

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 68 (1990)  
**Heft:** 3

**Buchbesprechung:** Bücher

**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:** 19.01.2026

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



Hans Wyssmüller  
**Erinnerungen  
 an Erlebnisse  
 bei Viehtransporten  
 ins Ausland**

Verlag «Züchter»,  
 Gilgian Aellig, Adelboden,  
 116 S., Fr. 26.50



Der heute über 80jährige Bauer Hans Wyssmüller begleitete während mehr als 25 Jahren Viehtransporte ins Ausland. In seinen Erinnerungen lässt er uns in Wort und Bild an den vielfältigen Erlebnissen in mancher Herren Länder teilhaben. Er hat die fremden Länder anders erlebt als die Touristen, die bequem reisen und in guten Hotels wohnen. Manchmal ernst, manchmal heiter ironisch berichtet er Begebenheiten, die heute der Vergangenheit angehören. Seine Einstellung zu Mensch und Tier, sein Verantwortungsbewusstsein und seine Liebe zur Heimat haben heute Seltensheitswert und sind gerade deshalb besonders eindrücklich.

es

Anne Biegel/  
 Heleen Swildens  
**Mitreden ist Gold**  
 Eugen Salzer Verlag,  
 Heilbronn, 213 S.,  
 Fr. 27.10



Wer das erste Buch der beiden reifen Frauen mit dem Titel «Wo ist denn meine Brille» gelesen hat, wird sich die eben erschienene Fortsetzung wohl kaum entgehen lassen. Wiederum unterhalten sich die 83jährige Anne Biegel und die 72jährige Heleen Swildens in einem angeregten Briefwechsel über Gott und die Welt, die Alltagssorgen verschiedenster Art und das Älterwerden. Ohne der Jugend nachzutrauern und zu jammern, sehen sie der Gegenwart in die Augen. Sie nennen die Dinge beim Namen und sprechen offen über das, was sie bewegt: über die Kluft zwischen Jung und Alt, über Lieblosigkeit im zwischenmensch-

lichen Bereich, über Verschwendung und Überfluss, über die Verarbeitung von Trauer, über das Ende des Lebens und vieles mehr. Dabei kommt der Humor in keiner Weise zu kurz, und der freundschaftliche Ton zwischen den beiden sorgt dafür, dass man beim Lesen dieses Buches mit den sympathischen Autorinnen von Seite zu Seite vertrauter wird und mit der Zeit das Gefühl hat, selber am Gedankenaustausch teilzunehmen. ytk

Prof. Dr. med. Boris  
 Luban-Plozza/  
 Dr. med. Hans H. Dickhaut  
**Schlaf' Dich gesund!**  
 Trias Verlag, Stuttgart,  
 139 S., Fr. 24.10  
 (Der Erlös ist für karitative  
 Zwecke bestimmt.)



Aufgrund grosser Nachfrage erscheint der «Klassiker» zum Thema Schlafprobleme bereits in der 7. Auflage. In gut verständlicher und anschaulicher Sprache gehen die Autoren auf allgemeine Fragen rund um den Schlaf ein. Darüber hinaus untersuchen sie die Ursachen und Auswirkungen von Schlafstörungen, bieten Hilfen an beim Vorbeugen, Erkennen und Bewältigen der vielfältigen Schlafprobleme und geben Einblick in die Bedeutung von autogenem und psychosomatischem Training. ytk

Fred Marcus  
**Lang lebe unser Opa**  
 Rosenheimer Verlag,  
 Rosenheim,  
 95 S., Fr. 18.80



«Wenn der Opa mit dem Enkel...» könnte man dieses humorige Bändchen in Anlehnung an ein bekanntes Sprichwort übertiteln. In 69 Cartoons und vielen Sinnsprüchen aus verschiedenen Epochen und Kulturkreisen wird das Grossvater-Dasein witzig-spritzig beleuchtet. Einmal bewährt sich der liebe Opa als Babysitter, ein ander Mal als geduldiger Spielkamerad, als Kampfgefährte, mitfühlender Leidensgenosse oder als



