

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 86 (2008)
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: 04.05.2026

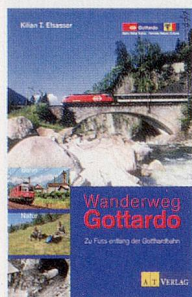
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Wenn die Worte fehlen

Ein Bild sagt mehr als tausend Worte. Auf dieser alten Weisheit basiert das OhneWörterBuch von Langenscheidt. Sie zücken es in Sibirien oder Togo, in Paris oder Ulan Bator und zeigen einfach auf eins der Bilder. Ihr Gegenüber wird Ihnen bestimmt rasch weiterhelfen oder die Übersetzung in seiner Sprache anbieten. Oder Ihr fremdländischer Gastgeber nimmt Ihnen das Büchlein aus der Hand und zeigt seinerseits auf eine Abbildung. Das OhneWörterBuch kann richtig Spass machen und hilft auf der ganzen Welt in allen Sprachen weiter.

OhneWörterBuch, Langenscheidt, mit 550 Abbildungen, CHF 12.90, erhältlich in der Buchhandlung.



Wandern am Gotthard

Vom Zug aus wird einem das technische Wunderwerk der Gotthardbahn gar nicht so richtig bewusst. Viel eindrücklicher ist es, im Gotthardgebiet «schiennah» zu wandern. Wie man das anstellt, beschreibt Kilian Elsasser im Buch «Wanderweg Gottardo: Zu Fuss entlang der Gotthardbahn». Selbstverständlich gibt es darin viel Information zu den Bauwerken und zur Geschichte der Gotthardbahn.

Kilian T. Elsasser: Wanderweg Gottardo, AT-Verlag, 186 Seiten, CHF 29.90 (erhältlich in Deutsch, Französisch und Italienisch).



Schön und gepflegt im Fluge

Im Flugzeug ist die Luft trockener als in der Sahara, die Haut dürrt. Töpfchen und Tuben, die so klein sind, dass sie weniger als die erlaubten 100 Milliliter enthalten und beim Kontrollcheck kein Problem machen – das ist die Lösung von Juvena. Im Travel Kit ist eine 24-Stunden-Pflege enthalten, ein sogenannter Handschmeichler, Juvena Body für Décolleté, Arme und Beine sowie ein Duschgel für die erste Erfrischung nach der Landung. Das Juvena Travel Kit gibt es in limitierter Auflage zum Richtpreis von CHF 49.–.

Schreibend trauern

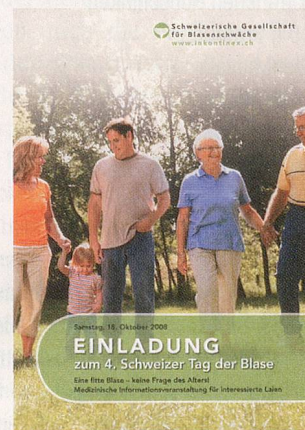
Wer in der Trauer Worte findet, spendet Trost – sich selber und andern. «Schreiben in der Trauer» heisst ein eintägiges Seminar, das die Paulus-Akademie Zürich am 29. November durchführt. Der Workshop richtet sich an Menschen, die trauernde, schwer kranke oder sterbende Menschen begleiten. Kosten CHF 170.– inkl. Mittagessen (AHV/IV-Bezüger CHF 157.–). Weitere Infos unter: www.paulus-akademie.ch



Tag der Blase

Gerade im Alter hat die Blase ihre Tücken. Mehr darüber zu erfahren und wie man ihnen begegnet, ist der Sinn des zum vierten Mal durchgeführten Schweizer Tages der Blase. Eine Informationsveranstaltung für Laien findet am 18. Oktober im Schweizer Paraplegiker-Zentrum in Nottwil statt. Sie ist kostenlos, eine Anmeldung per Telefon, Fax oder Mail ist aber erwünscht. Alle Anmeldungen nehmen an einer Verlosung teil. Das Programm findet man auf www.inkontinex.ch oder kann verlangt werden bei:

Schweizerische Gesellschaft für Blasenschwäche, Gewerbe-
strasse 12, 8132 Egg, Tel. 044 994 74 30, Fax 044 994 74 31.
Mail: info@inkontinex.ch





Beromünster-Fest: Anrufen und ein DAB-Radio gewinnen!

Am 28. Dezember um 24 Uhr wird der Hebel umgelegt – und der Landessender Beromünster verstummt nach 77 Jahren für ewig. Mittelwelle ist Vergangenheit, das DAB-Zeitalter beginnt. Doch schon 77 Tage vor diesem Datum beginnt der lange Abschied. Auf DRS Musikwelle und DRS 1 wird ab 13. Oktober jeden Tag ein Jahr aus der langen Geschichte des Landessenders rekapituliert. Am 11./12. Oktober steigt zudem das grosse öffentliche Fest im schönen Flecken Beromünster LU.

Mehr darüber auf www.drsmusikwelle.ch.

Die Zeitlupe verlost bis zum 10. Oktober drei DAB-Radios des neuen Modells «Musikwelle».

Rufen Sie an, versuchen Sie Ihr Glück! **Telefon 0901 59 15 94** (90 Rappen pro Anruf).

Wegweiser für die Pensionierung

Endlich ein allgemein verständliches Sachbuch, das die Fülle der Themen ums Älterwerden süffig in einem einzigen Band darstellt. Darin finden sich Tipps zu Lebens- und Freizeitgestaltung, Finanzen, gesunder Ernährung, oder es werden die veränderten Generationenbeziehungen angesprochen. Auch heikle Themen wie Sexualität im Alter, Anti-Aging-Medizin oder der Trauerprozess beim Verlust einer geliebten Person werden behandelt. Zahlreiche Arbeitsblätter ermöglichen eine intensive und persönliche Auseinandersetzung mit dem Alter. Ob bereits pensioniert oder kurz davor, dieses Buch ist ein guter Wegweiser!

Pensioniert... Der Wegweiser für die dritte Lebensrunde. Hannelore Rizza / Roger Gauderon **Leserangebot:** CHF 20.90 statt 29.90 (inkl. Versandkosten!), 304 Seiten, gebunden, durchgehend vierfarbig, mit Bestelltalon auf Seite 73.



Ein weiteres Buch zum gleichen Thema ist im Beobachter-Buchverlag erschienen: **Glücklich pensioniert – so gelingt's!** Beziehungen, Wohnen, Geld und Recht in der neuen Lebensphase. CHF 38.–. Erhältlich in allen Buchhandlungen oder unter www.beobachter.ch/buchshop



Chronisch müde?

Fühlen Sie sich chronisch müde und ausgepumpt? Oder kommen Sie nach ausgestandener Krankheit einfach nicht mehr richtig auf Touren? Dann helfen die Rekonvaleszenz-Tropfen von Strath. Sie stärken den Körper und wecken den Geist.

Strath Tropfen sind 100% natürlich und enthalten die wertvollen Nährstoffe der Strath Kräuterhefe.



Alkoholgehalt: 32 vol.-%

Strath®

Rekonvaleszenz-Tropfen

Bio-Strath AG, 8032 Zürich
www.bio-strath.ch