

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 82 (2004)  
**Heft:** 4  
  
**Rubrik:** Ihre Meinung

### **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:** 12.01.2026

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



# Zeitlupe, Postfach 642, 8027 Zürich

## ZUM NACHDENKEN

### EINE AUFGABE IM ALTER

In seinem Buch «Der vierte König» lässt Edzard Schaper einen Klostervorsteher von den dort angesiedelten, uralten und teilweise verwirrten Menschen sagen: «Sie helfen uns beten.» Wäre das nicht auch eine Aufgabe für uns alte Menschen? Doch glauben wir noch an einen helfenden Gott? Wie sieht er aus, warum schweigt er zu allem Unrecht in der von ihm geschaffenen Welt?

C. F. Meyer antwortet darauf:

«Die Rechte streckt ich schmerzlich oft in Harnesnächten

Und fühlt gedrückt sie unverhofft Von einer Rechten.

Was Gott ist, wird in Ewigkeit Kein Mensch ergründen, Doch will er treu sich allezeit Mit uns verbünden.»

Alle Religionen kennen das Gebet als Bitte um Gnade und Kraft. Jesus hat es uns Christen gelehrt und vorgelebt. Wäre es da nicht an uns Alten, für die Welt und uns ganz persönlich zu beten mit den einfachen Worten: «Ich lege alles in Deine Hände, mein Gott.»

Alice Wegmann, Kilchberg ZH

## MEINUNGEN ZU ZEITLUPE-ARTIKELN

### Schwerwiegendes Problem 1-2/04

Ernährungsprobleme sind meistens eine Kombination von biologischen, psychischen, funktionellen und sozialen Faktoren. Oft ist das Wissen über eine gesunde Ernährung bei älteren Personen vorhanden, doch der Impuls für richtiges Verhalten fehlt. Sozial eingebettet zu sein ist ein ganz wichtiger Punkt, um eine gute, ausgeglichene Ernährung zu haben. Allen allein lebenden Personen kann ich nur empfehlen: Kocht dreimal pro Woche mit Gleichgesinnten zusammen und geniesst das Essen miteinander!

Noes Kempen, Winterthur

### Krafttraining 1-2/04

Schon lange beschäftigt mich das Thema Gymnastik und Krafttraining bis ins Alter. Nun ist mein 97-jähriger Vater seit seinem Altersheimeintritt vor zehn Jahren in dieser Situation, und ich

beobachte, dass in dieser Richtung viel mehr gemacht werden könnte. Die Selbstständigkeit würde länger erhalten bleiben, und gleichzeitig könnten die gewaltigen Kostensteigerungen auf den Pflegeabteilungen gebremst werden. Mir ist klar, dass man aus Bewegungsmuffeln nicht plötzlich Sportler machen kann. Vielleicht gelingt aber ein Anfang mit einer attraktiven Art von Motivation, wenn Einsicht allein nicht genügt?

Ursula Handschin-Stocker, Gelterkinden BL

## GEDICHT ZWILLINGE

Wie aus einem Diamant erlesen  
Zwei niedlich, kleine zarte Wesen.  
Haare blond, Augen blau,  
Mündchen und Näschen gleich genau.  
Händchen und Füßchen butterweich,  
Die runden Bäggli noch etwas bleich,  
Der Ruf nach Nahrung zur gleichen Zeit,  
Auch die Windeln stets bereit.  
Hat eines ein Wehwehchen im Bauch,  
Schreit das andere sicher auch.  
Sie werden grösser, gedeihen gut,  
Der Schalk pulsiert im gleichen Blut.  
Sie spielen und balgen um die Wette,  
Sie hängen zusammen wie eine Kette,  
Singen gemeinsam wie aus einer Kehle,  
Doch jedes hat seine eigene – Seele.

Anna Zeller, Greppen LU

## MEINUNGEN GEFRAGT NEUE BRÄUCHE?

Vor einigen Monaten starb meine Tante mit 92 Jahren. Sie war mir sehr lieb gewesen, und selbstverständlich wollte ich an der Beerdigung teilnehmen. Doch was musste ich von meiner Kusine hören? «Mein Bruder organisiert alles. Er will nichts von Kirche hören. Auch nichts von einer öffentlichen Urnenbeisetzung. Er sagt, er werde am Ende des Monats ein Fest organisieren zur Erinnerung an Mutter.»

Mir wurde seltsam zumute. So konnte ich ja gar nicht von meiner Tante Abschied nehmen. Und sicher fühlten andere gleich. Zudem war die Verstorbene sehr religiös gewesen. Der Glaube bedeutete ihr viel, war wirklich Teil ihres Lebens. Später hörte ich, es sei

## LIEBE LESERIN, LIEBER LESER

In unserem Postfach sammelt sich die unterschiedlichste Post: Komplimente und Kritiken, Fragen und Ratschläge, Meinungen und Kommentare – und immer wieder Texte, die Sie geschrieben haben. Ihr Bedürfnis nehmen wir mit dieser neuen Rubrik auf und bauen unsere Leserseite aus.

Haben Sie ein Gedicht geschrieben? Stellen Sie ein Thema zur Diskussion? Suchen Sie ein Lied, ein Kochrezept oder ein Gedicht? Hoffen Sie, einen Dienstkollegen oder Schulkameraden auf diese Weise wieder zu finden? Möchten Sie auf einen Beitrag antworten?

Dann schreiben Sie uns und ergänzen – wo möglich – Ihren Beitrag mit einem passenden Foto: Zeitlupe, Leserpost, Postfach 642, 8027 Zürich, Mail [zeitlupe@pro-senectute.ch](mailto:zeitlupe@pro-senectute.ch)

ein schönes Fest gewesen. Der Sohn der Verstorbenen habe selber in sehr launiger Art und Weise über das Leben seiner Mutter berichtet. Die Musik sei prima gewesen, das Essen auch.

