre Gesundheit.

Morga-Produkte finden Sie in über 400 Biona-Reformhäusern und Reformabteilungen in der ganzen Schweiz.

Dynamisch ernährt mit Morga.



MORGA AG - 9642 Ebnat-Kappel

Schlaflos?
Überreizt?
Nervös?

dann helfen.

Schlaf-Nerven Tropfen Nr. 8

Heilmittel aus altbewährten Arzneipflanzen

In Apotheken und
Drogerien

BIO-STRATH®



20 Basler Mittagsclubs jubilieren

Im April 1971 wurden in Basel die ersten beiden Mittagsclubs der Schweiz gegründet. Die Idee, gemeinsam zu essen und dann auch zum Singen, Spielen, Plaudern oder zu einem kleinen Unterhaltungsprogramm gemütlich zusammenzubleiben, erwies sich als Volltreffer. So sind aus den zweien inzwischen allein im Kanton Basel-Stadt 20 Clubs mit rund 1000 regelmässigen Gästen geworden. 9 von ihnen sind über 90jährig, 41 unter 60 Jahren. Die Gruppe der 70—79jährigen stellt die Hälfte der Teilnehmer, aber auch die 80—84jährigen sind mit 260 Personen stark vertreten. Nur etwa 100 Gäste sind Männer; 826 Frauen sind alleinstehend. In diesen Jahren wurden 238 700 Essen von den freiwilligen Helferinnen ausgegeben! Von Basel-Stadt aus verbreitete sich die von Pro Senectute geförderte, hochgeschätzte Einrichtung in die ganze Schweiz.

Die Basler «Arbeitsgemeinschaft Mittagsclub» veranstaltete am 14. Mai eine glänzend gelungene Jubiläumsfahrt mit allen Gästen in einem SBB-Extrazug in die Innerschweiz.

Schaffhauser Museumsführungen

Die Tradition der Museumsbesuche wird fortgesetzt. Kürzlich führte Frau Dr. Sigerist wiederum zwei grosse Gruppen durchs Museum Allerheiligen. Sie verstand es, Zusammenhänge aufzuzeigen, die «ungeschulte» Betrachter leicht übersehen. So wies sie z. B. auf die

sich wandelnde Stellung der Frau im Aeusseren und im Gehaben in verschiedenen Epochen hin. Besonders erfreulich: die Teilnahme einer Gruppe aus dem Pflegeheim mit ihren Betreuerinnen. Anschliessend folgte ein lebhafter Kaffeeklatsch im Alterstreffpunkt.

Rheintaler Kinder malten Ostereier

Die «Dorf-Chäsi» in Widnau veranstaltete einen Osterei-Malwettbewerb für Schüler. Die schönsten und originellsten Werke wurden durch Spielwaren-Gutscheine und Schoggihäsen belohnt. Die Eier wurden für je 2 Franken verkauft. Der Erlös ging voll an Pro Senectute im Rheintal. Die gute Idee sei zur Nachahmung empfohlen! Uebrigens: nächstes Jahr gibt es wieder einen Malwettbewerb.

Frauenfeld: «Aktion P» sucht Arbeitswillige

Die 1980 in Frauenfeld eingeführte «Aktion P» entspricht einem Bedürfnis. Die Nachfrage nach Aushilfen für Garten-, Flick- und Putzarbeiten oder zum Kinderbetreuen ist sehr gross. Dagegen fehlt es noch an Leuten, die gern etwas Teilzeitarbeit leisten möchten. Der Leiter, Dr. Lammer, freut sich darum über jede Anmeldung. Viele könnten hier die Genugtuung erleben, noch gebraucht zu werden, und einen willkommenen Zustupf verdienen.

Redaktion Peter Rinderknecht

Nur wenige Menschen

sind in der glücklichen Lage, dem persönlichen Stress entsprechend, genügend Ausgleichssport zu betreiben, wie: Schwimmen, Turnen, Jogging usw. Ein grosser Prozentsatz kann sich aus «Pflichtdruck» nicht vor Raubbau schützen und am häufigsten sind es körperliche, gesundheitliche Behinderungen, die ein Anti-Training ausschliessen.

Der in Deutschland praktizierende, staatlich anerkannte Naturheilarzt Alfred J. Bierach bringt mit diesem Buch jedem Interessierten fundiertes Wissen der Reflexmassage. Die Darstellung in Wort und Bild ist so allgemeinverständlich, dass es den Leser förmlich zieht, zu den Füssen zu greifen um Selbsthilfe an sich zu praktizieren.

Sichern Sie sich ein Exemplar der ersten Druckausgabe, senden Sie den Bon sofort an:

EURO-Versand, Landstrasse, 8116 Würenlos

(kein Ladenverkauf)

Senden Sie mir: _____ Exemplar «Zurück zur Gesundheit» à Fr. 25.—.

- erwarte Nachnahmezustellung à Fr. 25.— je Buch + N.N.-Gebühr.
- wünsche Lieferung mit Rechnung. Zahle nach Erhalt Fr. 25.— je Buch.
- lege je Buch Fr. 20.— in bar/Check dieser Bestellung im Umschlag bei.

Meine Adresse: Name + Vorname, Strasse + Nr., PLZ + Wohnort.