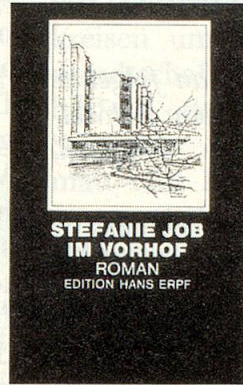
verständnisvoller Tröster, immer aber als guter Freund, der dem Kleinen in guten und bösen Momenten «die Stange hält». Ein heiteres Geschenkbüchlein für bestandene Grossväter mit Humor oder solche, die es noch werden wollen.

ytk

Stefanie Job

**Im Vorhof**

Edition Hans Erpf, Bern,  
236 S., Fr. 34.80



Was empfindet eine Frau, die, auch schon vorgerückten Alters, die Pflege ihres langjährigen Lebensgefährten alleine nicht mehr schafft und ihn in die Obhut eines Heims geben muss? Stefanie Job hat diese Situation selbst erlebt und im Roman «Im Vorhof» verarbeitet. Nachhaltig eindrücklich und ungeschminkt beschreibt sie ihre Gefühle gegenüber dem Heim, gegenüber ihrem zusehends hilfloser werdenden Partner und gegenüber sich selbst. Dabei schweifen ihre Gedanken immer wieder in die Vergangenheit zurück. Die zärtlichen Erinnerungen an die guten Jahre mit «ihrem Lehn» geben ihr Kraft, um der grossen Belastung standzuhalten und den Mann bis ans Sterbebett zu begleiten.

ytk

sah er seine Laufbahn gefährdet. In der intensiven Auseinandersetzung mit seiner Krankheit hat er gelernt, sich nicht auf das zu konzentrieren, was er durch seine immer fortschreitende Krankheit verloren hatte, als vielmehr auf das, was ihm geblieben ist. Mit dem Ziel, seine Hoffnung auf andere Menschen übertragen zu können, beschreibt er in seinem Buch, wie er mit seiner Krankheit fertig wurde. Als Arzt und Betroffener in einem versteht er es darüber hinaus, medizinische Zusammenhänge und Erkenntnisse darzustellen. Vielfältige Tips zur Erleichterung des Alltags runden das Buch ab, so dass es zu einem hilfreichen Ratgeber für Arthritis-Patienten oder für deren Angehörige wird.

ytk

## Bestellcoupon

**ZL 390**

Einsenden an: «Zeitlupe», Bücherbestellung,  
Postfach, 8027 Zürich.

- |       |   |           |
|-------|---|-----------|
| — Ex. | Hans Wyssmüller<br>Erinnerungen «Viehtransporte»                                  | Fr. 26.50 |
| — Ex. | Anne Biegel / Heleen Swildens<br>Mitreden ist Gold                                | Fr. 27.10 |
| — Ex. | Dr. med. Boris Luban-Plozza /<br>Dr. med. Hans H. Dickhaut<br>Schlaf' Dich gesund | Fr. 24.10 |
| — Ex. | Fred Marcus<br>Lang lebe unser Opa  | Fr. 18.80 |
| — Ex. | Stefanie Job<br>Im Vorhof   | Fr. 34.80 |
| — Ex. | Christiaan Barnard<br>Mit Arthritis leben   | Fr. 18.50 |

(Keine Ansichtssendungen, bitte weder Bargeld noch Briefmarken senden.)

Frau / Frl. / Herrn

Vorname

Strasse / Nr.

PLZ / Ort

Die Auslieferung erfolgt mit Rechnung durch  
Impressum Buchservice Dietikon.

Christiaan Barnard  
**Mit Arthritis leben**  
Schweizerische  
Rheumaliga, Zürich,  
246 S., Fr. 18.50



Als der berühmte Herzchirurg Christiaan Barnard die Diagnose erhielt, dass er unter Arthritis leide, stand er erst am Anfang seiner Karriere. Wegen dieser Krankheit, welche die Funktionsfähigkeit der Hände stark einschränken kann,