

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 84 (2006)
Heft: 4

Rubrik: Ihre Seiten

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: 18.01.2026

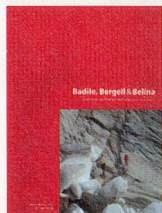
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Zeitlupe, Postfach 2199, 8027 Zürich

BUCH

AUS EINEM BERGFÜHRERLEBEN



Noch mit 83 Jahren stieg der ehemalige Bergführer Walter Belina noch einmal mit Freunden über die Nordkante auf den Piz Badile im Bergell. Beim Abstieg reifte in ihm der Wunsch, seinem Lieblingsberg mit einem Buch ein Denkmal zu setzen. Entstanden ist ein 164 Seiten umfassendes, reich bebildertes Werk über das geschichtsträchtige Bergell, seine kantigen Gipfel, seine Seitentäler und seine Bewohner. Darin berichten auch Freunde des Autors von gemeinsamen Bergtouren und unvergesslichen, nicht immer nur angenehmen alpinen Erfahrungen. Fotos und Texte erzählen von wichtigen Stationen und Ereignissen eines intensiv gelebten Bergführerlebens, verweben die Geschichte des Bergells und des Badile mit der Geschichte Walter Belinas zu einer spannenden Biografie.

Walter Belina: «Badile, Bergell & Belina, Geschichten und Bilder aus dem Leben eines Bergführers», herausgegeben im Eigenverlag. Das Buch kann für CHF 43.– plus Versandkosten bezogen werden bei: Walter Belina, Fliederweg 11, 7000 Chur, Telefon 081 284 57 65.

HILFE ZUR SELBSTHILFE

DIE LETZTEN DINGE REGELN



«Wie für jede wichtige Reise sollten wir gerade die Vorbereitungen für die letzte mit besonderer Umsicht treffen. Viele Menschen tun dies bedauerlicherweise nicht. – Nicht selten rufen dann Angehörige panikartig das Bestattungs- oder das Pfarramt an und erwarten, dass diese alles professionell an die Hand nehmen.» So steht es im Vorwort einer kleinen Broschüre mit dem Titel «Heimgang ins neue Leben», die vom evangelisch-reformierten Pfarrer Daniel Schibler, Vevey, zusammen mit Dr. Erich Camenzind, Pfarrer der katholischen Pfarrei St. Michael, Lausanne, ausgearbeitet worden ist. Das Heft stellt

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER

Die Zeitlupe dankt Ihnen für Ihre Beiträge. Vor allem freut sie sich über Fotos, Bilder und Illustrationen. Doch bitte haben Sie Verständnis, wenn wir eine Auswahl treffen und Zuschriften – auch eingesandte Gedichte und Erinnerungen – kürzen müssen. Gefundene Lieder und Gedichte leiten wir gerne weiter. Unsere Adresse: Zeitlupe, Leserstimmen, Postfach 2199, 8027 Zürich, Mail zeitlupe@pro-senectute.ch

eine praktische Anleitung dar, die Anordnungen für die letzte Lebensetappe, das Ableben und den Nachlass zu treffen. «Diese Broschüre greift somit auch Anliegen und Wünsche spiritueller Art auf, die sonst üblicherweise in einem Testament nicht zur Sprache kommen», führen die Autoren aus. Die im Heft vorbereiteten Formulare und Rubriken umfassen die «Verfügung für den Fall, dass ich nicht mehr selbstständig leben und wohnen kann» ebenso wie den letzten Willen in Bezug auf die ärztliche Betreuung zu Lebzeiten und die Anordnungen für den Abschluss der Lebensreise.

Das Heft kann zum Preis von CHF 5.– (inklusive Porto) bezogen werden bei Pfr. Daniel Schibler, Eglise Evangélique Réformée du Canton de Vaud, rue du Panorama 8, 1800 Vevey, Telefon 021 921 23 94, mail erlav@bluewin.ch (das Heft ist in Deutsch und Französisch erhältlich).

PRÄZISIERUNG

MET FREUD DORS LÄBE

ZL 1/2.06

Sie haben dieses von mir eingesandte Gedicht auf Seite 33 der Zeitlupe 1/2.06 veröffentlicht – in wunderbarer Aufmachung. Nun habe ich einen Telefonanruf erhalten von einem Herrn, der dazu gratuliert. Ich habe das Gefühl, einige Leser glauben, ich hätte das Gedicht gedichtet. Das ist nicht so. Jahrelang habe ich Gedichte und Sprüche gesammelt und bekam welche von Kolleginnen. Ich weiss nicht, wem wir das wunderbare Gedicht verdanken. Ich möchte mich nicht mit fremden Federn schmücken.

