Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 87 (2009)
Heft: 9

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: 07.12.2025

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

Bild: Cinetext

cinedolcevita

Das ganz besondere Nachmittagskino

Kino zu einer angenehmen Tageszeit, extra für Senioren ausgewählte Filme, die Möglichkeit, sich nach der Vorführung bei einem Kaffee zu treffen, gute Erreichbarkeit des Kinos – das sind ein paar Grundideen von Cinedolcevita, dem Seniorenkino, das bereits in Bern, Biel, Thun, Uster, Solothurn und Zofingen zu seinen Vorführungen einlädt. Was wo wann läuft, erfahren Sie im Internet auf www.cinedolcevita.ch – Sie werden nicht allein im Dunkeln sitzen. Die Vorstellungen sind gut und gerne von 80 bis 100 Senioren und Seniorinnen besucht.

Nach Sudoku kommt jetzt Bimaru

Sind Sie bereit für eine neue kleine – und gesunde – Sucht? Seit auch der Zürcher Tages-Anzeiger jeden Tag ein Bimaru-Rätsel veröffentlicht, nimmt die Beliebtheit dieses neuen Denksports stetig zu. Ein bisschen erinnert Bimaru an «Schiffe versenken», doch schauen Sie selber auf www.bimaru.ch – dort wird Ihnen der neue Rätseltyp ausführlich erklärt. Und für CHF 10.– (inkl. Porto) gibt es ein Rätselbändchen mit 128 Seiten zum Loslegen.

Bessere Konzentration, grössere Lebenslust

Das Alter nimmt uns in die Arme, ob wir wollen oder nicht, und selbst bei besten Vorsätzen ist unsere Ernährung nicht immer optimal. Oder es fehlen uns nach schwerer Krankheit die richtigen Aufbaustoffe. Bei erhöhtem Bedarf an Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen kann die tägliche Kapsel Vita-Gerin von Geistlich aufbauend wirken. Der Körper meldet nach Beginn einer Kur bald wieder Bewegungsdrang, und das Denken wird frischer. Erhältlich in Drogerien und Apotheken. Preisempfehlung: 30 Kapseln CHF 23.90, 100 Kapseln CHF 64.90.

Inserate

Potenzprobleme?

Viagra, Cialis oder Levitra helfen nicht? Wir haben die Lösung! Millionen von Männern leiden unter Erektionsproblemen. Jetzt gibt es eine Potenzhilfe, die sofort und sehr sicher wirkt. Mit Urologen entwickelt und wissenschaftlich getestet. Schweizer Qualitätsprodukt. Keine Nebenwirkungen, kostenlose Probe, überzeugende Wirkung mit Rückgabegarantie. Erfolgreiche Langzeittherapie. Kostenlose und diskrete Information:

TopVital GmbH, Postfach, 8302 Kloten, Telefon 044 803 14 11, Fax 044 803 14 12, E-Mail: topvital@bluewin.ch, www.topvitalinfo.ch

Viel Information für wenig Geld

Jede Ausgabe der Zeitlupe bietet Ihnen abwechslungsreiche Lesestunden mit Tiefgang und kompetente Informationen – und unterstützt Sie im Alltag mit nützlichen Tipps und besonderen Angeboten. Zehn Mal jährlich mit viel Wissenswertem.

Das Jahresabonnement kostet nur CHF 42.–.

Abo bestellen:

0800 00 1291 (Gratis-Telelefonnummer)

Bild: Ursula Markus

Helfen statt Miete zahlen

Viele ältere Menschen wohnen in viel zu grossen Wohnungen oder gar allein in einem Haus. Wie wäre es, wenn sie einem jungen Menschen – etwa einer Studentin – ein Zimmer abträten? Diese würde, statt Miete zu bezahlen, gewisse klar bestimmte Aufgaben übernehmen: putzen, einkaufen, Fahrdienste, vorlesen … Eine Stunde Hilfe pro Monat wäre der Mietpreis für einen Quadratmeter Wohnraum. Pro Senectute Kanton Zürich setzt diese Idee mit dem Projekt «Wohnen für Hilfe» in die Wirklichkeit um. Bis hin zu einem Mustermietvertrag wird beiden Parteien Hand geboten. Mehr unter www.zh.pro-senectute.ch > unser angebot > wohnenfuerhilfe. Oder zu den Bürozeiten bei Pro Senectute Kanton Zürich, Dienstleistungscenter Stadt Zürich, Seefeldstrasse 94a, 8008 Zürich, Telefon 058 451 50 00.

Creme auch für die Füsse

Seit 30 Jahren ist Tal eine besonders beliebte Handcreme. So war es denn höchste Zeit für eine Tal-Fusspflegecreme. Die bewährte Formel wurde für die strapazierte Fusshaut erweitert durch Pflanzenstoffe wie Calendula, Arnika, Capuacubutter und Pinienextrakt. Die Zeitschrift Saldo hat die Tal-Fusspflege im April 2009 als «sehr gut» bewertet.

