

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 82 (2004)
Heft: 1-2

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: 11.01.2026

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

THEMA KRAFTTRAINING	
6	Lange auf eigenen Füßen bleiben
INTERVIEW MARTIN MEZGER	
14	«Die älteren Menschen sind Pioniere»
JACKS BEGEGNUNGEN	
64	Velorennen mit Mäni Weber

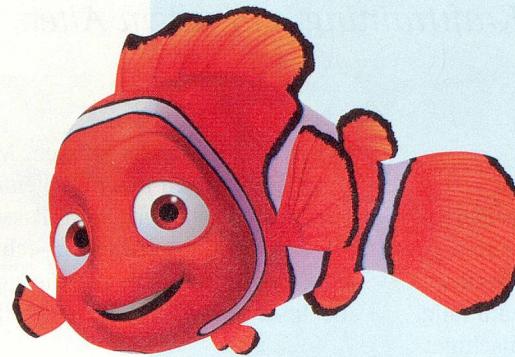
ZEITSPIEGEL	
11	Das neue Gesetz für Erwachsenenschutz
DAFÜR UND DAGEGEN	
19	Darf ein Brief so teuer sein?
FOTOAUSSTELLUNG	
20	Hier bin ich daheim
GESUNDHEIT	
22	Schwerwiegendes Problem
KULTUR	
26	Bilder von Georgia O'Keeffe in Zürich
27	Johann-Strauss-Gala in Basel
28	Ein Ballett nach Johann Sebastian Bach
MUSEUMSTAG	
30	Zu Besuch im Kunsthause Aarau
SCHREIBSEMINARE	
31	Wer schreibt, kann sich erinnern
SCHÖNES LEBEN	
32	Eigene Ideen erhalten jung
RATGEBER AHV	
36	Leistungen von AHV/EL an Hinterlassene
37	Neuberechnung der Altersrente
RATGEBER GELD	
39	Seniorenbudget – sich anpassen zahlt sich aus
AQUARIEN	
40	Da braucht mehr als Wasser
UNTERWEGS	
42	Auf grossem Fuss bergen
LESERREISE	
44	Mit der Zeitlupe auf gemütliche Pilzsuche
PORTRÄT	
62	Jack Stark über seine Zeit mit den Prominenten
PRO SENECTUTE	
50	Neue Herausforderungen in Basel
52	Kantonale Pro-Senectute-Organisationen
53	Leiterkurse für Seniorensport
56	Bessere Betreuung für Demenzkranke
RUBRIKEN	
3	Impressum, Editorial
24	Ihre Meinung
45	Kleinanzeigen
48	et cetera
59	Glückstreff
60	Rätsel & Spiel
66	Notizen

Titelbild: Peter Mosimann

**KREATIVITÄT**

Die einen tanzen, andere dichten, manche nähen und sticken. Kreativ sind wir im Grunde ja alle, doch manchmal gilt es, schlummernde Kräfte zu wecken. Wichtig ist dabei nicht die Leistung, sondern die Freude am Tun.

Seite 32

**GOLDFISCH & CO.**

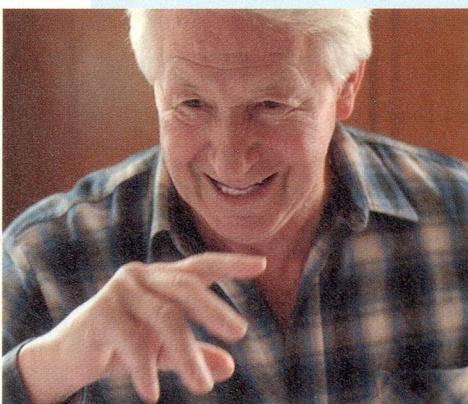
Ein schönes Aquarium im Wohnzimmer und gesunde, kräftige Fische sind eine Zierde. Die Zeitlupe zeigt, was man über die Pflege dieser empfindsamen Wasserbewohner wissen sollte.

Seite 40

**BERGAN IM SCHNEE**

Touren mit Rucksack und Schneeschuhen sind eine schöne Alternative zum Treiben auf Pisten und Loipen. Was braucht es, um sicher unterwegs zu sein? Wir geben Tipps.

Seite 42

**ANREGUNG ZU HAUSE**

Demenzkranke können von einer Fachperson in wöchentlichen Besuchen daheim begleitet und in ihren Kompetenzen gestärkt werden. Dies ermöglicht ein Pro-Senectute-Projekt im Kanton St. Gallen.

Seite 56