

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 70 (1992)
Heft: 3

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](#)

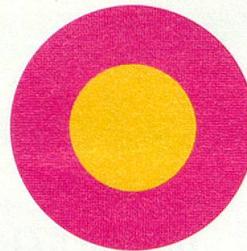
Terms of use

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: 11.01.2026

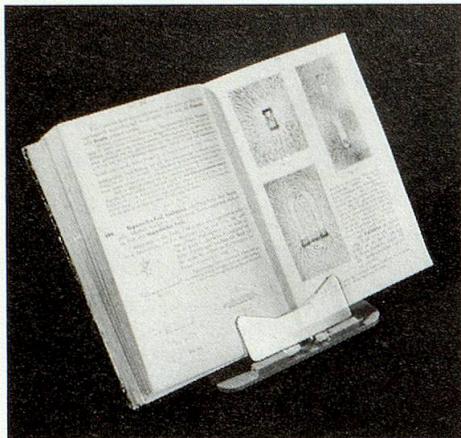
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

M



S

Lesegestell



Das Lesegestell Uniboy ist eine praktische Hilfe für alle Leseratten: Die Handgelenke werden geschont, und gleichzeitig wird die Halswirbelsäule korrekt gehalten. Der Uniboy kann nicht nur bei der Lektüre verwendet werden, sondern dient auch als Halterung für Rezepte, damit während des Kochens die Hände frei bleiben, oder bei Bedarf wird aus dem Lese- gestell ein Notenhalter.

Das Lesegestell Uniboy kostet Fr. 8.– zuzüglich Porto und ist erhältlich bei der Schweizerischen Rheumaliga, Postfach, 8038 Zürich, Tel. 01/482 56 00, oder bei der Rheumaliga des Wohnkantons.

Hausmittelchen für Schönheitspflege

Marianne Vontobels Hausmittelchen leisten preisgünstige und umweltschonende Hilfe. Wer bei einem Blick in den Spiegel feststellt, dass unbedingt «etwas» getan werden müsste gegen glanzlose Haare, unreine Haut, rauhe Hände und eben alles, was den Blick in den Spiegel unerfreulich macht, der sollte wirklich diese Tips und

Kniffs anwenden, damit unerfreuliche Fehlerchen verschwinden. Kein Gang zur Kosmetikerin ist dazu notwendig, kein betrübter Blick ins Portemonnaie, denn die eine oder andere «Zutat» kann leicht in der Drogerie oder im Garten besorgt werden, und das meiste ist im Haushalt vorhanden. Niemand muss einen extra «Schönheitstag» einschalten, um von Kopf bis Fuss besser auszusehen und sich wohler zu fühlen. *es*

Marianne Vontobel, Hausmittelchen, Schönheitspflege, Malvo Verlag, 5040 Schöftland, Fr. 19.80.

WWF Infoblätter

Zimmerpflanzen sind für die menschliche Gesundheitförderlich: Sie setzen die kohlendioxydhaltige Luft, die der Mensch ausatmet, in sauerstoffhaltige um, entziehen der Luft Staub und reichern während der Heizperiode die trockene Luft mit Feuchtigkeit an. Alles Punkte, die für Zimmerpflanzen sprechen. Doch allzuoft werden sie wie Wegwerfware behandelt. Wer seine Pflanzen richtig pflegt, kann jahrelang Freude daran haben. Im Infoblatt über Zimmerpflanzen sind die robusten Arten aufgelistet, und es enthält eine Pflegeanleitung sowie Tips zur sanften Schädlingsbekämpfung.

Auch **Textilien** können nicht mehr unbedenklich eingekauft werden. Selbst wer auf Kleider aus Naturfasern Wert legt, hat keine Garantie, dass er mit dem neuen Kleidungsstück nicht eine Ladung Chemie mit nach Hause trägt. Leider sind die Informationen auf diesem Gebiet oft nicht gerade auf-

schlussreich und gut verständlich. Das Infoblatt «Kleider» gibt Auskunft über die verschiedenen Textilien, ihre Herkunft, Ausrüstung, Pflege und über den Kleidermarkt.

Die Infoblätter kosten je Fr. 2.– und sind erhältlich beim WWF Schweiz, Postfach, 8037 Zürich.