Vreni Christen, Kriens LU

GEFUNDEN

Aus der letzten Zeitlupe konnten leider nur zwei Lieder gefunden werden:

- «Die Abendglocken läuten in der Fern, sie grüssen Gott den Herrn», ist der Anfang des Liedes «Abendgebet». Die Worte stammen von C. Gärtner, komponiert wurde es von Julius Otto (1805–1877).
- Aus dem Muotathal stammt das Lied «Die heilige drei Könige mit ihrem Störn...»

GESUCHT

Leserinnen und Leser suchen

- Ein Leser sucht den Text des Schlusschores aus dem Musical «Kiss me, Kate», der mit den Worten beginnt «Schlag nach bei Shakespeare...» (deutsch und/oder englisch).
- Eine Leserin sucht das von Beethoven vertonte Gedicht, das mit den Worten beginnt «Fahr wohl, du goldne Sonne, du gehst zu deiner Ruh, und voll von deiner Wonne gehn mir die Augen zu...»
- «Vom verlorene Bybby By» heisst ein Gedicht, das von einem Ehepaar gesucht wird. Das Gedicht steht in einem Büchlein mit dem Titel «So härzigi Tierli git's» von Anna Keller und Hedwig Thoma.
- «...der Hausi und der Michel, sie zogen übers Feld, sie schwatzten von allerlei Dingen, vom Wetter und vom Geld.» Ein Gedicht mit diesen Worten stand vor langer Zeit in einem Primarschul-Lesebuch. erinnert sich jemand an das ganze Gedicht? Eine Leserin freut sich darauf. Dieselbe Leserin sucht auch Gedichte und Schnitzelbänke, die sich für das Vortragen an Altersnachmittagen eignen.
- Folgende Lieder werden von einer Seniorin gesucht: «Das höchste Glück hienieden, das schönste Los ist mein...» – und das österreichische Lied mit den Worten: «Wenn uns Mannsleut ein Floh tut beissen, dass es juckt...»
- Jemand aus unserer Leserschaft sucht ein Gedicht oder einen Spruch, wovon nur noch die Worte «Die Tanne gerüttelt...» im Gedächtnis geblieben sind. Dieselbe Person sucht auch das Gedicht «Die Herbstzeitlose», das im St. Galler Fünfklassesebuch von 1910 stand. Wer kann helfen?



WEIDENRÖSCHEN

*Im Irchelpark stehen am Ufer des grossen Teiches auch Weidenröschen.
Viele Weidenröschen, die ich sehr liebe. Ich mag ihre Farbe, wenn sie blühen.
Sie ist rosarot von einem Rosa, das eben nur Weidenröschen haben.
Man sagt zwar Rosa, was an Rosen erinnert, doch ich kenne keine Rose,
die diese eigenartige Farbe hat.
Wenn sie in der Sonne stehen und die Sonne sie durchleuchtet,
verlieren sie ihre Farbe nicht, sondern sie sind wie Schmetterlingsflügel in der Sonne,
deren Adern dann den wundersamen Bau des Flügels verraten.*

*Genau so schön sind sie, wenn sie verblühen. Sie biegen sich, sie drehen sich, ihre
langen, dünnen Schoten krümmen sich nach unten. Verwirrt und ungeordnet,
wie zufällig, durchwirken sie den Raum um sich herum. Sie öffnen sich, und etwas
Weisses, Luftiges quillt aus ihnen.*

*Samen, mit Fallschirmchen, in überfließender Fülle. Nur einen Hauch Wind braucht
es, damit sie fliegen.*

*Und irgendwo, ohne Absicht, kommen sie wieder zur Erde nieder, und ohne Absicht
keimen sie vielleicht. Vielleicht auch nicht.*

Bild und Text von Marieluise Häny, Zürich

➤ Und wer kennt dieses Gedicht: «Wie schön ischs vor em Hüsli z ruebe, wänns überall foht a dimmre...»?

