

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 63 (1985)  
**Heft:** 1

**Buchbesprechung:** Für Sie gelesen

**Autor:** [s.n.]

#### 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

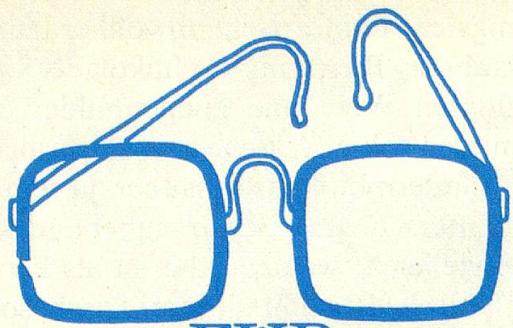
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 09.01.2026

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



## FÜR SIE GELESEN

Jean Ryniker/  
Fernand Rausser

### **Unsere Eidgenossenschaft**

(Mondo-Verlag,  
192 S., Fr. 41.—

oder mit 500 Mondo-  
Punkten zu Fr. 16.50 direkt beim Mondo-  
Verlag, 1800 Vevey, bestellen)

Ob Jungbürger oder erfahrener Abstimmungs- teilnehmer – jeder Schweizer und jede Schweizerin dürfte in diesem ebenso leichtverständlichen wie fotografisch hervorragend illustrierten Band eine Fülle von Informationen finden zum Thema «Wer macht was wann wo wie in Bern?» Ange- sichts einer gewissen Verdrossenheit vieler Schweizer über «die in Bern» ist die Idee sicher zu begrüßen, einen altgedienten Bundeshaus- journalisten über das Funktionieren unseres Staates schreiben zu lassen. Er tut das sehr anschaulich und unterhaltend, stellt auch die sieben Departemente so klar vor, dass der Leser viel Neues erfährt. Der Fotograf steuerte einen ebenso umfangreichen, originellen Bildteil bei. Insgesamt eine wertvolle Staatsbürgerkunde – auch für Senioren.

Rk

Marianne Vontobel

### **Hausmittelchen Bd. III**

(Malvo-Verlag, 200 S., Fr. 19.80)

Wer seinen Pflanzen Gutes tun, sie vor Schädlin- gen bewahren oder davon befreien möchte, der findet mit grösster Wahrscheinlichkeit hier den richtigen Tip. Wer gerne Bescheid wüsste, welche Pflanzen sich gut vertragen, sich gegenseitig zum Blühen, Wachsen und zu besserem Ertrag anspornen, sucht ebenfalls nicht erfolglos. Aber man erfährt auch, welche Pflanzen sich nicht



ausstehen können und verärgert eingehen, wenn sie nebeneinander gesetzt werden. Das Erfreulichste bei all den vielen nützlichen Tips: Man braucht wenig, ja oft fast gar nichts – und vor allem nichts Schädliches – anzuwenden. Wie seine beiden Vorgänger, die sich mit Tips und Kniffen für Haushalt und Küche befassten, wird das handliche Büchlein bald zum unentbehrlichen Nachschlagewerk.

es

Ein Ratgeber  
aus der Beobachter-Praxis



Peter Stein,  
Josef Rennhard  
**Unfall, was nun?**  
(Beobachter-Verlag,  
248 S., Fr. 21.—)

Dieser Beobachter-Ratgeber – entstanden aus der umfangreichen Beratungspraxis der weitverbreiteten Zeitschrift – gibt anhand vieler Beispiele aus dem Alltag Auskunft über die komplizierten Gebiete der Sozialversicherung und der Haftpflicht. AHV, IV, Unfallversicherung, Pensionskassen, Heilungskosten, Schadenersatz usw. werden eingehend behandelt. Interessierte Laien werden viel Neues erfahren, Fachleute mit beratenden Aufgaben erhalten einen gutfundierten Überblick über die zahlreichen Institutionen und ihr Funktionieren. Ein Anhang mit zahlreichen einschlägigen Adressen und ein Stichwortverzeichnis erhöhen den Gebrauchswert des nützlichen Buches.

Rk.

Guido Kolb  
**Die Mai-Käfer-Andacht**  
(NZN-Buchverlag, 128 S., Fr. 19.80)

Ein bisschen wird der Leser an «Max und Moritz» erinnert, wenn er die lustige Geschichte von der Mai-Käfer-Andacht liest, doch war Guido Kolb ein richtiger Rheintalerlausbug und kein Bösewicht. Nicht nur die Maikäfer-Geschichte liest sich vergnüglich, auch die anderen Jugendstreiche des kleinen Ministranten sind ergötzlich und unterhaltend. Ein wenig ernster wird es, wenn sich im zweiten Teil Guido Kolb an kleine Begebenheiten aus seiner Pfarrei in Zürich-Aussersihl erinnert. Und zum dritten Teil, den Reisenotizen, lässt sich nur sagen: «Wenn einer eine Reise tut, so kann er was erzählen.» Guido Kolb

ist ein leidenschaftlicher «Reisender», der über Zwischenfälle und kleine Missgeschicke, wie sie zu jeder Reise gehören, schmunzeln kann. Wer nicht selber lesen mag, kann sich die kurzen Kapitel auch vorlesen lassen.