Programm der Schweizer Wanderwege



Das Programm 1992 der Schweizer Wanderwege, rund 100 Seiten stark, enthält die Daten der ein- und mehrtägigen geführten Wanderungen sowie der Wanderwochen im In- und Ausland. Die Publikation ist nicht nur für die Mitglieder der kantonalen Sektionen nützlich, sondern für alle, die Freude am Wandern haben. Neben zahlreichen Anregungen für Ausflüge (etwa 500) und den Daten für die Radiowanderungen findet man Hinweise über die Markierungen und ein Verzeichnis der im Buchhandel erhältlichen Wanderkarten und -bücher.

Das Programm kann gegen Einsendung von Fr. 1.– in Briefmarken bezogen werden bei: Schweizer Wanderwege, Im Hirshalm 49, 4125 Riehen.

A

I

K

Bohrmaschinen und Computer-Farbmonitore

Wer sich die Anschaffung einer Bohrmaschine oder eines Computer-Farbmonitors überlegt, sollte sich die April-Nummer der Konsumentenzeitschrift Test ansehen. Schliesslich sind beide Geräte nicht gerade billig, und man sollte sich vor dem Kauf informieren, damit man auch das Gerät anschafft, das den eigenen Bedürfnissen entspricht.

Test 186 ist erhältlich bei SKS, Monbijoustr. 61, 3007 Bern, Tel. 031/45 34 44 (kein Kioskverkauf), Preis Fr. 6.50 inkl. Porto.

Kaffee zu einem fairen Preis



Die Stiftung Max Havelaar (Schweiz) zeichnet Produkte, die sozial fair und umweltschonend hergestellt worden sind, mit einem Gütesiegel aus. Der Anfang wird mit Kaffee gemacht, weitere Produkte sollen folgen. Dieser Kaffee ist nicht nur in Dritte-Welt-Läden, sondern auch bei Coop, Migros, in der Epa sowie bei andern Kaffeeröstern und -importeuren erhältlich. Der Kaffee (250 Gramm) kostet je nach Bezugsquelle von Fr. 3.50 bis Fr. 5.90 (bio) – also

mehr als üblich – dafür erhalten die Kaffeproduzenten in der Dritten Welt von den Importeuren einen existenzsichernden Preis, der zurzeit rund 80 Prozent über dem Weltmarktpreis liegt. Die Produzenten, meistens Kleinbauern, müssen sich in Genossenschaften zusammenschliessen und auf eine möglichst umweltschonende und sozialverträgliche Produktion achten. Die Kaffeeimporteure wiederum verpflichten sich, Vorauszahlungen zu leisten und feste Abnahmeverträge zu schliessen.

La Grande Cariçaie



Rohrammer

Das rund 40 km lange Südost-Ufer des Neuenburgersees gehört zu den letzten Schweizer Paradiesen für Wasservögel und Schilfbrüter. Hier nisten Reiher, Enten, Taucher, Rallen und Rohrsänger. Der Neuenburgersee ist einer der bedeutendsten Haubentaucher-Brutplätze ganz Mitteleuropas. Im Schilfgürtel brüten etwa 50 Arten, darunter rund 1600 Haubentaucher, etwa ein Drittel aller Brutpaare der Schweiz. Auch für die Bartmeise, den Drosselrohrsänger und den Zwergreiher ist der Neuenburger

see der bedeutendste Brutplatz der Schweiz.

Früher wurde das Riedgebiet regelmässig gemäht, um Schilf als Streue zu gewinnen. Ohne diese Pflege würden die Feuchtgebiete allmähhlich verlanden, Weidenbüsche das Schilf verdrängen und schliesslich einem Wald Platz machen. Um den Lebensraum der Pflanzen und Tiere der Feuchtgebiete zu erhalten, müssen die Schilfplätze regelmässig geschnitten werden. Seit 1982 ist «Le groupe d'étude et de gestion de la Grande Cariçaie» dafür verantwortlich. Zwei bis vier Hektaren grosse Kleinflächen, verteilt über das ganze Gebiet, werden jeweils alle drei Jahre im Herbst gemäht. Verschiedene Forschungsprojekte prüfen den Einfluss dieses Mährhythmus auf Pflanzen, Insekten und Brutvögel. Ein von der Vogelwarte Sempach unterstütztes Projekt zeigt, dass die Vögel im Frühjahr frischgemähte Flächen meiden und auf die ungemähten Nachbarzellen ausweichen. Im 3. Jahr wird die ursprüngliche Dichte annähernd erreicht. Die Gesamtzahl der Brutvögel hat sich im Verlauf der Jahre trotz der Schilfschnitte kaum verändert, und es sind keine Arten verschwunden.

