

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 63 (1985)  
**Heft:** 5

**Rubrik:** Mosaik

#### **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**

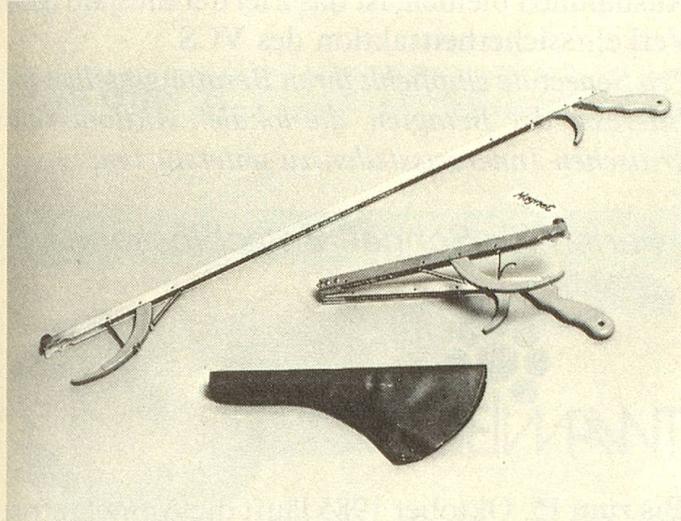
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 16.02.2026

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

# MOSAIK

## Greifzange «Helping Hand»



Die «Helfende Hand» ist eine der vielseitigsten Hilfen im Alltag. Die Greiföffnung ist so gross, um einen Schuh, Zeitungen, Bücher und viele andere Gegenstände zu erfassen und zu sich zu bringen. Mit einiger Übung und Geschicklichkeit lässt sich auch ein Lichtschalter betätigen oder ein Vorhang auf- oder zuziehen usw. Der Magnet am Ende des Schaftes nimmt Nadeln, Büroklammern, Schrauben, Nägel und weitere Gegenstände aus Metall auf.

Die «Helfende Hand» ist solide gebaut aus Aluminium, dennoch sollte man ihr keine Schweregewichtsprobleme zumuten.

Es gibt drei verschiedene Ausführungen:

Normalmodell 67 cm lang Fr. 23.–

Langmodell 82 cm lang Fr. 25.–

Faltmodell 60 cm lang Fr. 30.–

Hinzu kommen die Porto- und Verpackungskosten.

Diese praktische Greifzange erhalten Sie bei der Schweizerischen Rheumaliga, Renggerstr. 71, Postfach, 8038 Zürich, Tel. 01/482 56 00, oder bei der Rheumaliga Ihres Wohnkantons. Elsbeth Frei

Die Rheumaliga möchte sich bei allen Lesern ganz herzlich bedanken für die Aufmerksamkeit und das Interesse an unseren Hilfsmitteln. Wir freuen uns, Sie weiterhin im «Mosaik» auf die vielen praktischen Hilfen für den Haushalt und das tägliche Leben aufmerksam zu machen. Die

aufgeführte «Statistik» gibt Aufschluss über die vielen positiven Kontakte, die wir mit Ihnen auf Grund dieser Publikation hatten:

### Eingegangene Bestellungen von Dezember 1984 bis Juni 1985

|                           |           |
|---------------------------|-----------|
| Wäscheklammern «Bären»    | 90 Pakete |
| Kehr- und Wischgarnitur   | 20 Stück  |
| Wäschestössel «Zack-Zack» | 270 Stück |
| Klammergabel              | 5 Stück   |

## Eisenbahn – Vorbild und Modell an der Muba 86

Im Einvernehmen mit der Generaldirektion SBB und den Transportanstalten des Regional- und Nahverkehrs wird die Schweizer Mustermesse vom 8. bis 17. März 1986 die dritte grosse Eisenbahn-, Modellbahn- und Modellbau-Ausstellung in Basel durchführen. Im Zentrum der grossen Schau werden das Projekt «Bahn 2000» sowie der öffentliche Nah- und Regionalverkehr stehen. Hier hat ja gerade die Region Basel originelle und zukunftsweisende Lösungen gefunden. Neben der Grossstraktion (Originale von Lokomotiven, Personen- und Güterwagen) werden die Modell- und Anlagenbauer an der Ausstellung zum Zuge kommen.

Die Verbindung der Eisenbahn-Ausstellung mit der Muba, mit der sie zeitlich genau parallel läuft, wird zweifellos der Ausstellung «Eisenbahn – Vorbild und Modell 86» ein besonderes Interesse und einen grossen allgemeinen Besucherzustrom bringen.

