

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 67 (1989)
Heft: 4

Rubrik: Sie fragen - wir antworten

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: 06.02.2026

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



Reise-Tips

«Guten Tag Frau Huber, womit darf ich Ihnen heute dienen?»

«Grüss Gott Herr Keller. Sie haben mich das letzte Mal mit dem Reisefieber angesteckt. Erinnern Sie sich noch? Von Australien war die Rede. Ich habe eine Tochter dort und eine Schulfreundin in den USA. Beide haben mir schon oft geschrieben, ich solle sie doch einmal besuchen. Ich habe dankend abgesagt, das sei für mich viel zu teuer. Jetzt haben Sie mich richtig gluschtig gemacht.»

«Reisen gehört zu den wenigen Dingen, die im Laufe der Zeit nicht teurer, sondern billiger geworden sind. Zudem haben viele Banken besondere Sparpläne, mit denen man sich fast schmerzlos die tollsten Anschaffungen oder Reisen ansparen kann.»

«Davon hab' ich schon gehört. Aber bis ich das Geld beisammen habe, bin ich wohl zu alt, um eine

solche Reise zu geniessen. Hätte ich doch nur schon früher daran gedacht ...!»

«Sie haben einen komfortabel gefüllten Sparhafen und eine AHV- und Pensionskassenrente, die beide in gesunden und kranken Tagen weiterfliessen. Diese reichen für Ihren Lebensunterhalt und gestatten Ihnen erst noch, etwas auf die hohe Kante zu legen. Warum nicht jetzt geniessen und nachher sparen?»

«Aber Herr Keller, das wäre nicht fair meinen Kindern gegenüber!»

«Sie haben ein Leben lang hart gearbeitet und sparsam gelebt und allen Ihren Kindern eine hervorragende Ausbildung ermöglicht. Das ist das allerbeste Erbe, das Sie ihnen geben konnten. Da dürfen Sie jetzt das Leben bedenkenlos ein wenig geniessen, solange es noch Zeit dazu ist.»

«Wirklich?»

«Ja, – wirklich. Machen Sie sich ans Planen und kommen Sie wieder vorbei. Dann werde ich Ihnen beim Aufstellen eines Reisebudgets behilflich sein.»

«Vielen Dank, Herr Keller. Sie wissen gar nicht, wie sehr ich mich darauf freue.» *Emil Gwalter*

Sie fragen – wir antworten

In dieser Rubrik beantworten Fachleute Fragen von Abonnenten, die auch für andere Leser von Interesse sind. Dieser Leserdienst ist für Sie unentgeltlich.

(Für Auskünfte, die nicht publiziert werden, wird ein Unkostenbeitrag erhoben.)

Ärztlicher Ratgeber

Magenbeschwerden – rohe Kartoffeln

Eine Bekannte von mir hat seit etwa vier Jahren Magenbeschwerden. Man hat ihr den Rat gegeben, eine rohe Kartoffel zu raffeln und diese während zwei Monaten auf nüchternen Magen zu essen und jeden Tag einen Wermuttee zu trinken. Nun habe ich aber gehört, dass Kartoffeln Gift enthalten. Wie steht es damit? *Frau E. A. in L.*

Seit jeher wird rohen Kartoffeln eine heilende Wirkung bei allerlei Magenbeschwerden nachgesagt. Heute wird meistens der Presssaft verwendet, der bereits trinkbereit gekauft werden kann. Idealerweise sollte dieser morgens auf nüchternen Magen und über längere Zeit getrunken werden. Das von Ihnen erwähnte Gift in der Kartoffel ist mir allerdings nicht bekannt, lediglich die grüne Staude und am Licht ergrünte Knollen enthalten einen Giftstoff.

Was den Wermuttee anbelangt, so kann hingegen der Genuss grösserer Mengen eindeutig schädigende Wirkung zeigen. Eine Tasse Wermuttee schluckweise im Laufe des Tages getrun-

Was heisst für die christliche Gemeinde heute:

Glauben bekennen und leben?

34. Bibelkurs des Bibelkreises Konolfingen. Thema:

Das apostolische Glaubensbekenntnis heute.

30. Sept.–7. Okt. 1989 im Schlegeli, Adelboden. Referent: Pfr. P. Wyss, Bolligen.

Nähere Auskunft:
Frau E. Debrunner, Viktoria-
rain 11, 3013 Bern,
Tel. (031) 42 42 54

Besser hören, besser verstehen.

«Gut verstehen» auch bei Hintergrundlärm ist unser Ziel bei jeder Hörgeräteanpassung. Hören Sie selbst, was wir darunter verstehen.



INSTITUT FÜR HÖRGERÄTETECHNIK

ALFRED G. CONSTAM, dipl. Ing. ETH SIA

Schneckenmannstr. 17, ☐, 8044 Zürich,
Tel. 01-251 08 66, Hörgeräteanpassung
Tramhaltestelle Kirche Fluntern
Vertragslieferant IV, AHV, SUVA, EMV
Sprechstunden nach Vereinbarung

ken, ist aber sicher eine wertvolle Ergänzung einer natürlichen Behandlung von Magenbeschwerden. Leider haben gerade diese einfachen und billigen Heilmittel – wie übrigens auch die verschiedenen Magenschondiäten – in den letzten Jahren stark an Bedeutung verloren.

