

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 85 (2007)
Heft: 3

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: 13.01.2026

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

THEMA | FRAUENFREUNDSCHAFTEN

6 «Wir sind halt einfach gern zusammen»

INTERVIEW | STEPHANIE GLASER

26 «Wenn Hollywood ruft,
packe ich die Koffer!»

ZEITSPIEGEL

13 Der Caritas-«Sozialalmanach»: Plädoyer
für die Solidarität

14 Ein Blick auf die Mondfinsternis

16 125 Jahre Gotthardbahn

20 Pro Senectute wird 90-jährig

DAFÜR UND DAGEGEN

23 Wolf, Luchs und Bär in der Schweiz?

GARTEN

24 Grosse Ideen für kleine Gärten

BILDREPORTAGE

38 Wie die Schlosserei zur Kunst wird

WISSEN

42 Wie man die Angst vor Spinnen verliert

KULTUR

48 «Die Zauberflöte» von zwei Seiten

49 Ein Film über die kleine grosse Edith Piaf

50 Die Sängerin La Lupa wird sechzig

51 Berns Kunstmuseum führt nach China

UNTERWEGS

52 Como: Italianità am Rand der Alpen

GESUNDHEIT

56 Trockene Augen sind zum Weinen

RATGEBER AHV

60 Ende der freiwilligen AHV in EU und Efta

61 AHV-Rente bei Wohnsitz in Deutschland

RATGEBER GELD

63 Auszahlung von Pensionskassenguthaben

BESSER LEBEN

64 Die Wonnen in der eigenen Wanne

BEGEGNUNG

84 Erika Heuberger schrieb für Carl Zuckmayer

ERNÄHRUNG

86 Der Schabziger hat die rechte Würze

PRO SENECTUTE

70 Renata Martinoni vertritt das Tessin

72 Kantonale Pro-Senectute-Organisationen

76 PS SG: Beckenbodentraining für Männer

RUBRIKEN

3 Impressum, Editorial

32 Ihre Seiten

35 Schweizerischer Seniorenrat

51 Bestelltalon

66 Kleinanzeigen

78 Rätsel & Spiel

83 Glückstreffer

88 et cetera


**DER SCHIENENWEG
IN DEN SÜDEN**

Im Mai 1882, nach einer schweren Bauzeit, fuhr die erste Eisenbahn durch den Gotthardtunnel. Ein ehemaliger Lokführer erzählt der Zeitlupe aus früheren Zeiten.

Seite 16

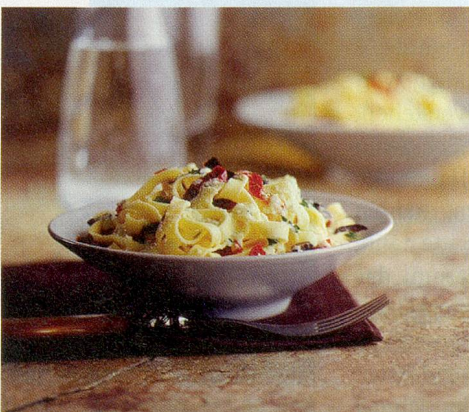
**SACHTES HERANTASTEN
AN ACHT BEINE**

Angst vor Spinnen ist vielen Leuten ein vertrautes Gefühl. Ush Vollenwyder hat sie dank einem Kurs verloren – oder zumindest gelernt, damit umzugehen.

Seite 42

**ALPINER VORPOSTEN
DES MITTELMEERS**

Como liegt gleich jenseits der Schweizer Grenze. Und vermittelt trotzdem einen Hauch vom Leben im Süden.

Seite 52

**DER WÜRZIGE AUS DEM
GLARNERLAND**

Der Blaue Bockshornklee verleiht dem Schabziger seine unverwechselbare Würze – und damit auch den Schabzigernudeln mit Oliven und getrockneten Tomaten. Die einen lieben diesen Duft, für die anderen hat er fast zu viel der Kraft.

Seite 86

Titelbild: Gerry Ebner