

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 71 (1993)
Heft: 3

Rubrik: Unterwegs notiert

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>

Unterwegs notiert

Wissen Sie, was ein «Lauf-Träff» ist? Ich wusste es auch nicht, sollte aber darüber schreiben. Also meldete ich mich zu einem «Probegalopp» an. An einem der herrlichen Frühsommertage im April trafen sich – wie jeden Donnerstag – etwa 25 Damen und Herren im bunten Läuferdress beim Kantonsspital Baden. Nach herzlicher Begrüssung Start in zwei Gruppen: die «Gemächlicheren», die unterwegs noch plaudern, und die «Rassigeren», die nur joggen wollen. Zweimal kreuzten sich unsere Wege, dann wurden einige Lockerungsübungen eingeschaltet. Aber man hielt auch an, um einer Singdrossel zuzuhören oder eine seltene Pflanze zu betrachten. Dass die 54- bis 81jährigen Läufer/innen nicht nur ihre Fitness, sondern auch die Kameradschaft pflegen, war leicht zu spüren am freundschaftlichen Umgangston. So gibt es gelegentlich einen Tagesausflug mit Grillfeuer, eine Waldweihnacht gehört dazu, und man pflegt mancherlei Kontakte im Alltag. Kurz, der «Lauf-Träff» ist zu einem Quell der Gesundheit und der Lebensfreude geworden.

Ich berichte über diese Einrichtung, weil sie im Kanton Aargau fast fünf Jahre lang nur in Baden angeboten wurde. Erst seit einigen Monaten gibt es auch einen «Lauf-Träff» in Wettingen. Auf diesem Gebiet besteht weit herum ein Defizit, vielleicht aus Angst vor «Leistungssport».

Drei Begegnungen an der Seniorenmesse in Zürich: Antoinette Schramm behandelte das Thema «Wann beginnt eigentlich das Alter?». Hier



Peter Rinderknecht

einige Rosinen: «Ich kann mein Leben nicht verlängern, aber vertiefen.» (Albert Schweitzer) – Zur Inflation der Worte: Das Unservater zählt 56 Worte, die 10 Gebote 297 Worte, die Unabhängigkeitserklärung der USA 200 Worte, die EG-Verordnung über Caramel-Bonbons und -Pudding 26 000 Worte.» – Und schliesslich: «Die Bibel ist Gottes Liebesbrief an die Menschen.»

Lilly-Johanna Aebi, Autorin von «Im Camper durch den Herbst des Lebens», begrüsst mich quicklebendig. Seit dem Tod ihres Mannes hält sie es fast nicht mehr aus in der Residenz «Al Lido» in Locarno. Nicht zuletzt hätte sie Lust, in Australien, das sie sehr gut kennt, Gruppenreisen für Schweizer zu organisieren. Ich würde mich nicht wundern, in einigen Monaten eine Postkarte aus diesem Land zu erhalten. Die Unternehmungslust dieser Frau hat mich beeindruckt.

Ein intensives Gespräch mit einem jüngeren Aussteller, Hauptberuf Café-Besitzer, Hobby: die grösste Sammlung von Schweizer Ansichtskarten. «So zwischen zwei und drei Millionen Stück», meint er beiläufig. Verblüffend sind aber nicht nur diese Mengen, sondern die Fachkenntnisse und die Liebe zum Detail, was die Ortschaften und

Druckverfahren betrifft. Faszinierend auch, das Dorf der eigenen Jugend um 1920 betrachten zu können.

Eine gehbehinderte Witwe erzählt ihr Missgeschick: Zurück aus der Stadt, öffnete sie vor der Haustüre eine Mappe mit Akten und einigen hundert Franken, um den Schlüsselbund zu suchen. Plötzlich riss jemand von hinten heftig an der Mappe, sie versuchte sich zu wehren. Energetisch klammerte sie sich an ihre Tasche. Der Kerl war natürlich stärker, sie stürzte die drei Treppenstufen hinunter, blieb schreiend liegen. Bis die Nachbarn zu Hilfe kamen, war der Räuber längst verschwunden. Folge: Oberschenkelhalsbruch, schwere Prellungen und ein monatelanges Schmerzenslager. Lakonischer Kommentar der Polizei: «Wenn Sie die Mappe losgelassen hätten, wäre Ihnen das erspart geblieben.»