Elektrische Wärmdecke

Ich leide an Arthrose, bin 78 Jahre alt, meine Nerven sind ziemlich strapaziert. Nun erhielt ich an Weihnachten eine elektrische Wärmdecke geschenkt. Ist es nur Einbildung oder ist es möglich, dass ich mich wegen dieser Decke jeden Morgen wie «erschlagen» fühle? (Ich legte die Decke unter das Leintuch, sie stellte automatisch ab.) Nachdem ich die Decke nach einigen Tagen wieder entfernt hatte, ging es mir besser.

Frau A. R. in B.

Ihre Beobachtung mit der Wärmdecke im Bett hat nichts mit Einbildung zu tun, sondern entspricht einer allgemeinen Erfahrung. Obwohl jeder sein individuelles Bettklima braucht, ist ein zu warmes Bett oder ein überheizter oder schlecht gelüfteter Schlafraum dem erholsamen Schlaf ebenso wenig förderlich wie ein heisses Bad vor dem Zubettgehen. Ihre strapazierten Nerven werden dadurch vermutlich noch mehr gereizt, was Ihre Abgeschlagenheit erklärt. Versuchen Sie es doch lieber mit der altbewährten Bettflasche, die Sie während der Nacht erst noch mühelos aus dem Bett entfernen können. Dr. med. Peter Kohler

Senden Sie Ihre Fragen an den AHV-Fachmann, den Juristen oder den Arzt an:

«Zeitlupe»

**Sie fragen – wir antworten
Postfach, 8027 Zürich**


**PRO
SENECTUTE**

Aktuell

In unserer Rubrik «Pro Senectute aktuell» wollen wir neben unseren älteren Lesern auch Personen ansprechen, die sich für Altersfragen interessieren oder mit älteren Menschen zusammenarbeiten.

Redaktion «Zeitlupe»

Traditionelle Geburtstagsfeier für die 80jährigen

Bereits zum 12. Mal veranstaltete die Pro Senectute Zürich eine Geburtstagsfeier für die 80jährigen. Von den 3000 verschickten Einladungen wurde die Hälfte angenommen. 1500 80jährige – oder gut 120 000 Jahre – kamen am 7. Juni im Kongresshaus zusammen und feierten gemeinsam Geburtstag.

Für zwei der Gäste fiel die Feier im Kongresshaus exakt mit dem persönlichen Geburtsdatum zusammen. Beide erhielten einen prächtigen Geburtstagsstrauss, den der eine Jubilar, Herr Hans Braschler von der Nordstrasse, spontan an eine Tischgenossin im Rollstuhl weiterverschenkte. Leider ist Herr Braschler fast blind. Das Lesen, früher eine seiner Lieblingsbeschäftigungen, ist ihm bald zu beschwerlich. Hoffen wir, dass sein Geburtstagswunsch

in Erfüllung geht und er bald jemanden findet, der ihm die langgewordenen Tage gelegentlich mit Vorlesen verkürzt!

Das bunte Programm der Geburtstagsfeier präsentierte Elisabeth Schnell auch dieses Jahr wieder mit viel Charme und Herzlichkeit. Rassige Klänge der Kavalleriemusik, welche in nostalgischen Uniformen aus der Zeit der Jahrhundertwende aufspielte, eröffneten den Festakt. Nach den Begrüssungen von Dr. Hans-Georg Lüchinger, Präsident der Pro Senectute Zürich, und Stadtpräsident Dr. Thomas Wagner, versetzte der Kinderzirkus Robinson die Zuschauer mit attraktiven Nummern in Stauen. Allerdings, so meinte Elisabeth Schnell, sei bei der Nachahmung dieser Kunststücke Vorsicht geboten. Vor allem die gewagten Kunstrad-Darbietungen sollten von den Zuschauern vorsichtshalber zuerst auf dem Home-Trainer geübt werden!

Nach der Pause, welche Gelegenheit bot, um Bekannte zu treffen oder neue Kontakte zu knüpfen, gehörte die Bühne einer besonders beliebten und aktiven Jahrgängerin. Die Kabarettistin Elsie Attenhofer konnte bereits Anfang Jahr ihren 80. feiern und erfreut sich nach wie vor guter Gesundheit und geistiger Frische. Die Kostprobe aus ihrem neuen Buch, in welchem sie unter anderem die Erlebnisse aus ihrer Aktivzeit als Rotkreuzfahrerin aufzeichnet, stimmte besinnlich und liess manche Zuhörerinnen und Zuhörer Rückblick in die eigenen Erlebnisse während der Kriegsjahre halten. Unbeschwerter ging es dann bei der darauffolgenden Produktion des Tanztheaters Kolly zu. Die Mitwirkenden sind zwischen 4 und 90 Jahren alt und zeigten, dass ein Tänzlein in Ehren keine Altersgrenze hat. Den Abschluss des vielseitigen und mit Begeisterung aufgenommenen Programms bildete das Offene Singen des Seniorenchors Klus. Die langjährige, äusserst