

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 83 (2005)  
**Heft:** 3

**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:** 16.01.2026

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



BILD: MARTIN GUIGISBERG

### PATIENTENRECHTE AM TAG DER KRANKEN

«Der Kranke hat ein Recht zu fragen und Informationen zu bekommen, und diesem Recht entspricht die Pflicht des Arztes, ihm nach bestem Wissen und Gewissen zu antworten», schreibt der Philosoph Hans Saner zum Tag der Kranken am 6. März. Seit 1979 haben in der Schweiz Patientinnen und Patienten das Recht, Behandlungen anzunehmen oder sie abzulehnen. Doch ohne offene Gespräche können die Entscheide nicht getroffen werden. Eine Patientenverfügung zeigt den Patientenwillen auf – für den Fall, dass sich dieser nicht mehr selber äussern kann. Der Tag der Kranken wird seit 1939 am ersten März-Sonntag begangen. Er ist den Kranken gewidmet und soll die gute Beziehung zwischen Gesunden und Kranken fördern – dieses Jahr unter dem Motto «Fragen erleichtert das Ertragen». Betroffene sollen Mut fassen, das Recht auf Informationen wahrzunehmen, sich der Krankheit zu stellen und in einer Patientenverfügung den eigenen Willen festzuhalten. Weitere Informationen sind unter [www.tagderkranken.ch](http://www.tagderkranken.ch) zu finden.

### EIN FRISCHER WIND FÜR SCHONENDES HAARETROCKNEN

Umwelteinflüsse, starke Sonnenbestrahlung, häufiges Färben oder falsche Pflege können das Haar strapazieren oder gar schädigen. Auch statisch aufgeladene Haare sind widerspenstig und schwierig zu frisieren. Philips hat ein neues System bei Haartrocknern entwickelt, das dem entgegenwirkt: den «Powerprotect ION». Er neutralisiert positive Ionen und reduziert somit die statische Aufladung der Haare. Der «Powerprotect ION» garantiert eine konstante und schonende Temperatur von 57°. Sein starker Luftstrom sorgt für schnelles Trocknen. Dadurch wird das Haar wieder weich, glänzend, erhält Volumen und fällt geschmeidiger.

Erhältlich für CHF 95.– im Fachhandel und in Warenhäusern und bei [www.philips.com](http://www.philips.com)



### SENIORINNEN UND SENIOREN FÜR BUCHJURY GESUCHT!

Der «Prix Chronos» ist ein Jugendliteraturpreis, der in Frankreich und seit 1997 auch in der Romandie verliehen wird. Dieses Jahr findet erstmals eine Preisverleihung in der Deutschschweiz statt. Dazu werden lesebegeisterte Seniorinnen und Senioren für die Jury gesucht. Es stehen vier Kinder- und Jugendbücher zur Auswahl, die von je einer Kinder- und einer Seniorenjury bewertet werden. Der «Prix Chronos» ist mit 2000 Franken dotiert und wird an der Buchmesse in Basel verliehen. Informationen: Pro Senectute Schweiz, Bibliothek und Dokumentation, Tel. 044 283 89 81. Dort erhalten Sie die nominierten Bücher zur Ausleihe und können sich als Jury-Mitglied anmelden.



## SO WIRD AUS DER GEWICHTSKONTROLLE EIN WISSENSSPIEL

Die moderne Art, Verantwortung für die eigene Gesundheit zu übernehmen, heisst «Vision» oder «Silhouette». Die beiden Bodymaster-Personenwaagen von Rowenta sind Trainingsassistent und Gesundheitsberater in einem. Das Basismodell «Silhouette» weist alle Gewichtsangaben in Kilogramm aus, auch die Mager- und Fettmasse. Sie erfahren, ob Sie einfach viel geschwitzt oder tatsächlich Fett verbrannt haben – und das ohne Rechenkünste. Auch die empfohlenen Mindest- und Höchstwerte werden angezeigt. Das Modell «Vision» kann noch mehr: Fünf Personen können ihre Daten (Grösse, Alter, Geschlecht) eingeben, auch Kinder ab sechs Jahren. So erhalten Sie Ihre persönlichen Gewichtsrichtwerte. Neu ist die Anzeige des täglich empfohlenen Kalorienverbrauchs. Dazu gibts eine CD-ROM mit Ernährungstipps, Fitnessübungen und Informationen über den menschlichen Körper und seine Zusammensetzung.

Erhältlich im Fachhandel oder Warenhaus zum Preis von CHF 169.–.

Infos: Koenig Apparate AG, 8052 Zürich, Telefon 044 306 11 55, Internet [www.koenig-ag.ch](http://www.koenig-ag.ch)



## MIT WÄRME GEGEN MUSKELBESCHWERDEN

Heftige Bewegungen, falsches Sitzen, immer gleiche Arbeitsabläufe, sportliche Aktivitäten oder klimatisierte Räume können oft Muskelbeschwerden auslösen.

Hansaplast hat zwei neue Produkte zur Behandlung von Muskelschmerzen auf den Markt gebracht: die Wärme-Therapie-Pads (gross für die Rückenpartie und klein für Nacken und Schultern). Die Wärmezellen enthalten natürliche Inhaltsstoffe wie Eisenpulver, Aktivkohle, Salz und Wasser. In Verbindung mit Sauerstoff erwärmen sie sich innerhalb von dreissig Minuten auf etwa 40 Grad. Diese gleich bleibende Temperatur hält über rund acht Stunden an. Dabei wird die Blutzirkulation stimuliert und den Muskeln genügend Sauerstoff zugeführt, was den Heilungsprozess beschleunigt.