Leider gehören Überfälle zur Tagesordnung. Wer nicht gerade einen Selbstverteidigungskurs besucht oder einen Spray zur Hand hat, folgt wirklich besser dem polizeilichen Rat. Noch klüger ist es freilich, keine grösseren Beträge mehr mitzunehmen. Immer wieder liest man von Senioren, die viele tausend Franken auf sich trugen und um ihr Geld kamen. Das lässt sich heute wirklich vermeiden.

Eine dramatische Folge der Rezession: Über 45jährige haben kaum mehr Chancen. Zwei Bekannte erlebten das hautnah. Beide schrieben über 100 Bewerbungen, erfolglos. Hauptgrund: «überqualifiziert». In

Wirklichkeit meinte man: «zu alt, zu teuer, zu rückständig».

Eine über 50jährige Sekretärin verlor ihre Stelle wegen Firmenkonkurs. Sie wollte nicht stem-peln, sondern arbeiten. Als sie es einmal zu einer persönlichen Vorstellung schaffte, erwähnte

man unverblümt «den leider so hohen Arbeitgeberbeitrag für die berufliche Vorsorge (BVG) (je 9 % des Lohnes für beide Par-teien). Die Frau erklärte spontan, dass sie diesen Anteil ebenfalls übernehmen würde, wenn sie die Stelle erhalte. Das war sicher

ebenso grosszügig wie unkor-rekt, aber sie bekam dafür die Stelle. Den doppelten BVG-Ab-zug nimmt sie in Kauf, der Ar-beitgeber spart etwa 4000 Fran-ken im Jahr. «Überlebensprä-mie», meint die Firma. «Ich komme durch», sagt die Frau.

NEU!

***Das Hörgerät,
das aus dem
Computer
kommt.
Besser hören
auf Knopf-
druck.***



ANZEIGE

Eine echte Neuheit, die alle Leute mit Hörproblemen buchstäblich aufhor-chen lässt, ist das Hörsystem Widex QUATTRO. Erstmals wird hier die Akustik durch modernste Digitaltech-nik gesteuert. Dadurch ist eine individu-elle Programmierung möglich – man hört künftig besser in allen Situationen.

Äußerst komfortabel und völlig un-auffällig – z.B. aus der Hand- oder Jak-kentasche heraus – kann man jetzt sein Hörgerät mit Hilfe einer Funk-Fern-steuerung bedienen. Ein Knopfdruck genügt, und schon paßt sich das Hörge-rät der jeweiligen akustischen Umwelt-situation an. Der Computer filtert je-weils heraus, was klar und deutlich ans Ohr dringen darf, und was nicht.

QUATTRO ist das Hörsystem des Computer-Zeitalters. Endlich kommt der elektronische Fortschritt auch den Schwerhörigen zugute – und davon gibt es in unserem Land viel mehr als man glauben sollte: es sind geschätzt ca. 600.000 Menschen, die Hörprobleme ha-ben.

Vielen von ihnen kann mit dem neu-en QUATTRO besonders wirksam ge-holfen werden. QUATTRO gibt es übri-gens als kleines Hinter-dem-Ohr-Gerät oder auch als Im-Ohr-Gerät.

Von den Leistungen dieses Systems überzeugt man sich am besten selbst, indem man es einmal unverbindlich und gründlich ausprobiert.

Den neuen programmierbaren Hör-Computer Widex QUATTRO gibt es in der Schweiz bei guten Hörakustikern. Dort können Sie Widex QUATTRO un-verbindlich in Ruhe ausprobieren und man wird Sie gerne und um-fassend über die Mög-lichkeiten moderner Hörverbesserung beraten.



WIDEX-HÖRGERÄTE AG