

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 76 (1998)
Heft: 5

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](#)

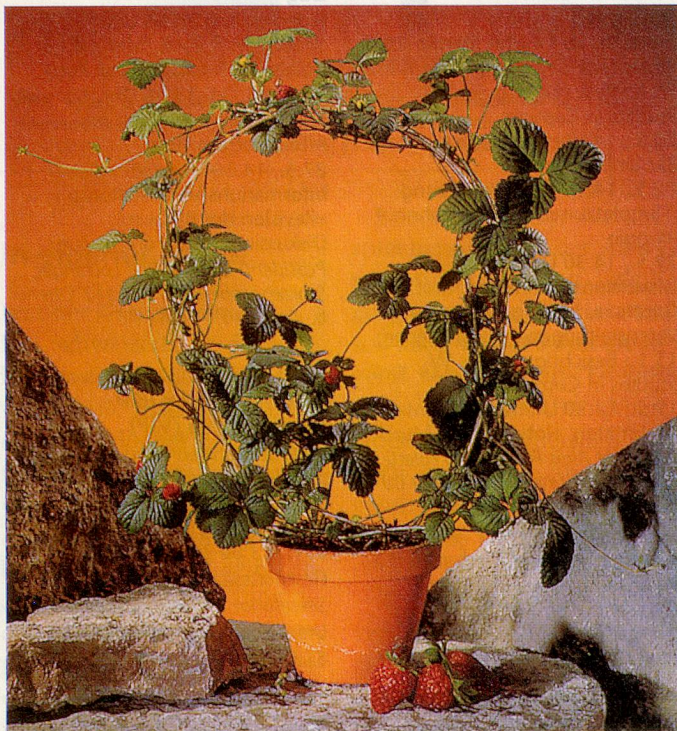
Terms of use

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: 23.03.2026

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

Genuss fürs Auge – die Indische Erdbeere



Die Indische Erdbeere, *Duchesna indica*, ist eine Zwei-in-eins-Pflanze. Zuerst beglückt sie ihre Besitzer mit kleinen, bernsteingelben Blüten, dann folgen die karminroten Beeren. Am faszinierendsten aber ist die Pflanze, wenn sie sowohl Blüten als auch Beeren trägt. Obwohl die Beeren verführerisch aussehen und auch essbar sind (sie schmecken allerdings nach nichts), ist die Indische Erdbeere vor allem eine Zierpflanze. Vom Vorfrühling bis in den Spätherbst setzt sie willig Blüten und Beeren. Die Blüten halten nur einen Tag, aber glücklicherweise sind sie reichlich vorhanden. Sofern man Wert auf eine wohlgeordnete Pflanze legt, müssen die eifrigen Ranken aufgebunden oder nach und nach beschnitten werden. Als «Zimmer-Erdbeere» zieht die Pflanze einen hellen, freundlichen Standort vor und braucht für ihr üppiges Wachstum viel Wasser. Die Indische Erdbeere gedeiht auch im Freien hervorragend, wo sie ein schöner und effektiver Bodenbedecker ist. Eine einzelne Pflanze kann schnell mehrere Quadratmeter kolonisieren und bezaubert den Gartenbesitzer mit ihren roten Beeren an steifen Stengeln, die sich bereits ab Mai-Juni über das Beet erheben.

Quelle: Flora Dania

Stürze und Schenkelhalsfrakturen verhindern

Ältere Menschen fürchten sich vor Stürzen. Zu Recht. Jedes Jahr verunfallen 80000 ältere Menschen. Die meisten Unfälle (91,3 %) passieren zu Hause und in der gewohnten Umgebung, und von den 72000 Haushaltunfällen sind 62000 auf Stürze zurückzuführen. Dies hat eine Studie der Schweizerischen Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu ergeben. Ebenerdiges Stolpern und Ausrutschen sind die Ursache für über die Hälfte der Stürze. Erst an zwei-

ter Stelle folgen Stürze über ein Hindernis wie Kabel, Türschwellen usw. Zum einen sind die Stürze auf körperliche Faktoren zurückzuführen wie Behinderung, Sehschwäche, Gleichgewichtsstörung, vermindertes Reaktionsvermögen. Zum anderen auf äussere Faktoren: Nasse Kunststoffböden, rutschige Läufer, fehlende Treppengeländer oder schwache Beleuchtung erhöhen die Sturzgefahr bei älteren Menschen um ein Vielfaches.

Rund die Hälfte der Unfälle hat eine Fraktur vor allem in den oberen Kör-

pernteilen zur Folge. Jeder achte Sturz zieht die weit folgenschwerere Schenkelhalsfraktur nach sich.

Um der erhöhten Sturzgefahr älterer Menschen entgegenzuwirken, müssen sowohl bauliche wie auch medizinische Präventivmassnahmen getroffen werden. Hier kommt der Osteoporoseprophylaxe eine grosse Bedeutung zu. Sie wirkt dem Abbau der Knochenmasse entgegen und vermindert die damit verbundene Frakturanfälligkeit, insbesondere die gefürchtete Schenkelhalsfraktur. Sogenannte Hüftprotektoren (Schutz des Schenkelhalses) können in Zukunft eine weitere mögliche Massnahme darstellen. Eine mehrjährige Untersuchung der bfu wird über die Wirksamkeit solcher Protektoren Aufschluss geben. Die Ergebnisse werden Ende 1999 vorliegen.

bfu, Laupenstrasse 11, 3001 Bern,
Tel. 031 390 22 22, Fax 031 390 22 30
Internet: www.bfu.ch