Tube 75 ml für CHF 12.80.

Inserat

diga reiseCenter

Faszination Jungfraujoch!

3 tolle Tage im Berner Oberland inkl. Bahnfahrt zum Jungfraujoch!

Gönnen Sie sich eine Auszeit und verbringen Sie 3 erholsame Tage im wunders nen Berner Oberland! Lassen Sie sich im renommierten Erstklasshotel Metropol Interlaken so richtig verwöhnen und entdecken Sie bei kleinen Wanderungen wunderschöne Berglandschaft. Flanieren Sie entlang der Aare zu den idyllisc Ufern des Brienzer- und Thunersees und freuen Sie sich auf den ganz grossen Hö punkt: Die einmalige Fahrt zum beliebtesten und bekanntesten Ausflugsziel Schweiz – dem Jungfraujoch!

Ihr Hotel – Erstklassig und beliebt!

Hotel Metropole **, Interlaken**
Das beliebte 4-Sterne-Hotel Metropole liegt im Stadtzentrum von Interlaken und ist ideal für erstklassige und unvergessliche Tage inmitten der grandiosen Berg- und Seenlandschaft .
Ihr komfortables Zimmer verfügt über TV, Radio, Telefon, Minibar, Bad/Dusche WC und Balkon. Nutzen Sie das vielseitige kulinarische Angebot von der asiatisch angehauchten Metrobar über das Spezialitätenrestaurant Bellini bis hinauf in die 18. Etage zum Restaurant Top o'Met mit Traumaussicht! Ein Poolbereich mit Sauna und Solarium sowie ein vielfältiges Fitnessprogramm rundet das Angebot ab und sorgt für aktive Erholung.

Ihr komfortables Zimmer im Hotel Metropole

Die fantastische Fahrt zum Jungfraujoch ist ein einmaliges Erlebnis!

Fahrt zum Jungfraujoch – Bereits im Preis inbegriffen!

Das Jungfraujoch fasziniert und begeistert lich hundertausende von Besucher und gehö den beliebtesten Ausflugszielen Europas. schon die Reise mit der faszinierenden Sch spurbahn durch die Eigernordwand und vo am ewigen Eis ist ein riesiges Erlebnis. Ober gekommen traut man seinen Augen nicht! zählige Gipfel verneigen sich vor Eiger, Mö und Jungfrau, Bergdohlen jagen ins Berner O land hinunter und auf der anderen Seite erg sich der Aletschgletscher träge ins Wallis. Aussicht auf 3571 Meter raubt einem sch und einfach den Atem!

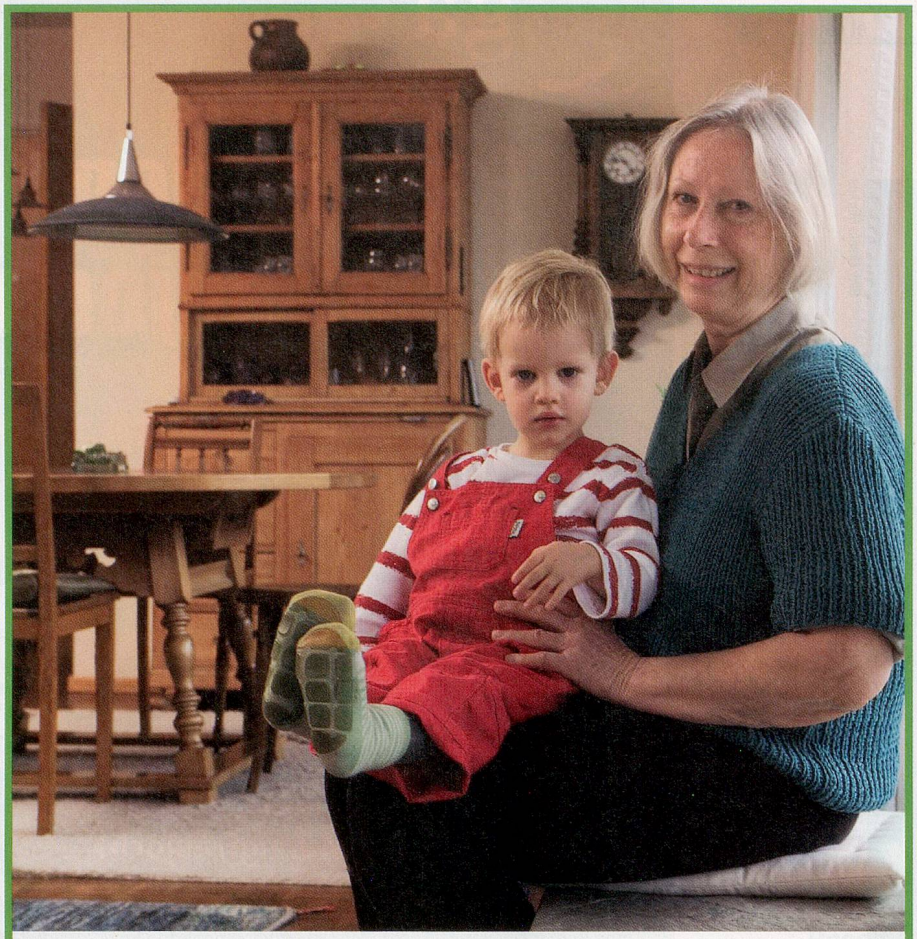
Das Ticket für die grandiose Bahnfahrt zum J fraujoch und zurück ist bereits im Reisepreis geschlossen und wird Ihnen beim Einchecke Hotel überreicht. Dabei bestimmen Sie selbs welchem Tag Sie den Ausflug unternehmen.