*Besitzer und Erbauer von originellen Modellen, Dioramen und betriebsfähigen Anlagen sind jetzt schon gebeten, sich mit der Ausstellungsleitung «Eisenbahn – Vorbild und Modell 86», c/o Schweizer Mustermesse, Postfach, CH-4021 Basel, Telefon 061 / 26 20 20, in Verbindung zu setzen.*

## Wie können Heizkosten kontrolliert werden?

Die strenge Kälte des vergangenen Winters wird bei vielen Mietern zu einer unerfreulichen Überraschung führen, denn die monatlichen Anzahlungen sind nur für einen durchschnittlichen Energieverbrauch berechnet. In der Heizkostenabrechnung müssen alle Kosten, die auf den Mieter abgewälzt werden, separat aufgeführt werden. Zum Brennstoffverbrauch gemäss Zähler kommen die Stromkosten für Brenner und

Umwälzpumpe. Die Bedienung der Heizung pro Monat kostet etwa Fr. 20.–, die Verwaltung zwei bis drei Prozent der Gesamtrechnung. Dem Mieter dürfen auch der Servicevertrag für den Öl brenner, der Kaminfeger und die Tankversicherung berechnet werden. Die Einsicht in alle Rechnungen muss gewährleistet sein. Die Heizkosten werden für das ganze Haus berechnet, die Aufteilung auf die einzelnen Wohnungen erfolgt nach einem von einer Installationsfirma berechneten Schlüssel oder nach Kubikinhalt der beheizten Räume. Bezahlten muss der Mieter die Rechnung nur, wenn die Kosten nicht im Mietzins inbegriffen sind.

*Ein umfassendes Merkblatt über «Nebenkosten und Heizabrechnung» kann beim Schweizerischen Mieterverband (Weisse Gasse 15, 4051 Basel) für Fr. 5.– bezogen werden. Auch die örtlichen Mieterverbände werden den Mieterinnen und Mietern bei der Kontrolle behilflich sein.*

### VCS-Aktion «Fussgängerfreundlich»:



Foto VCS

Stellen Sie sich vor, Sie stehen am Trottoirrand und wollen die Strasse überqueren. Sie schauen nach links, der herannahende Autofahrer hält vor dem Fussgängerstreifen. Fussgängerfreundlich! Ein Blick nach rechts gibt Ihnen die Gewissheit, auch die Lenkerin aus der Gegenrichtung beachtet Ihr Vortrittsrecht. Fussgängerfreundlich!

Stellen Sie sich vor, Sie fahren mit mässiger Geschwindigkeit und Bremsbereitschaft auf einen

Fussgängerstreifen zu. Sie erwarten, dass der Fussgänger am Trottoirrand Sie anschaut. Blickkontakt. Sie halten an. Fussgängerfreundlich! Dank der Schutzzinsel in der Mitte besteht keine Gefahr, dass der Fussgänger direkt vor ein entgegenkommendes Fahrzeug gerät. Auch der Übergang ist fussgängerfreundlich!

Dass solche Szenen im schweizerischen Verkehrsalltag zur Regel werden und nicht länger Ausnahmen bleiben, ist das Ziel der diesjährigen Verkehrssicherheitsaktion des VCS.

*Pro Senectute empfiehlt ihren Beratungsstellen im Interesse der Betagten, die lokalen Aktionen an kritischen Innerortsstellen zu unterstützen.*

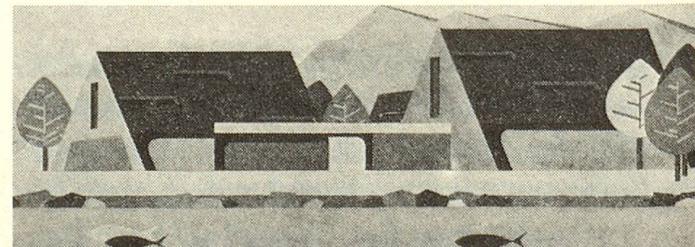
### Ferien für Schnell-Entschlossene



Bis zum 15. Oktober 1985 läuft die Anmeldefrist für den beliebten spätherbstlichen Turn- und Gymnastikkurs für Senioren auf dem Twannberg. Die sportliche Woche wird vom 10.–16. November durchgeführt. Wie immer kann man nach Lust und Laune an Turnstunden, Wassergymnastik, Plauschspielen, Spaziergängen und Unterhaltungsabenden teilnehmen. Die Kosten pro Person betragen Fr. 390.– für Einzelzimmer, Fr. 330.– für ein Doppelzimmer, ein Dreierzimmer kostet Fr. 270.– und ein Viererzimmer Fr. 240.–. Für allfällige Kostenbeiträge wende man sich an die jeweilige kantonale Geschäftsstelle von Pro Senectute.

*Auskunft und Anmeldung: Feriendorf Twannberg, 2516 Twannberg, Tel. 032/85 21 85*

### Kurs für Senioren im Gwatt



Unter dem Motto «Lebendiges Altern» bietet die Reformierte Heimstätte Gwatt am Thunersee in Zukunft regelmässig Kurswochen für Senioren an.

