Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 80 (2002)
Heft: 3

Rubrik: Marktplatz

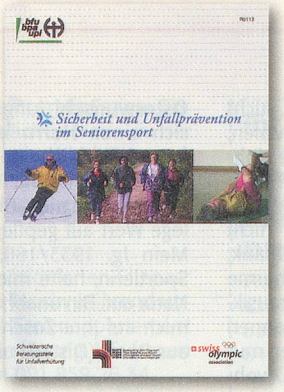
Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. 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: 26.11.2025

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



SICHERER SENIORENSPORT

Seniorensport ist biologische Altersvorsorge. Mehr als die Hälfte der 45- bis 74-Jährigen betätigt sich mindestens einmal in der Woche sportlich. Knapp ein Drittel jedoch gehört zu den völlig Inaktiven. Ab 45 Jahren werden 30 Minuten körperliche Aktivität pro Tag empfohlen. Sport leistet auch einen wichtigen Beitrag zum seelischen Wohlergehen der älter werdenden Bevölkerung, weil die Handlungsfähigkeit im Alter erhalten und somit die Lebensqualität erhöht wird.

Vermehrte Bewegung kann aber auch Unfälle verursachen. Das Bundesamt für Sport Magglingen (BASPO), die Schweizerische Beratungsstelle für Unfallverhütung (bfu) und Swiss Olympic haben deshalb die Dokumentation «Sicherheit und Unfallprävention im Seniorensport» geschaffen. Sie hilft den aktiven Leiterinnen und Leitern, das Älterwerden zu verstehen, die spezifischen Risiken im Seniorensport zu erkennen und die Unfälle in der Praxis zu verhüten. Das Autorenteam vermittelt die Grundlagen für Planung und Durchführung eines sicheren Seniorensportangebotes.

Kostenlos zu beziehen bei: bfu, 3001 Bern, Telefon 031 390 22 22, Mail sport@bfu.ch – www.bfu.ch

ZUM AUFATMEN – FERIEN MIT DER LUNGENLIGA

Sonne an der Riviera oder in Tunesien, Thermalbad am Genfersee? Die Lungenliga Schweiz organisiert «Ferien zum Aufatmen» und sorgt dafür, dass auch Menschen mit mittleren bis schweren Atembeschwerden einmal ohne Angst ausspannen können. An Asthma, chronischer Bronchitis oder Cystischer Fibrose Erkrankte sollen auf den medizinisch begleiteten Reisen die Luftveränderung geniessen, eine neue Umgebung und neue Menschen kennen lernen. Auch ihre Bezugspersonen sind herzlich willkommen.

LUNGENLIGA SCHWEIZ

Ferienprospekt 2002 erhältlich bei: Lungenliga Schweiz, Frau Barbara Wehrli, Südbahnhofstrasse 14c, Postfach 49, 3000 Bern 17, Telefon 031 378 20 51, Mail b.wehrli@lung.ch

DAS «HEIMETLI» WIRD 75

Unzähligen Gästen ist das 1927 eingeweihte Blaukreuz-Ferienheim ein Stück Heimat geworden. An herrlicher, ruhiger Lage mit Blick auf die Churfirsten lassen sich vom «Heimetli» im Toggenburg aus kleine und grosse Wanderungen unternehmen. Im Sommer lockt das geheizte Schwimmbad, im Winter die Bergbahnen, Loipen und Schlittelwege. «Wir sind überzeugt, dass unser Haus gerade in der heutigen hektischen Zeit einen wichtigen Platz als Ort der Erholung und Begegnung hat», schreibt der Stiftungsrat. Das Haus wird bewusst christlich und alkoholfrei geführt und bietet eine freundliche, heimelige Atmosphäre mit gepflegter Küche. Zum runden Geburtstag schenkt das Heimetli bei Buchung einer Ferienwoche allen einen Gratistag.

Informationen beim Heimleiterehepaar Bruno und Theres Bissegger, Pension Heimetli – Blaues Kreuz, 9650 Nesslau, Tel. 071 994 18 87, Fax 071 994 15 90

INSERATE

Schule für die zweite Lebenshälfte

Wissens- und Erfahrungs-Seminar

27. – 31. Mai 2002
in Wengen (Berner Oberland)

Bitte fordern Sie das detaillierte Programm bei uns an!

Inhalt: *VertreterInnen verschiedener mystischer Traditionen zeigen, was diese zur Gestaltung der zweiten Lebenshälfte zu lehren haben, wie sie Menschen durch den Nachmittag und Abend des Lebens begleiten.*

Ziele: *Wege und Anregungen kennen lernen, um die zweite Lebenshälfte sinnvoll zu gestalten und Freude darin zu finden, wenn die bisherigen sozialen Rollen (familiär oder beruflich) wegfallen oder nicht mehr tragen.*

A T R Æ I S

Die Schule für spirituelle Lebensgestaltung

Bergstr. 3, 8712 Stäfa • Tel. 01 796 17 16 • info@atreis.ch • www.atreis.ch

Haben Sie Lust auf einen «sicheren» Spaziergang?
*Mit dem **Ono**-Rollator von **etac** haben Sie einen treuen Begleiter. Die leichtgängigen Bremsen geben Ihnen die gewünschte Sicherheit.*
Ein preiswertes Qualitätsprodukt aus Schweden.
Vom gleichen Hersteller: weitere Rollatoren und Rollstühle.
Unterlagen und Händlerliste bei:

PromediTec

PromediTec Sàrl *Internet: www.promeditec.ch*
Rte de Neuchâtel 4bis/CP, 1032 Romanel-sur-Lausanne
Tél. 021 731 54 72, Fax 021 731 54 18

Mitglied ICCMO

PRAXIS FÜR ZAHNPROTHETIK
Eduard Lehmann
Franklinstrasse 35
8050 Zürich
Telefon 01 312 51 48
5 Minuten vom Bahnhof

- **Beratung**
- **Total- und Teilprothesen**
- **Reparaturen und Ergänzungen**
- **Unterfütterung**
- **Dentalhygiene**
- **IST-Schnarchschiene nach Prof. Hinz**
- **Hausbesuche**