Erdbeerjoghurt, Akku-Rasierapparate und Privatkonten

Das sind die drei Hauptthemen der Konsumentenzeitschrift «prüf mit» (Nr. 2). Die Testberichte haben ergeben: zu viele Erdbeerjoghurts enthalten viel Zucker; bei den Akku-Rasierapparaten mit höchsten Qualitätsansprüchen sind die Preisunterschiede gross; mit dem «richtigen» Privatkonto

M



S

lässt sich Geld sparen, wenn man die günstigste Zahlungsvariante wählt.

«prüf mit» 2/92 ist erhältlich am Kiosk oder beim Konsumentenforum Schweiz, Postfach, 8024 Zürich (Einzelnummer Fr. 7.-).

Freiwilligen-Arbeit auf Bergbauernhof

Bergbauernbetriebe, aber auch kleinere und mittlere Bauernbetriebe im Hügelgebiet haben es bekanntlich schwer: Immer wieder fehlen Arbeitskräfte, vor allem wenn zu den üblichen Arbeiten zusätzliche Bauarbeiten anstehen. Caritas Schweiz führt deshalb während des ganzen Jahres Freiwilligeneinsätze im Berggebiet durch. Die Projekte befinden sich vor allem in der Zentralschweiz, vereinzelte Einsatzmöglichkeiten bestehen auch im Tessin und in Graubünden. Während dem Einsatz (im Minimum eine Woche) werden Unterkunft und Verpflegung geboten. Reisespesen und allfällige Versicherungen übernimmt die Caritas Schweiz.

Auskunft: Caritas Freiwilligeneinsätze im Berggebiet, Seehofstr. 9, 6004 Luzern, Tel. 041/50 11 50.

Unterwegs mit dem Wildhüter

In Engelberg wird Wildhüter Werner Bissig vom 8. Juli bis 2. September jeden Mittwoch Wanderungen unternehmen. Frühmorgens macht man sich auf den Weg, um Flora und Fauna zu erleben.

Auskunft: Kur- und Verkehrsverein, 6390 Engelberg, Telefon 041/4 11 61

Alpenpflanzenlehrpfad

Ein für die Westschweiz einzigartiger Alpenpflanzenlehrpfad befindet sich bei Moléson ob Gruyères. Über 150 Bergblumenarten (Blütezeit zwischen 1. Juli und 15. August) können am Weg, der den Gipfel der Vudalla (1662 Meter hoch) und Plan-Francey (auf 1520 Meter) verbindet, besichtigt werden. Die Wanderung dauert ungefähr 1 1/2 Stunden. Eine Karte mit Wanderwegen der Umgebung und Wandervorschlägen kann für zwei Franken bezogen werden bei:

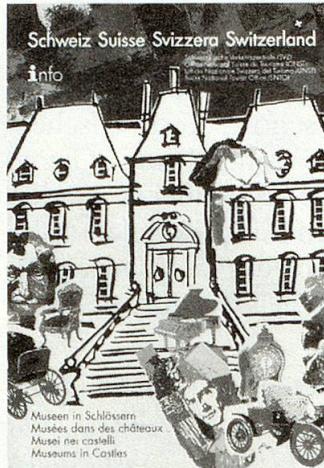
Office du Tourisme, 1662 Moléson, Tel. 029/6 24 34.

Alphorn

Dem Alphorn ist die Ausstellung im Milchwirtschaftlichen Museum in Kiesen gewidmet. Die Besucher werden aber nicht nur zum Betrachten eingeladen, sie können versuchen, selbst Alphorn zu blasen, und auch Alphornmusik hören, während der Woche ab Tonband, und am Sonntagnachmittag organisiert der Bernisch-Kantonalen Jodlerverband Alphornkonzerte, die mit einem kurzen Einführungskurs für Laien gekoppelt sind. Eine Broschüre über die Geschichte des Alphorns kann im Museum gekauft oder unter Beilage von 2 Franken in Marken bestellt werden bei: Schweiz. Käseunion, Postfach, 3001 Bern.

Die Ausstellung dauert bis am 31. Oktober und ist täglich von 14 bis 17 Uhr geöffnet, der Eintritt ist gratis. Gruppen auf Voranmeldung auch ausserhalb der Öffnungszeiten, Tel. 031/22 31 81.

