

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 71 (1993)
Heft: 6

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: 21.01.2026

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

Prof. Dr. med.
Arthur Teuscher
**Vollwerternährung –
wertvoll für alle**
Stiftung Ernährung und
Diabetes, Bern,
128 S., Fr. 29.50



Das Buch ist kein Kochbuch, sondern will ein Wegweiser zu weniger Diabetes, Blutfett, Cholesterin, Bluthochdruck und Gewicht sein, der Verfasser möchte aber das Wort «Diät» nicht mehr verwenden. Er findet, eine gesunde, ausgewogene Vollwerternährung komme allen zugute – eben beispielsweise auch den Diabetikerinnen und Diabetikern sowie Herz-Kreislauf-Gefährdeten. Der Ratgeber enthält viel Wissenswertes über Ernährung und der Wirkung von Nahrungsmitteln, Anleitungen zur Planung und Zusammenstellung einer Vollwertkost, eine Zusammenstellung der Ernährungspläne nach Kcal und Werten sowie Nährwerttabellen. Übrigens: Der Autor nimmt sich die «mediterrane» Küche zum Vorbild. *gl*

Stefan Zweig
Menschen und Schicksale
Edition Richarz,
Verlag Niemeyer, Hameln
370 S., Fr. 39.90



Dieser Grossdruck-Band enthält historische Portraits und Essays über (mehr oder weniger) berühmte Menschen. Interessant fand ich vor allem die Texte über Nietzsche und seine Mutter, über Marcel Proust, Tolstoi und Paul Verlaine, etwas lang die Erinnerungen an den belgischen Dichter Emile Verhaeren, aber trotzdem aufschlussreich, weil man dabei viel

über Stefan Zweig selbst erfährt, der ein grosser Verehrer des Dichters war. Er hat seine Gedichte auch übersetzt. *gl*

Maria Simmen
Lebenslabyrinth
Von Menschen und
Schicksalen
Eugen Salzer Verlag,
Heilbronn
144 S., Fr. 27.–



Die Luzernerin Maria Simmen ist so alt wie dieses Jahrhundert, aber sie schreibt immer noch. In diesem Buch erzählt sie, wie Menschen mit Schicksalsschlägen fertig werden: unter anderen von der Mutter eines Mörders und von einer Grossmutter, die ihren bei einem Motorradunfall schwer verletzten Enkel begleitet sowie von einem Spitalaufenthalt. Geschichten, die zum Denken anregen. *gl*

Josef Burri
**Sensationen
vom Dorfe**
Limmat Verlag,
Zürich
176 S.,
Fr. 48.–



«Sensationen vom Dorfe» ist ein aussergewöhnlicher Fotoband und ein spannendes Zeitdokument. Der Posthalter von Malters, Josef Burri, fotografierte in den ersten dreissig Jahren dieses Jahrhunderts das Leben in seinem Dorf: die Chilbi, Schulklassen, Kinder, das Auto des Arztes, das Postbüro, das Militär, Vereine, die Schnapsbrennerei, aber auch seine Frau am Herd. Aufschlussreich sind die aus dieser Zeit stammenden Texte (Briefe und Erinnerungen), welche die Fotos begleiten. Wür-

de wohl ein Posthalter heutzutage einen in der Schalterhalle gefundenen Einfränkler an die Kreispostdirektion schicken? Das Buch hilft frühere Zeiten hervorzuholen und regt dazu an, den Enkelkindern aus der eigenen Jugend zu erzählen. *gl*

Alice Rivaz
Der Bienenfrie
 Lenos Verlag, Basel
 174 S., Fr. 16.–



Alice Rivaz (92) hat dieses Buch 1947 geschrieben, aber es ist immer noch aktuell. Eine Frau erzählt ihr Leben, das sich zwischen Haushalt, ihrem Mann, den sie nicht mehr zu lieben glaubt, dem Büro und ihren Freundinnen, Bekannten und Eltern abspielt. Ihre Gedanken und Reflektionen illustrieren subtil die Stellung der Frau in der Gesellschaft. Es ist ein stilles, unspektakuläres Buch, aber trotzdem fesselnd. *gl*

Lotti Huber
Diese Zitrone hat noch viel Saft!
 Deutscher Taschenbuch Verlag, München
 174 S., Fr. 10.90



Lotti Huber lässt keinen kalt: die einen finden sie schrecklich und die anderen toll! Aber wer ihre Lebenserinnerungen liest, kann nicht umhin, vor dieser Frau Respekt zu haben. Nicht dass sie in einem respektinflössenden Ton schreiben würde. Nein, das würde keineswegs zu ihr passen. Sie schreibt frisch von der Le-

ber weg, ehrlich, ohne Tabus und voller Selbstironie. 1912 als Kind jüdischer Eltern in Kiel geboren und behütet aufgewachsen, kam sie 1937 wegen Rassenschande (!) ins KZ, konnte ein Jahr später nach Israel auswandern, wo sie ihre Tanzausbildung fortsetzen wollte. Da das Stipendium nicht zum Leben reichte, arbeitete sie als Tänzerin in einem Nachtclub, wo sie mit den Gästen nicht nur Champagner trank, heiratete einen englischen Offizier, führte in London und Zypern Restaurants und eine Bar ... und wird mit 75 Jahren Filmstar. Sie wusste sich auch in den schwierigsten Situationen zu helfen. Es stimmt: Total saftig! *gl*

BESTELLCOUPON

ZL 693

an «Zeitlupe», Bücher, Postfach 642, 8027 Zürich

_____ Ex.	Prof. Dr. med. Arthur Teuscher Vollwerternährung – wertvoll für alle	Fr. 29.50
_____ Ex.	Stefan Zweig Menschen und Schicksale	Fr. 39.90
_____ Ex.	Maria Simmen Lebenslabyrinth	Fr. 27.–
_____ Ex.	Josef Burri Sensationen vom Dorfe	Fr. 48.–
_____ Ex.	Alice Rivaz Der Bienenfrie	Fr. 16.–
_____ Ex.	Lotti Huber Diese Zitrone hat noch viel Saft!	Fr. 10.90
_____ Ex.	Hans Peter Tschudi Im Dienste des Sozialstaates (Seite 66)	Fr. 29.80

(Keine Ansichtssendungen, kein Bargeld senden.)

Name _____

Vorname _____

Strasse _____

PLZ/Ort _____

Die Auslieferung erfolgt **mit Rechnung** durch
Impressum Buchservice Schaffhausen.