

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 82 (2004)
Heft: 7-8

Inhaltsverzeichnis

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>

THEMA | SPORT

- 6 Sich aufraffen lohnt sich
INTERVIEW | BEAT RICHNER
 16 «Ich ertrage das Elend immer schlechter»
BEGEGNUNGEN
 70 Der Berner Schriftkünstler Adrian Frutiger
 72 Was Jack Stark mit der Fürstin von Monaco erlebte

ZEITSPIEGEL

- 12 Freude herrscht – auch im Herbst des Lebens
 14 Wie das Bircher Müesli die Welt eroberte

DAFÜR UND DAGEGEN

- 21 Kühe ohne Hörner?

BRAUCHTUM

- 22 Die «Chästeilet» im Berner Oberländer Justistal

WISSEN

- 28 So können Sie Ihre alten Amateurfilme retten

KULTUR

- 34 Napoleonischer Prunk und Pomp am Bodensee

- 35 Die Königin von Saba kommt nach Königsfelden

- 36 Fernsehen DRS sendet aus Gotthelfs Zeiten

GESUNDHEIT

- 38 Ganzheitliche Heilkunst aus dem Himalaja

- 40 Ihre Fragen zu Diabetes

RATGEBER AHV

- 44 Pflegekosten und Vermögen

- 44 AHV-Beitritt im Ausland

LESERREISE

- 46 Mit der Zeitlupe auf die Axalp am Brienzersee

RATGEBER GELD

- 47 Vorsorgegeld, das niemand haben will

UNTERWEGS

- 48 Velofahren an der jungen blauen Donau

PRO SENECTUTE

- 56 Die Zentrale von Pro Senectute Schweiz

- 58 Kantonale Pro-Senectute-Organisationen

- 62 Wie ein Familienrat Probleme lösen kann

RUBRIKEN

- 3 Impressum, Editorial

- 30 Leserstimmen

- 43 Schweizerischer Seniorenrat

- 50 Kleinanzeigen

- 54 et cetera

- 64 Rätsel & Spiel

- 66 Bestelltalon

- 67 Glückstreffer

- 74 Notizen

**BIRCHERMÜESLI**

Das «Müesli» ist eines der wenigen schweizerdeutschen Wörter, das in der ganzen Welt bekannt ist. Entstanden ist Birchers Müesli mitten in Zürich.

Seite 14

**TIBETISCHE MEDIZIN**

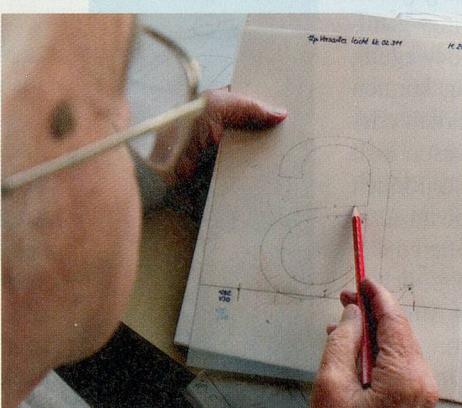
Die Medizin aus dem Himalaja gewinnt immer neue Freunde. Sie ist zwar bereits uralt, aber keineswegs veraltet. Mit ihren Heilpflanzen und Mineralien will sie die menschliche Gesundheit ins Gleichgewicht bringen.

Seite 38

**FAMILIENRAT**

Wenn ältere Menschen plötzlich gesundheitliche Probleme bekommen, stösst die Hilfsbereitschaft ihrer Kinder gelegentlich an ihre Grenzen. In diesen Situationen kann ein Familienrat mithelfen, die Probleme zu lösen.

Seite 62

**ADRIAN FRUTIGER**

Der Berner Oberländer Typograph und Künstler hat einige der weltweit berühmtesten Schriften entworfen – wie zum Beispiel die «Univers» oder die «Frutiger». Heute nimmt er es etwas ruhiger.

Seite 70