Bei Coop, Epa, Estorel und im Fachhandel. Hansaplast Wärme-Therapie-Pad gross (2 Stück, 22x10 cm) CHF 12.90, klein (2 Stück, 15x10 cm) CHF 9.90.

## UNTERLAGE FÜR ENTSPANNEN, ERHOLSAMEN SCHLAF

Leiden Sie an Rücken-, Gelenk- oder Gliederschmerzen, Rheuma, Nackenverspannungen oder Schlafstörungen? Vielleicht ist das Kissen oder die Matratze schuld. Elsa-Kissen und -Matratzen sorgen für guten Schlaf. Ihre Grundlage ist viskoelastischer Hightech-Schaum, FCKW-frei ohne Schadstoffe. Das natürliche Material ist atmungsaktiv, dauerhaft elastisch und sehr pflegeleicht. Es reagiert auf Körperwärme, passt sich dem Körper optimal an und stützt ihn ohne Druckstellen. Überzug und Schaumstoff können bei 60 Grad in der Waschmaschine gewaschen werden. So bleiben sie milbenfrei und eignen sich auch für Allergiker.

Elsa-Matratzen können dreissig Tage lang kostenlos getestet werden. Infos: Elsa AG, Telefon 041 269 88 88, Gratis-Bestell-Fax 0800 400 999, Mail [contact@elsaint.com](mailto:contact@elsaint.com), Internet [www.elsaint.com](http://www.elsaint.com)



## LIEBLINGSREZEPTE UND LEBENSGESCHICHTEN



Sechs angehende Pflegefachfrauen und -männer der Berufsschule für Pflege Männedorf baten 15 Beftagte zwischen 71 und 91 Jahren, ihnen aus ihrem Leben zu erzählen und ihre Lieblingsrezepte zu verraten. Herausgekommen ist dabei «Lebensmenüs», ein faszinierendes Koch- und Lesebuch. Unterhaltsame, teils auch nachdenklich stimmende Lebensgeschichten wechseln sich ab mit Rezepten wie Türggäribäli (geröstete Maisklümpchen), Apfelbrotauflauf oder Hafenkabis. Am Schluss des Buches sind einige allgemeine Betrachtungen zur Ernährung im Alter angefügt.

Das Koch- und Lesebuch «Lebensmenüs» kann zum Unkostenbeitrag von 29 Franken (inkl. Versandkosten) bestellt werden bei: Berufsschule für Pflege Männedorf, Alte Landstrasse 413, 8708 Männedorf, Telefon 044 241 91 31, Mail [schule@bspm.ch](mailto:schule@bspm.ch)

## KURHAUS UND FERIENOASE IM HERZEN DER SCHWEIZ

Möchten Sie sich nach einem Spitalaufenthalt erholen, Ferien mit einem Aktivierungsprogramm oder Physiotherapie kombinieren, sollen pflegende Angehörige entlastet werden? Im Annahof Aegeri sind Erholungssuchende, die eine schöne und nebelfreie Landschaft geniessen möchten, und Gäste, die Pflege brauchen, am richtigen Ort. Der gemeinnützige Stiftung, der das ruhig gelegene Haus mit vierzig Betten gehört, ist eine gute Rehabilitation ihrer Patienten und Gäste wichtig. 1999 war der Annahof Aegeri das erste Kurhaus der Schweiz, das nach ISO 9001 zertifiziert wurde. 2003 verlieh ihm Schweiz Tourismus das Gütesiegel QQQ, die höchste Auszeichnung für Gastfreundlichkeit und gelebte Qualität. Seniorinnen und Senioren schätzen die familiäre Atmosphäre, das Preis-Leistungs-Verhältnis und die abwechslungsreiche Vollwertküche mit verschiedenen möglichen Diäten. Informationen: Annahof Aegeri, St. Anna 10, 6314 Unterägeri, Telefon 041 754 64 00, Fax 041 754 64 19, Mail [info@annahof.ch](mailto:info@annahof.ch), Internet [www.annahof.ch](http://www.annahof.ch)

## HEILUNG FÜR DIE LIPPEN

Haben Sie gewusst, dass die Haut der Lippen nur etwa ein Drittel so dick ist wie die übrige Gesichtshaut? Zudem sind die zarten Lippen kaum mit Talgdrüsen ausgestattet und haben deshalb keinen schützenden

Hydrolipid-Film. Aus diesem Grund werden sie bei rauem oder extremem Klima schnell trocken und spröde. Dagegen können Sie etwas tun: Der SOS Balsam von Labello Lipcare beseitigt Spannungsgefühle, lindert unangenehmes Brennen und macht rissige und trockene Lippen weich und geschmeidig. Er enthält natürliches Calendula-Extrakt, das bekannt ist für wundheilende und lindernde Wirkung. Zudem aktiviert Dexamethanol den natürlichen Heilungsprozess und unterstützt die Zellen bei der Regeneration. Labello SOS Balsam ist in der 10-ml-Tube für CHF 5.90 im Handel erhältlich.

