

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 82 (2004)  
**Heft:** 10

**Rubrik:** Et cetera

### **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:** 29.09.2025

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



BILD: TRES CAMENZIND

## TIERBEGEGNUNGEN AUF DEN SENIOREN RundGÄNGEN

Der Zoo Zürich feiert sein 75-Jahr-Jubiläum. Seit seiner Gründung und Eröffnung durch die Tiergarten-Gesellschaft Zürich im Jahre 1929 hat sich vieles verändert. Das Zoogelände hat sich um einiges vergrössert, und die Tierhaltung wird laufend den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen angepasst. So hat sich der Zoo von einer Menagerie in Richtung auf ein eigentliches Naturschutzzentrum entwickelt. Letztes Jahr wurde der Masoala-Regenwald eröffnet, und dieses Jahr steht ganz im Zeichen des Löwen. Für die Zukunft stehen ebenfalls viele Projekte auf dem Programm. Nebst den vielfältigen Jubiläumsaktivitäten und Veranstaltungen werden auch im Oktober, November und Dezember (jeweils am ersten Mittwoch und Sonntag des Monats) einstündige Seniorenrundgänge angeboten.

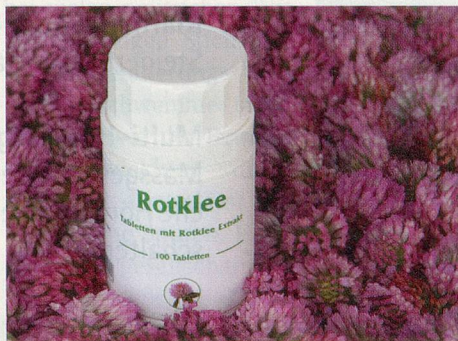
Infos: Zoo Zürich, Zürichbergstrasse 221, 8044 Zürich, Tel. 044 254 25 00, Fax 044 254 25 10, Mail zoo@zoo.ch, Internet www.zoo.ch

## FÜR 30 RAPPEN INS MUSEUM

Wer mit dem Schweizer Museumspass innerhalb eines Jahres alle angeschlossenen Museen besucht, zahlt für den Eintritt im Schnitt nur 30 Rappen.

Denn der Jahrespass 2005 kostet 111 Franken, und damit können die ständigen Sammlungen und 246 Sonderausstellungen in 386 Schweizer Museen besucht werden. Im ersten Halbjahr 2004 haben sich 19 weitere Museen dem Schweizer Museumspass angeschlossen, und es wurden 30 Prozent mehr Eintritte verzeichnet. Grund für diese Steigerung ist entweder der Erfolg des Museumspasses oder das schlechte Wetter...

Weitere Infos: Schweizer Museumspass, Hornbachstrasse 50, 8034 Zürich, Telefon 044 389 84 56, Fax 044 389 84 00, Mail info@museumspass.ch, Internet www.museumspass.ch



## ROTKLEE LINDERT HORMONBESCHWERDEN

In Asien und Lateinamerika nehmen Frauen weitaus mehr pflanzliche Kost mit Phytoöstrogenen (pflanzlichen Hormonen) zu sich als in Westeuropa. Studien belegen, dass diese pflanzlichen Hormone bei der Therapie von Wechseljahresbeschwerden und in der Prävention zahlreicher Zivilisationskrankheiten sowie der Osteoporose eine wichtige Rolle spielen. So unterziehen

sich beispielsweise nur gerade vier Prozent der Japanerinnen einer Hormon-Ersatztherapie – gegenüber dreissig Prozent der Frauen in den USA. Neu entdeckt worden ist, dass der heimische Rotklee dank des richtigen Kultivierungs- und Herstellungsverfahrens um ein Vielfaches reicher an Phytoöstrogenen ist als andere pflanzliche Extrakte. Es wird berichtet, dass Rotklee auch bei Neurodermitis und anderen Hautkrankheiten wirksam ist. Rotklee-Tabletten von Phytopharma sind in Packungen à 100 Tabletten zu CHF 39.80 in Apotheken und Drogerien erhältlich.

INSERAT

## Tipps für die Dritten...

### Sichere Haftung

**DENTOFIX® FORTE**  
Haftpulver

25 g 5.60



40 ml 9.60



**DENTOFIX® EXTRA FORTE**  
Haftcrème

Für 12 Stunden Sicherheit.

