

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 65 (1987)  
**Heft:** 2

## Werbung

### 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

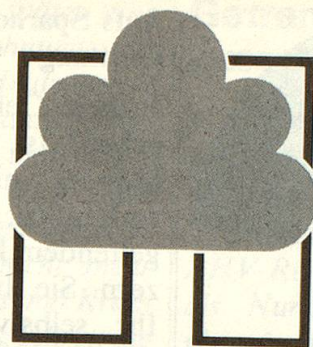
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 03.04.2026

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



**AKTIVES  
ALTER**

## **4. Schweizerische Senioren-Messe**

**5.-9. Mai 1987, 9-18 Uhr  
Züspa-Gelände Zürich**

Hallen 2 und 3  
vis-à-vis Hallenstadion

Die 4. Senioren-Messe hat sich ein hohes Ziel gesteckt: Sie will Menschen, die im dritten Abschnitt ihres Lebens stehen, Denkanstösse geben. Sie anregen, ihren Alltag aktiv zu gestalten. Denn Lebensfreude ist keine Frage des Alters. Die Messe sucht nach Antworten, wie der Lebensabend bewusst, erfüllt und erlebnisreich gelebt werden kann. So gehen Rahmenprogramm und Angebot auf Ihre Bedürfnisse ein. Picken Sie aus den 56 Vorträgen, Tests, Vorführungen, Gruppenübungen usw. die Aktivitäten heraus, die Ihren Wünschen nachkommen. Lassen Sie sich zuhause in Ruhe inspirieren. Jede Lebensphase hat ihre Zeit; Schönheiten und Eigenheiten. Um beides sollte man wissen. Die Senioren-Messe versucht diese Dualität zu vermitteln. Kommen Sie! Machen Sie mit, hören Sie zu! Die Messe kann Ihnen viel geben.

### **Aktive Senioren machen mit**

Man ist nur so alt, wie man sich fühlt. Und Mitmachen erhält jung. Unsere Lebenselexiere: Turnen für jedermann, Schaukochen, Offenes Singen, Gespräche... und viel Information.

### **Gesundheit**

Gesundheit ist unser wertvollstes Gut. Kompetente Referenten berichten aus erster Hand über die neuesten Erkenntnisse. ZB.: Gelenkschutz, Medikamente und vieles mehr.

### **Medizinische Gratistests**

Sie können täglich an folgenden Tests teilnehmen: Blutdruckmessung, Blutzuckerbestimmung, Darmkrebstest. Für die Frauen: Vorsorgeuntersuchung der Brust.

### **Modeschau**

Chicce und adrette Modelle werden vorgeführt. Kleider, die jeder Frau zu Gesicht stehen.

### **Ernährung**

Essen hält Leib und Seele zusammen. Aber die Ernährung im Alter stellt besondere Anforderungen. Ernährungsberaterinnen informieren Sie ausführlich und verraten Tips und Tricks für gesundes Kochen.

### **Restaurant**

...und knurrt der Magen, ab ins Restaurant. Auf der Speisekarte finden Sie eine reiche Auswahl zu vernünftigen Preisen. Jetzt schon: En Guete!

### **Gutscheinheft**

Jeder Besucher erhält ein Gutscheinheft geschenkt. Die Gutscheine berechtigen zu verschiedenen Vergünstigungen und kleinen Präsenten.

**Verlangen Sie das ausführliche Programm.**

### **Eintritt**

Tageskarte Fr. 6.-  
(für AHV-Bezüger Fr. 4.-)

Dauerkarte Fr. 10.-

Im Eintrittspreis ist der Zutritt zu allen Veranstaltungen eingeschlossen.

Organisation:

Mediag  
Messe-Dienst AG  
Postfach 757  
8037 Zürich  
Telefon 01 362 23 00  
Während der  
Senioren-Messe:  
Telefon 01 311 39 44



*Bewusst auf die  
Gesundheit achten:  
Die eigene und die  
der Umwelt.  
Gesundes Leben ist  
aktives Leben.*