➤ Eine Bewohnerin in einem Pflegeheim möchte so gern das Lied wieder singen, in dem die Worte vorkommen «Sihlsee – Bergwasser klar und blau, und wie es Lüftli chunts go feumä...»

➤ Eine Leserin sucht ein Lied aus ihrer Kindheit. Nur drei Worte sind ihr geblieben: «Erinnern, Verlassen, Kirchlein...»

➤ Und trotz Frühlingsanfang noch ein Weihnachtslied: «Händ ned eusi Glogge hüt en bsondere Klang...bim bim bim,

das esch Wiehnachtsglüt...» Wer kann es ergänzen?

➤ Gesucht wird auch das Weihnachtsgedicht «Losed emol ihr liebe Lüt, d Wiehnacht isch nüme wit, s Christchindli bachet scho Zuckerbrot...»

LESER SUCHEN VERGRIFFENE BÜCHER

Wer helfen kann, setze sich doch bitte direkt mit den Suchenden in Verbindung.

➤ Schön wärs, wenn ich das Büchlein von Pater Hildefons Peng kaufen oder wenigstens lesen könnte mit den Ge-

schichten wie «I wett wieder amol a Khurer Buob si». Leider kann ich mein Exemplar nicht mehr finden.

Gisella Zanetti, Nordstrasse 5, 7000 Chur

➤ Indianerfreunde suchen Fritz Steubens Indianerbücher, alle sieben Exemplare über Tecumseh, von «Schneller Fuss und Pfeilmädchen» bis «Tecumsehs Tod», Verlag Francksche Verlagsbuchhandlung Stuttgart, sowie von Time-Life International 1978 «Die grossen Häuptlinge» und «Die Indianer». Auch alte Ausgaben von Karl May sind willkommen.

Rolf Cizmek und Marlysa Fehr Cizmek, Kirchgasse 2, 8627 Grüningen, Telefon 044 935 28 25

➤ Kann mir jemand das Buch «Mutter Teresa – Der einfache Weg» verkaufen? Es ist vergriffen und wird nicht mehr neu aufgelegt.

Christian Klaus, Schwandenholzstrasse 264, 8046 Zürich, Telefon 044 372 00 88

➤ Ich suche das Buch «Kochrezepte für Schule und Haus» von A. Bieber, Hauslehrerin, Schönenwerd. 1948 besuchte ich einen Kochkurs, in dem es verwendet wurde.

Trudy Lütold, Weihermattstrasse 25, 5000 Aarau, Telefon 062 824 07 42

MEINUNG

GENERATIONENSOLIDARITÄT ZL 1/2 · 06

Avenir Suisse fordert eine stärkere Kostenbeteiligung älterer Menschen an die Krankenkassen. Derartige Forderungen an die ältere Generation beruhen auf einem Denkfehler. Die älteren Generationen entrichteten ihre Beiträge an die Krankenkassen schon in ihren jungen Jahren. Dabei ist es doch so, dass in jungen Jahren Krankheiten viel seltener auftauchen, da die Körper noch unverbraucht und geschmeidig sind. Dennoch wurden die Beiträge an die Kassen prompt entrichtet. Zudem sollten sich jene, die ihr Kriegsbeil gegen die Älteren erheben, immer daran erinnern, dass sie vom Altern mitsamt seinen Gebrechen nicht verschont werden.

Hans Rasi Wolf, Dübendorf

RADARFALLEN

ZL 3 · 06

Alle Hochachtung für Herrn Andrea Hämerle für seine Ansicht über RadarfalLEN. Es stimmt: Wer sich ans Gesetz hält, bezahlt keine Bussen. Wenn es mal der Fall ist, dann war es sicher keine Absicht, und die Busse wird nebenbei bezahlt. Ich habe im Beruf und privat bald 1,8 Millionen Kilometer gefahren – und das in 53 Jahren. Geschwindigkeitsbussen hatte ich total fünf und zwei Parkbussen.

Die ewigen Jammerer wegen Bussen-abzockerei sind eine Lobby aus Unverbesserlichen und Gesetzesbrechern. Wenn man sich nur ein wenig an die Vorschriften hält, erhält man auch keine Bussen. Die Rücksichtslosigkeit und das pralle Portemonnaie würden zum Teil noch höhere Bussen verlangen.