### Sauberkeit und Frische

**ECOSYM® Gel**  
und **Gebissbürste**.

Auch Prothesenhaftmittel lassen sich gut entfernen.

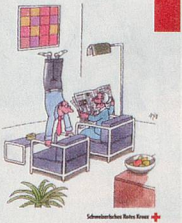


Gel 60 ml 7.40

Gebissbürste 8.90

Dr. Wild & Co. AG Basel



**Selbstständig bleiben  
im Alter – ein Ratgeber**

**SELBSTSTÄNDIG, BEWUSST  
UND AKTIV INS ALTER**

Haben Sie Fragen zu der Zeit nach der Pensionierung? Zu Recht und Finanzen, zu Ihrer Wohnsituation oder zu Gesundheit und Krankheit im Alter? Dann bestellen Sie diesen neuen Ratgeber, herausgegeben vom Schweizerischen Roten Kreuz und der Interessengemeinschaft für praktische Altersfragen: Selbstständig bleiben im Alter.

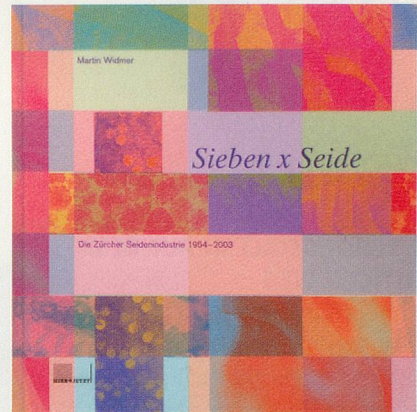
Der 176-seitige Ratgeber enthält nützliche Informationen, Tipps und Anregungen zu allen wichtigen Bereichen des Älterwerdens. Auch die Erfahrungen von Fachleuten, viele interessante Illustrationen und praktische Fragen für die persönliche Auseinandersetzung mit den Themenbereichen lassen sich in den Alltag übertragen. Ausserdem liefert das Adressverzeichnis nützliche Kontaktadressen von Institutionen, Informationsquellen und Dienstleistungsstellen.

Der Ratgeber «Selbstständig bleiben im Alter» kann für CHF 26.– (plus Porto und Versand) bestellt werden unter der Mailadresse [logistikCH@redcross.ch](mailto:logistikCH@redcross.ch)

**EIN HALBES JAHRHUNDERT  
STADT ZÜRICH  
AN DER SEIDENSTRASSE**

Um 1900 galt Zürich als Seidenmetropole der Schweiz, und die Seidenindustrie zählte in unserem Land zu den wichtigsten Wirtschaftszweigen. In der Zwischenzeit hat die traditionsreiche Branche bei uns aber an Bedeutung verloren, und sie ist nur noch im Nischen- und Spezialitätenbereich tätig. Im Buch «Sieben x Seide» wird die Entwicklung der Zürcher Seidenindustrie in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts aufgearbeitet. Anhand von sieben Reportagen, Zeitzeugen und historischem Bildmaterial wird darin einerseits der Niedergang diverser Unternehmen beleuchtet, andererseits werden aber auch Firmen vorgestellt, die trotz allem überlebt haben. Ein informativer und zugleich unterhaltsamer Lesestoff für alle, die Interesse an Schweizer Industriegeschichte haben.

Martin Widmer: *Sieben x Seide – die Zürcher Seidenindustrie 1954–2003*, Hier+Jetzt Verlag, Baden, 2004, 216 S., CHF 48.–


**«ZUKUNFT ALTER» ZUM WIEDERHÖREN**

Vom 9. bis 13. August ging «Kontext» auf Radio DRS 2 der Frage nach der Zukunft des Alters nach. Dabei wurde das Thema aus verschiedenen Blickwinkeln beleuchtet. Die fünf Sendungen enthielten eine Reportage aus einem Altersheim, Beiträge über Möglichkeiten und Grenzen einer Psychotherapie im Alter, medizinische und historische Entwicklungen des Alters, die Schwierigkeiten von alten Männern, aus dem gesellschaftlichen Leben auszusteigen, und ein Gespräch über Alter und Altern mit Marc Pflüger, Direktor von Pro Senectute Schweiz. Die Sendereihe kann als Doppel-CD oder Audiokassette für 32 Franken (Porto inbegriffen) bei der Zeitlupe bestellt werden (Bestelltalon auf Seite 86).