es

Dr. med. J.-M. Pieyre  
**Liebling, Dein Schnarchen ...!**  
(Gemsberg-Verlag,  
107 S., Fr. 24.—)



Schnarchen ist ein weitverbreitetes Übel, das die verschiedensten Ursachen haben kann, das nicht nur für den Betroffenen, sondern auch für den BettNachbarn (oder eher für die -nachbarin) unangenehm ist. Wer kann schlafen, wenn neben ihm (oder ihr) ganze Baumstämme zersägt werden! Männer, so erfahren wir, sind den Frauen auf dem Gebiet des Schnarchens weit voraus, und mit zunehmendem Alter und zunehmendem Körpergewicht nimmt auch das Schnarchen zu. Doch der Autor zählt nicht nur auf, wer schnarcht, er bemüht sich ebenso, die Möglichkeiten aufzuzählen, wie Abhilfe geschaffen werden kann. Schnarcher und Nicht-Schnarcher erfahren sehr viel Wissenswertes über den Schlaf, die Schlafgewohnheiten und wie sie zu verbessern sind, um des Schnarchens Herr zu werden.

es

Heinz Waser  
**Mitten im Heute**  
(Verlag Meili, 122 S., Fr. 22.80)

41 Jahre lang war Heinz Waser Pfarrer, die letzten 22 Jahre an der Schaffhauser St. Johann-Kirche. Die oft kritisierte Einmann-Darbietung des Theologen brachte ihn auf eine gute Idee. Er hielt Thema-Predigten in der Kirche und lud anschliessend Zuhörer und Fachleute in den «Kronenhof» zu einer Diskussion. Es kam zu lebendigen Aussprachen, zu Zustimmung, Ergänzungen und Widerspruch. Das macht dieses Buch zu einer interessanten Lektüre. Zu den grossen Gebieten «Glauben, Kirche und Politik, Lebensnöte, Aktuelles und Zeitloses» hat der Autor zwanzig Predigten ausgewählt und sie samt der Diskussion hier wiedergegeben. Es finden sich dabei auch so aktuelle Themen wie: Wahrheit am

## Bestellcoupon

ZL 185

Einsenden an: «Zeitlupe», Postfach, 8027 Zürich

- |   |           |
|---|-----------|
| — Ex. Jean Ryniker / Fernand Rausser<br>Unsere Eidgenossenschaft    | Fr. 41.—  |
| — Ex. Marianne Vontobel<br>Hausmittelchen Bd. III                   | Fr. 19.80 |
| — Ex. Peter Stein, Josef Rennhard<br>Unfall, was nun?               | Fr. 21.—  |
| — Ex. Guido Kolb<br>Die Mai-Käfer-Andacht                           | Fr. 19.80 |
| — Ex. Dr. med. Jean-Michel Pieyre<br>Liebling, Dein Schnarchen ...! | Fr. 24.—  |
| — Ex. Heinz Waser<br>Mitten im Heute                                | Fr. 22.80 |
| — Ex. Urs-Peter Oberlin<br>Glücklich leben im Ruhestand             | Fr. 29.—  |

### (Keine Ansichtssendungen)

Frau / Frl. / Herrn

Vorname

Strasse / Nr.

PLZ / Ort

Die Auslieferung erfolgt durch  
**Impressum Buchservice Dietikon**

Krankenbett; Wann sind wir alt?; Lebensverlängerung um jeden Preis?; Die zurückbleiben; Wo sind unsere Toten?, die besonders ältere Leser ansprechen dürften.

Rk.

Urs-Peter Oberlin

**Glücklich leben im Ruhestand**  
(Ariston Verlag, S. 173, Fr. 29.—)

Gerontologen raten bereits Fünfzig- bis Fünfundfünfzigjährigen, den dritten Lebensabschnitt realitätsgerecht und positiv zu planen. Dabei gibt es keine Patentrezepte. Urs-Peter Oberlin will jedoch mit seinem nützlichen Handbuch mithelfen, den schwierigen Prozess des Älterwerdens zu bewältigen. Die Pensionierung soll nicht als Schock erlebt werden, sondern sie soll ein Anlass zur Entfaltung der «zweiten Persönlichkeit» sein. Da der neue Lebensabschnitt Veränderungen im körperlichen, seelischen, geistigen, wirtschaftlichen und sozialen Bereich mit sich bringt, muss der Pensionierte seine Möglichkeiten, Bedürfnisse, aber auch Schwächen kennen. Dabei ist ihm das Buch ein wertvoller Wegweiser für ein erfülltes und glückliches Leben im Ruhestand und im Alter. M. S.