Es würde mich sehr interessieren, wie andere Leserinnen und Leser über dieses Thema denken. M. S., W.

## BÜCHER



### WENN DER WECKER NICHT MEHR RASSET

Vierzehn Kurzgeschichten aus dem so genannten Ruhestand erzählt der 1913 geborene Autor Maximilian Zürcher in seinem neuesten Buch «Wenn der Wecker nicht mehr rasselt». Mal ernst, mal humorvoll, mit einem Augenzwinkern und einer grossen Portion Gelassenheit setzt er sich mit Alltagssituationen und mit Schicksalsschlägen im Alter auseinander.

Maximilian Zürcher: Wenn der Wecker nicht mehr rasselt. Brunner-Verlag, Kriens, 207 Seiten, CHF 26.80

**LIEBI CHASCH NID CHOUFE**

In ihrem dritten Band «Liebi chasch nid choufe» erinnert sich Margrith Gimmel an die Jahre zwischen 1966 und 2000.

Die junge Witwe Annerös muss sich mit ihrem Kind

durchschlagen. Arbeitswechsel, finanzielle Not, Krankheiten und Auseinandersetzungen mit den Behörden machen ihr das Leben schwer. Die ob Thun wohnende Autorin schreibt in gut verständlichem Berndeutsch.

Margrith Gimmel: Liebi chasch nid choufe.

Roman us em Läbe verzellt. Zytglogge-Verlag, Oberhofen, 130 Seiten, CHF 29.–

**GESUCHT****GEDICHTE VON FRÜHER**

Ich suche schon lange das Gedicht «Isch ächt do obe Bauele feil?» Wer kennt es und kann es mir weitergeben?

Elsa Müller, Aarburg AG

Jeden Winter, wenn ich durch den verschneiten Wald wandere, geht mir die folgende Gedichtstrophe von drei Kindern durch den Kopf: «Sie irrten im Wald... kreuz und quer, sie finden im Schnee den Weg nicht mehr.» Kann mir jemand helfen?

Hanny Blaser, Langnau BE

Wer die Gedichte kennt oder einen Diskussionsbeitrag zum Leserbrief von M. S. «Neue Bräuche?» leisten möchte, schreibe bitte an: Zeiltupe, Leserpost, Postfach 642, 8027 Zürich. Wir werden die Antworten weiterleiten und einige davon veröffentlichen.

Bitte haben Sie Verständnis, dass wir aus Platzgründen weiterhin aus Ihren Zuschriften eine Auswahl treffen und längere Briefe allenfalls auch kürzen müssen. Besten Dank.

Die Redaktion

**LÖSUNG «Und das noch...» Seite 67**

Um 400 v. Chr. hat der griechische Arzt Hippokrates zum ersten Mal die Migräne ausführlich beschrieben. Richtig ist somit Lösung B.



## Wellness – Kuren und Erholen.

**Abano/Montegrotto – Italien**

6 Tage ab Fr.

Wohlbefinden und Erholung im Fangozentrum

**718.–\***

*Abano/Montegrotto: Nur einen Katzensprung von Venedig entfernt, umgeben vom üppigen Grün der Parks der Euganeischen Hügel, befindet sich das grösste und älteste Thermalzentrum Europas für Ihr Wohlbefinden und Ihre Gesundheit. Ob Seele baumeln lassen und «Dolce far niente», für Sportbegeisterte oder zur Erholung, ob Wellness oder zur Fangokur ist Abano/Montegrotto die perfekte Wahl. Die familiär geleiteten Hotels garantieren einen angenehmen Aufenthalt und bestes Preis-/Leistungsverhältnis. Arrangements von 4 bis 16 Tagen.*

**Reise-Information**

Carreise im luxuriösen 5-Stern-Bus ab der ganzen Deutschschweiz vom 14.02. bis 13.11. jeden Samstag und zusätzlich jeden Montag in der Hochsaison. Sie haben die Wahl aus 17 Hotels der \*\*\* und \*\*\*\* Kategorie.



Hotel La Residence\*\*\*\*

- Reise im 5-Stern-Bus
- Ausgezeichnete italienische Küche mit Menüwahl
- Thermalhallen- und Freibäder in jedem Hotel
- Behandlungen direkt in den Hotels
- Gratis-Ausflug in der Hochsaison
- Schweizer Reiseleitung
- Mehr als 40 Jahre Erfahrung

**Abano-Schnupperreise**

**4 Tage oder 6 Tage ab Fr. 445.–**

Die Schnupperreise zum Ausprobieren und Testen. Termine jeden Samstag und Montag (13.03.–03.07./14.08.–30.10.), inkl. Reise, Hotel Paradiso\*\*\*, DZ, HP, Ausflug nach Venedig.

\* Reise im 5-Stern-Bus, Hotel Patria\*\*\*, DZ, Vollpension (Preisbeispiel gültig vom 06.03.–29.03. und 19.06.–31.07.), Auftragspauschale p. B. Fr. 25.–



Sie reisen im **5-Stern-Bus** nach Abano/Montegrotto (33 bequeme Lederfauteuils, 3er-Bestuhlung und grosszügiger Sitzabstand).

Verlangen Sie unsere Kataloge oder buchen Sie online unter [www.eurobus.ch](http://www.eurobus.ch) (Internet-Buchungsrabatt Fr. 30.– pro Buchung)

Aargau	056 461 63 63
Basel	061 711 55 77
Bern	031 996 13 13
Ostschweiz	071 446 14 44
Zentralschw.	041 496 96 66
Zürich	01 444 12 12



**Reisen mit Genuss.**