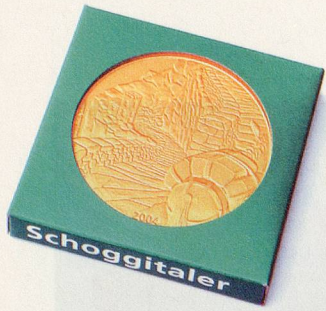
INSERAT

**Bei Wechseljahr-  
beschwerden.**
**HORMONFREI**

In Ihrer Apotheke  
Bitte lesen Sie die Packungsbeilage



**OMIDA**  
HOMÖOPATHIE  
**GENAU RICHTIG**  
[www.omida.ch](http://www.omida.ch)



**MIT SCHOGGITALERN AUF DEM RICHTIGEN WEG**

Appetit auf Schokolade? Mit Schoggitalern können Sie zusammen mit dem Schweizer Heimatschutz und Pro Natura Projekte zur Erhaltung und Erneuerung historischer Verkehrswege unterstützen. Diese Zeugen der Vergangenheit sollen im Rahmen des Programms «Kulturwege Schweiz» der Fachorganisation ViaStoria dem sanften Wandertourismus erschlossen werden. Haben Sie den Schoggitaler-Verkauf verpasst, können Sie jetzt im Talerbüro Geschenkpackungen (mindestens zwei à je CHF 15.–) mit drei Talern bestellen.

Talerverkauf für Heimat- und Naturschutz, Postfach, 8032 Zürich, Tel. 044 262 30 86, Fax 044 252 28 70, Mail [info@schoggitaler.ch](mailto:info@schoggitaler.ch), Internet [www.schoggitaler.ch](http://www.schoggitaler.ch)

**DIE OSTSCHWEIZ HAT VIEL ZU BIETEN**

Lust auf 300 Käseproben? Oder möchten Sie wissen, was in den Schaffhauser Zunfthäusern passierte, wo das Freudenhaus war, was es mit den vielen Erkern der Bürgerhäuser auf sich hat? Dann machen Sie einen Ausflug in die Ostschweiz. Vom 28. bis 31. Oktober findet die 3. Olympiade der Bergkäse in Appenzell – zum ersten Mal in der Schweiz – statt. Regionen aus ganz Europa präsentieren während dieser Tage ihre Produkte, die von einer internationalen Jury degustiert und bewertet werden. Und allerlei Wissenswertes über die Geschichte Schaffhausens erfahren Sie auf Stadtrundgängen am 22. und 29. Oktober sowie am 19. und 26. November. Infos: Ostschweiz Tourismus, Bahnhofplatz 1a, 9001 St. Gallen. Telefon 071 227 37 37, Fax 071 227 37 67, Internet [www.ostschweiz.ch](http://www.ostschweiz.ch)



**AUCH MÄNNERHAUT BRAUCHT PFLEGE**



Wussten Sie, dass sich die Haut von Frauen und Männern vor allem in der Hautdicke und der Talgdrüsen-Aktivität unterscheidet? Männerhaut ist dicker und fettiger. Das macht sie nicht nur widerstandsfähiger, sondern lässt auch die Faltenbildung später einsetzen. Sobald die Hautalterung jedoch beginnt, verliert die Gesichtshaut an Festigkeit und Elastizität. Wangen und Kinnpartie erschlaffen, hinzu kommen Falten hauptsächlich um Nase und Mund. Die Laboratoires Vichy lancieren mit Silicium-R die erste Pflege, die Männerhaut mit Silicium versorgt. So wird die Haut gefestigt und gestrafft, die Falten werden vermindert. *Erhältlich in Apotheken im 50ml-Pump-Flacon zu CHF 29.80.*

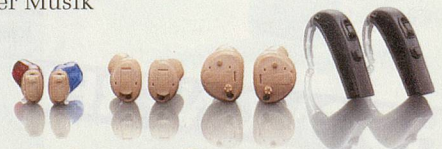
INSERAT



«Mein Hörgerät denkt genau wie ich.»

Es erfasst intuitiv jede Situation und unterscheidet blitzschnell Sprache oder Musik von störenden Nebengeräuschen. Dabei trifft es automatisch die richtige Entscheidung für natürliches Hören und klares Verstehen.