Die erste Woche findet vom 1. bis 6. Dezember

1985 statt und dient der **Begegnung mit der jungen Generation**. Stichworte aus dem Programm sind: Die Lebensphasen des Menschen – Ja sagen zum Wandel – Was können die Generationen voneinander lernen?

*Kosten für Unterkunft, Verpflegung und Kursgeld: Fr. 400.– im Einzelzimmer, Fr. 350.– im Zweierzimmer. Weitere Information und Anmeldung: Reformierte Heimstätte, 3645 Gwatt, Telefon 033/36 31 31.*

## Die Gitarre



Urformen der Gitarre oder Kithara gab es um 2500 vor Chr. bereits in Mesopotamien und Ägypten, um 1900 v. Chr. in Babylon, und siebenhundert Jahre später wurden gitarrenähnliche Instrumente in Anatolien gezupft und auch gestrichen. Nahe verwandt der Laute, blieb die Gitarre während langer Zeit das Lieblingsinstrument der Araber. Die Mauren brachten sie denn auch nach Spanien und von dort nach Unteritalien. Aus Ägypten soll sie nach Venedig gekommen sein und auf den damaligen Handelsrouten den Weg in die Provence gefunden haben. Im Gegensatz zur Laute hat die Gitarre einen flachen Schallkasten. Zu einem reinen Zupfinstrument entwickelte sie sich erst im Laufe der Jahrhunderte. Die Saiten sind an der Vorderseite, ohne Saitenhalter, mit einem Querriegel befestigt. Die vier höher gestimmten waren früher immer Darmsaiten, die tieferen wurden aus Seide angefertigt und mit Metallfäden übersponnen. Die kostspieligen Saiten wurden erst viel später durch Metallsaiten ersetzt.

Die verschiedenen Abarten der Gitarre, Bogen- und Klaviergitarren, konnten sich nie richtig durchsetzen, und auch die Flügelgitarre, die ein Instrumentenmacher in Nürnberg anfertigte und die sieben Saiten mehr besaß als eine gewöhnliche Gitarre, blieb ein Unikum. Es dauerte

überhaupt lange, bis die Gitarre in Deutschland richtig Fuß fasste; als Herzogin Amalie von Weimar um 1788 das Instrument bevorzugte, hatte das Spiel fast Neugkeitswert. In Italien allerdings war das Zupfinstrument so beliebt, dass sogar der berühmte Geigenbauer Stradivari zwei Gitarren anfertigte.

Seit eh und je galt die Gitarre besonders als Begleitinstrument für Liedersänger. Mit wenigen gezupften Klängen wird die Gesangsmelodie untermauert und verstärkt. Eigene solistische Literatur gab es im 16. und 17. Jahrhundert. Ganz selten wurde die Gitarre als Orchesterinstrument eingesetzt.

Gluck soll vorzüglich Gitarre gespielt haben, ebenso Berlioz; Paganini nahm das Instrument auf Reisen mit, Schubert schätzte die «Klampfn», und die Wiener Schrammelmusik ist ohne sie nicht denkbar. Tief betroffen über den Tod des Komponisten Debussy, veröffentlichte Manuel de Falla in der «Revue musicale» ein Gitarrestück «Hommage à Debussy». In England trat Mitte des 19. Jahrhunderts die berühmte Gitarristin Sidney Pratten erfolgreich auf, und in unserer Zeit beeindruckte das meisterhafte Spiel des Spaniers Andres Segovia. Breiteste Bevölkerungskreise begannen, sich für Gitarren zu interessieren, so dass das amerikanische Versandhaus Sears and Roebuck preiswerte Instrumente anbieten konnte. Und seit Rock- und Popsänger gitarrezupfend vor dem Mikrophon stehen bzw. sich verrenken, ist der Siegeszug nicht aufzuhalten. Einst hat der Flamenco-Gitarrenbauer Vicente Arias anstatt Zypressen-Ahornholz verwendet, heute wird eher gefragt, ob elektrisch oder «handbetrieben».

Ins 13. Jahrhundert gehört die Darstellung des Instrumentes in den «Mariengesängen» Alfons des Weisen, und ein Maler unserer Zeit – Juan Gris – verehrte die Gitarre auf seine Weise: Er schuf das Stilleben «Gitarren ohne Wirbalkästen».

## Rondell

Verflossen ist das Gold der Tage,  
Des Abends braun und blaue Farben:  
Des Hirten sanfte Flöten starben,  
Des Abends blau und braune Farben;  
Verflossen ist das Gold der Tage.

*Georg Trakl*

*Redaktion Elisabeth Schütt*