Schlösser in der Schweiz



Die Schweizerische Verkehrszentrale hat für 1992 als Werbethema «Kultur im Schloss» gewählt und gibt zwei Broschüren heraus. Die eine über Hotels und Restaurants, die andere über Museen in Schlössern. Ein paar Kostproben: Mittelalterliche Gerichte kommen im Restaurant des Château de Vau-marcus im Kanton Neuenburg auf den Tisch, das Schlosshotel Chasté in Tarasp wartet mit einem Schloss-Gourmet-Menü auf. Im Kurhotel Schloss Steinegg in Hüttwilen (TG) werden Fasten- und Regenerationskuren angeboten. In den Schlössern von Boudry, Vevey, Aigle und Siders sowie im Maison Zumofen in Salgesch sind Weinbaumuseen untergebracht, im Schloss La Sarraz das Pferdemuseum. Eine umfangreiche Sammlung von Auto-Oldtimern befindet sich im Schloss Grandson und das Schweizer Luftfahrtmuseum im Schloss von Avenches.

Die beiden Broschüren sind erhältlich bei der Schweiz. Verkehrs-zentrale, Postfach, 8027 Zürich. Bestellung bitte nur mit Postkarte.

Stadtluft, Hirsebrei und Bettelmönch

Lebensgefühl und Lebensformen, Kultur und städtischer Alltag um 1300, das ist das Thema der Ausstellung, die aus der langjährigen Zusammenarbeit zwischen dem Landesdenkmalamt Baden-Württemberg und dem Büro für Archäologie der Stadt Zürich hervorgegangen ist. In den vergangenen 20 Jahren hat sich die Mittelalter-Archäologie vermehrt und intensiv mit der Geschichte, den Entwicklungen und schrittweisen Veränderungen historisch gewachsener Städte befasst. Resultat dieser Stadtkernforschung ist nicht nur eine Vielzahl bemerkenswerter Funde, von denen zahlreiche erstmals in dieser Ausstellung zu sehen sein werden. Die Grabungen in den insgesamt 14 süddeutschen und schweizerischen Städten erbrachten vor allem verlässliche Erkenntnisse darüber, wie die Bürgerinnen und Bürger der mittelalterlichen Stadt in ihrer Mehrheit lebten und arbeiteten, wie sie Handel trieben, Feste feierten, wie sie wohnten, sich ernährten, wem sie ihr Seelenheil anvertrauten, woran sie erkrankten, wie sie starben und bestattet wurden. Es ist der mittelalterliche Alltag in einer durchschnittlichen Stadt und das Leben ihrer Bewohner, die in dieser Ausstellung zur Darstellung kommen.

Die Ausstellung findet in einem Zelt im Hof des Landesmuseums, Zürich (beim Hauptbahnhof) statt. Sie dauert vom 26. Juni bis 11. Oktober und ist täglich von 10 bis 17 Uhr, am Donnerstag bis 20 Uhr geöffnet. Der Eintritt kostet Fr. 8.–, Kinder, Militär und Personen mit AHV-Ausweis Fr. 4.–.



Blick ins Spielzeugmuseum Riehen.

Foto: Christian Bauer

Museum in Riehen

In diesem Frühling ist das Spielzeugmuseum, Dorf- und Rebbaumuseum im Wettsteinhaus in Riehen nach einem Umbau neu eröffnet worden. Als Wechselausstellung ist bis am 31. Dezember die Spielzeugsammlung von Tomi Ungerer zu besichtigen, die dieser 1976 seiner Heimatstadt Strassburg vermachte. Ein wichtiger Teil davon sind Automaten, mechanische Figuren oder Tiere, Pferdekutschen und -wagen, Schiffe, Unterseeboote, Flugzeuge, Autos und Züge. Es werden aber auch Spiele und Spielzeug ausgestellt, die Ungerer und seine Frau für ihre Kin-

der erfunden respektive gebaut haben. Ergänzt wird die Ausstellung mit entsprechenden Grafiken und Büchern, die Zusammenhänge mit der Sammlung und den gezeichneten Illustrationen aufzeigen. Zudem wird ein Video vorgeführt, das 1976 vom Deutschen Fernsehen gedreht wurde und Tomi Ungerer beim Erklären und Spielen mit der eigenen Sammlung zeigt.

Wettsteinhaus, Baselstr. 34, 4125 Riehen (bei der Tramhaltestelle Riehen Dorf), Öffnungszeiten: Mi und Sa 14 – 17 Uhr, So 10 – 12 und 14 – 17 Uhr.

Redaktion: Marianna Glauser