Kurhaus für erfolgreiches Altern

Wer möchte das nicht – im Alter möglichst lange selbständig bleiben und den körperlichen und geistigen Möglichkeiten entsprechend leben können. Dieses Ziel kann schnell einmal in Frage gestellt sein, wenn nach einem Un-



fall eine Bein- oder Armoperation die Mobilität vorübergehend einschränkt, oder wenn sich jemand nach einer längeren Krankheit nicht mehr richtig fit fühlt. Unter dem Motto «Erfolgreiches Altern» bietet das Kurhaus Annahof Aegeri (von den Krankenkassen als Kurhaus der Kategorie A anerkannt) für jeden Gast ein fachlich fundiertes und individuell abgestimmtes Rehabilitationsprogramm. Viele betagte Gäste stecken sich zum Ziel, nach dem Auf-

enthalt ihren Haushalt wieder führen zu können. Andere möchten ganz einfach im Alltag wieder zur Lebensfreude zurückfinden. Im Gespräch mit dem leitenden Arzt und dem Sozialdienst werden die Heilbehandlungen zusammengestellt. Dazu gehören insbesondere Kraftaufbau, Mobilisationsgymnastik und Einüben der richtigen Atmung. Eine leichte und abwechslungsreiche Küche sowie die schöne Lage des Kurhauses über dem Ägerisee tragen zum Erfolg der Kur bei.

Trägerin des Annahof Ägeri ist eine konfessionell unabhängige Stiftung, deren Ziel es ist, Seniorinnen und Senioren zu helfen, durch körperliche und geistige Mobilisation erfolgreich zu altern und sich möglichst selbständig im Alltag zurechtzufinden.

Infos: Annahof Aegeri, St. Anna 10, 6314 Unterägeri, Telefon 041 754 64 00, Fax 041 754 64 19

Behindertengerechte Musterwohnung an der EXMA

Im März 1983 wurde die Exma, die inzwischen bekannteste Dienstleistung der Schweizerischen Arbeitsgemeinschaft Hilfsmittelberatung für Behinderte und Betagte (SAHB), in Oensingen eröffnet und seither von weit über 50000 Personen besucht. Neu sind seit März 1998 die Hilfsmittelpräsentation in Form von Produkteinseln und die behindertengerechte Musterwohnung.



Viele Besucherinnen und Besucher hatten in der Vergangenheit immer wieder Mühe, sich den Einsatz der in der Exma befindlichen Hilfsmittel in den eigenen vier Wänden vorzustellen. Um diesem Problem zu begegnen, entstand die Idee zum Bau einer Wohnung, welche mit vielen Einrichtungen und Hilfsmitteln behindertengerecht ausgerüstet ist. Eine derartige Wohnung kann im Massstab 1:1 die Einsatzmöglichkeiten und Funktionen praktisch demonstrieren. Heute präsentiert sich dem Publikum eine beeindruckende Wohnung mit einem Treppenaufgang, einer Wohnküche, einem Arbeitszimmer, einem Eltern- und Kinderschlafzimmer, einem Therapieraum sowie einem separaten Badezimmer mit WC und Dusche.

Exma, Industrie Süd, Dünnerstrasse 32, 4702 Oensingen, Dienstag bis Samstag von 9–12 und 14–17 Uhr

Floh- und Zeckenschutz für Haustiere

Die Zeckengefahr für Mensch und Tier nimmt in der wärmeren Jahreszeit wieder zu. Durch die Zecke können Hirnhautentzündung übertragen und Hautallergien ausgelöst werden. Zecken beißen sich in der Haut fest und saugen sich voll. Sobald sie im Hunde- oder Katzenfell entdeckt werden, müssen sie mit einer Pinzette vorsichtig drehend entfernt werden. Es ist besonders darauf zu achten, dass der Kopf und die Beisswerkzeuge ebenfalls herauskommen. Damit es erst gar nicht so weit kommt, gibt es von Whiskas und Pedigree-Pal zwei Ungezieferhalsbänder für Katzen und Hunde. Das Halsband mit dem Wirkstoff Dimpylat bietet während vier Monaten Schutz. Wer seinen Vierbeiner lieber auf natürliche Weise schützen will, findet auch ein Halsband mit Limonen, Eucalyptus und Zedernholzölen, das ohne jegliche chemische Zusätze wirkt.

Diese Bänder wirken auch gegen Flöhe, die am häufigsten vorkommenden Parasiten von Hunden und Katzen. Flohstiche verursachen Hautreaktionen und Juckreiz, die zu Hautekzemen führen können. Ausserdem können Flöhe Bandwürmer übertragen. Nur gerade 10% der Flohpopulationen leben auf dem Körper der Katze oder des Hundes. Die anderen 90% der Floh-



entwicklungsstadien (Ei und Larve) befinden sich in der Umgebung des Tieres. Es empfiehlt sich, mit dem Flohbekämpfungsspray Whiskas und Pedigree Pal Körbchen, Decken, Boden und Polster zu besprayen.

Der «Mini» für den Rasen

Aufsitzen, nach dem Elektro-Sofortstart ruckfreies Vor- und Rückwärtsmähen dank Hydro-Matic. Das ermöglicht der neue Aufsitzmäher Sabo Clipper 52 mit Viertakt-6-PS-Motor. Durch den beson-



ders kleinen Wendekreis und das seitlich versetzte Mähwerk mäht er ganz sauber an Kanten, Wegen und Bäumen vorbei. Schwierige Gelände und Hänge sind kein Problem. Die Schnittbreite beträgt 52 cm. Für die Schnitthöhe gibt es sieben Einstellstufen. Das Aluminium-Chassis ist unverwundlich. Der Sabo Clipper 52 kann auf seine Heckseite aufgestellt und auf kleinstem Raum parkiert werden.

Bezugsquellennachweis durch den Generalvertreter, Stabo AG, Länggenstrasse 28, 8184 Bachenbülach, Telefon 01 860 09 92, Fax 10 861 10 11