Stefan Wyss, Bettlach

**TIPP AUS DEM LESERKREIS
ÄLTERE MENSCHEN AM STEUER**

Dieses Thema beschäftigt viele Seniorinnen und Senioren. Dazu hat der 73-jährige Fahrlehrer und Experte Hansueli Bleiker eine kluge Broschüre verfasst mit dem Titel «Senioren am Steuer – eine neue Risikogruppe? Nein, darum sind sie es nicht!», eine Garantie für besseres und längeres Fahren im Alter. Die Publikation kostet CHF 28.–. Diesen Tipp möchte ich gerne an interessierte Zeitlupe-Lesende weitergeben. Ich habe die Broschüre ganz normal beim Verfasser gekauft, bin

nicht mit ihm verhandelt. Seine Adresse: Hansueli Bleiker, Postfach 99, 6443 Morschach, Telefon 041 820 29 30.

Robert E. Angst, Zürich

**IN EIGENER SACHE
DANKESBRIEFE**

Wir freuen uns, dass die Rubriken «Gesucht» und «Leser suchen vergriffene Bücher» von unseren Abonentinnen und Abonnenten rege gelesen und genutzt werden. Wer nach einem Gedicht, einem Lied oder einem Buch fragt, erhält das Gesuchte oft in mehrfacher Ausführung zugesandt. Viele der Beglückten schreiben uns einen Dankesbrief zu Händen der Einsenderinnen und Einsender mit der Bitte um Veröffentlichung. Leider können wir keine Pauschalverdankungen publizieren, da dies den Rahmen der Leserseiten sprengen würde. Ob und wie sich die Suchenden bei den Findern erkenntlich zeigen möchten oder können, liegt in ihrem Ermessen und in ihren administrativen Möglichkeiten. Eine Anregung aus der Leserschaft: Wer ein vergriffenes Buch abgeben möchte, setze sich bitte zuerst mit der suchenden Person in Verbindung, um abzuklären, ob diese das Buch nicht bereits erhalten hat. Wer Gedichte, Lieder oder Bücher mehrfach erhält und sich bedanken möchte, sei darauf hingewiesen, dass sich ein Brief auch fotokopieren und als Rundschreiben verschicken lässt.

SCHREIBSEMINAR

Die Ausschreibung des Zeitlupe-Schreibseminars «Ich habe viel zu erzählen» in der Januar/Februar-Nummer (Seite 35) ist auf grosses Interesse gestossen. Das Seminar vom 27. Mai bis 3. Juni im Hotel Laudinella, St. Moritz Bad, war innert kurzer Zeit ausgebucht. Deshalb haben wir uns entschlossen, den Scheibkurs ein zweites Mal durchzuführen, und zwar vom **Samstag, 30. September bis Samstag, 7. Oktober**

In diesem Kurs sind noch einige wenige Plätze frei.

Ort: Hotel Laudinella, St. Moritz Bad.

Kursleitung: Zeitlupe-Mitarbeiterin Esther Kippe, Journalistin BR.

Kurskosten: Ohne Unterkunft: CHF 425.–, für Zeitlupe-Abonentinnen und -Abonnenten nur CHF 385.–.

Unterkunft im Hotel Laudinella zwischen CHF 110.– und CHF 125.– (inkl. Halbpension) je nach Zimmerkategorie. Verlangen Sie die detaillierte Ausschreibung mit Anmeldetalon: Redaktion Zeitlupe, Telefon 044 283 89 13.

Wir danken Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, im Namen der Gedicht-, Lied- und Bücherbegeisterten herzlich für Ihre Such- und Hilfsbereitschaft. Mit Ihrem Wissen und Ihrer Mitarbeit halten Sie unsere kleine Kulturbörse am Laufen und bereiten so vielen Menschen eine Freude.

INSERT

**MEINE GLEITSICHTGLÄSER –
INDIVIDUELL UND OHNE EINSCHRÄNKUNG.**

Seit vielen Jahren sind wir die Spezialisten für individuelle Gleitsichtgläser. Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich von uns beraten. Natürlich unverbindlich und kostenlos.

Kochoptik – 16 Mal in Ihrer Nähe.
Telefon 0800 33 33 10 • www.kochoptik.ch

**KOCH®
OPTIK***...weil ich mich mag.***GUTSCHEIN
Gratis-Sehtest
Wert Fr. 40.–**

Einlösbar in jeder Kochoptik-Filiale,
gültig bis 31. Mai 2006.

R
RODENSTOCK