Ein kleines Wunder? – Ja, denn dank modernster Technologie garantiert es viel Intelligenz auf kleinstem Raum.



Oticon ♦ Syncro

Oticon SA • Niklaus Konrad-Strasse 18 • 4501 Solothurn • 032 625 54 64 • [info@oticon.ch](mailto:info@oticon.ch)



## 50 JAHRE ASSUGRIN

Seit 1954 ist Assugrin bei den gesundheits-, geschmacks- und linienbewussten Konsumentinnen und Konsumenten bekannt und beliebt: Assugrin schmeckt wie Zucker und ist praktisch kalorienfrei. Die Hermes-Süssstoff AG, die dieses Jahr zudem ihren hundertsten Geburtstag feiert, will sich für die Treue der Konsumentinnen und Konsumenten bedanken: mit 100 Gratistabletten bei den Assugrin-Gold-Produkten und neuen Rezepten auf den Pulver- und Flüssig-Gläsern. Ausserdem können weitere Jubiläumsgeschenke auf [www.assugrin.ch](http://www.assugrin.ch) gratis bezogen werden: beispielsweise die Jubiläumsbroschüre «sweet life» mit zahlreichen Anekdoten rund ums Thema Süsstoffe, leckere Back- und Cocktailrezepte, Pins und Mausmatten (solange Vorrat).

## SO MEISTERN SIE DIE TREPPEN IM SITZEN

Haben Sie Probleme beim Treppensteigen? Ist Ihre Treppe gerade und hat eine konstante Steigung? Dann ist das neue Treppenliftmodell Minivator der Firma Rigert

nicht nur eine praktische und günstige Lösung, sondern auch sofort lieferbar. Zum Einbau wird eine Aluminiumschiene seitlich auf der Treppe befestigt, die als Führung für das Liftelement dient. Unter dem Sitz ist ein kräftiger Akkumotor angebracht, und für die

Stromversorgung genügt eine normale Steckdose (220 V). Der Drehsitz ist höhenverstellbar und macht so das Ein- und Aussteigen sicher und bequem. Sitz, Fussauflage und Armlehnen können hochgeklappt werden. Die Fernbedienungen sowie die Fahrbefehlsschalter in der Armlehne sind handlich und einfach zu bedienen.

Infos und Bestellung: Rigert AG, Treppenlifte, Eichlihalde 1, 6405 Immensee, Telefon 041 854 20 10, Fax 041 854 20 11, Mail [info@rigert.ch](mailto:info@rigert.ch), Internet [www.rigert.ch](http://www.rigert.ch)



BILD: TRES CAMENZIND

## Das Alter hat viele Gesichter ...

# Wie weiter mit meiner Mutter? Wie weiter mit meinem Vater?

Eben noch war Ihre Mutter oder Ihr Vater sehr selbstständig und unternehmungslustig...

Und plötzlich merken Sie: Es ändert sich etwas. Meine Mutter oder mein Vater mag nicht mehr wie früher. Sie machen sich Sorgen und spüren: Ich bin als Tochter oder als Sohn gefordert... Nur: Woher weiss ich, was es alles gibt? Woher weiss ich, wer meine Mutter oder meinen Vater im Alltag unterstützen kann? Wer ist bereit, ihr oder ihm beizustehen, wenn ich an der Arbeit bin oder weit weg?

Kommen Sie zu Pro Senectute, wenn Sie als Tochter oder als Sohn merken, dass Sie gefordert sind, für Ihre Mutter oder Ihren Vater Verantwortung zu übernehmen und zu sorgen.

Die Pro-Senectute-Beratungsstellen haben viel Erfahrung mit Altersfragen. Sie kennen die Unterstützungsmöglichkeiten, die es an einem bestimmten Ort für ältere Menschen gibt. Sie vermitteln Dienstleistungen, die mithelfen, dass Ihre Mutter oder Ihr Vater zu Hause bleiben kann. Sie wissen um Möglichkeiten, welche die sozialen Kontakte sichern und gegen Einsamkeit helfen.

In der Schweiz gibt es über 120 Pro-Senectute-Beratungsstellen. Diese sind nicht nur für die älteren Menschen selbst da, sondern auch für die Angehörigen. Ein Verzeichnis sämtlicher Beratungsstellen finden Sie vorne in jeder Zeilupe.