Sie wählen Ihr Reisedatum selb Tägliche Anreisen nach Interlak vom 18.8. – 30.11.2009!

Preis pro Person im Doppelzimmer: Fr. 395.–
inkl. 2 Übernachtungen im Hotel Metropole ****, 2x Frühstück und Fahrt zum Jungfraujoch

Zusätzlich wählbar:
Einzelzimmerzuschlag: Fr. 70.–

Sofort buchen:
044 777 25 07



Etwas Bleibendes hinterlassen – ein Testament errichten

Sich mit dem Sterben und seinem Nachlass auseinanderzusetzen, ist nicht einfach. Der Gedanke, Abschied nehmen zu müssen und zurückzulassen, was einem wichtig ist, verunsichert. Gerade deshalb ist es wichtig, mittels eines Testaments den letzten Willen festzuhalten, Klarheit über seinen Nachlass zu schaffen und festzuhalten, wem man was vermachen will.

Die Broschüre «Etwas Bleibendes hinterlassen – Wissenswertes zum Testament» von Pro Senectute führt in die Themen Testament, Erbschaft und Legate ein und hilft, sich die richtigen Fragen zu stellen und Antworten darauf zu finden. Eine Broschüre kann allerdings nie alles endgültig beantworten. Bei den kantonalen und regionalen Pro-Senectute-Organisationen finden Sie deshalb kompetente Ansprechpartner, wenn Sie Beratung wünschen oder falls Sie Unterstützung brauchen. Die Adressen finden Sie auf der vorne in die Zeitlupe eingehefteten Liste oder unter www.pro-senectute.ch

Die Broschüre «Etwas Bleibendes hinterlassen – Wissenswertes zum Testament» ist kostenlos und kann über Telefon 044 283 89 89 oder per Mail an versand@pro-senectute.ch bestellt werden.

Pro Senectute Schweiz, Lavaterstrasse 60, Postfach, 8027 Zürich
Telefon 044 283 89 89, www.pro-senectute.ch

PRO SENECTUTE
Für das Alter

Rund um den Bodensee

Unser «Ostmeer» ist vielen noch ein unbekanntes Wasser. Schade. Doch das Bodensee-Magazin 2009 kann Abhilfe schaffen. Es lotet die «Bodenseele» in aller Tiefe aus. Sogar Bodenseekenner entdecken auf diesen 250 Seiten für sie Unbekanntes. Ort- und Landschaften, Städte und Ausflugsziele rund ums Schwäbische Meer werden ebenso vorgestellt wie Schlemmerlokale, Museen und Ausstellungen. Für 6 Euro zuzüglich Versandkosten kann das Magazin bestellt werden unter www.labhard.de oder bei Labhard Medien GmbH, Max-Stromeyer-Strasse 116, D-78467 Konstanz, Telefon +49 75 31/90 71 0. Versand gegen Rechnung.

Heimtückische Schlafapnoe

Tausende Menschen in der Schweiz schnarchen und setzen nachts zudem sekundenlang mit dem Atmen aus – und halten dies für keine Krankheit! Aber es ist eine! Wer unter Schlafapnoe leidet, ist tagsüber oft extrem müde und neigt zu gefährlichem Sekundenschlaf oder leidet schneller an Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Die Lungenliga Schweiz, die bereits 25 000 Betroffene betreut, möchte Mut machen. Die Krankheit kann einfach und dauerhaft behandelt werden. Ausführliche Informationen sowie einen Risikotest finden Sie unter www.lungenliga.ch, oder Sie können die Unterlagen anfordern bei Lungenliga, Südbahnhofstrasse 14c, Postfach, 3000 Bern 14, Telefon 031 378 20 50.

Immer müde? Jetzt Schlafapnoe-Risikotest machen:
www.lungenliga.ch

Das Gold der Kuh

Die Milch, die eine Kuh nach dem Kalben im Euter hat, strotzt nur so vor Vital- und Abwehrstoffen. Die Bauern wissen das seit Urzeiten. Und weil es von dieser Erstmilch mehr als genug gibt, darf man der Mutterkuh ohne schlechtes Gewissen gegenüber dem Kalb davon etwas abmelken. Für die QuraDea-Produkte wird dieses Rohcolostrum in einem schonenden Verfahren pulverisiert. Erhältlich in Drogerien oder im Internet unter www.swissbiocolostrum.ch

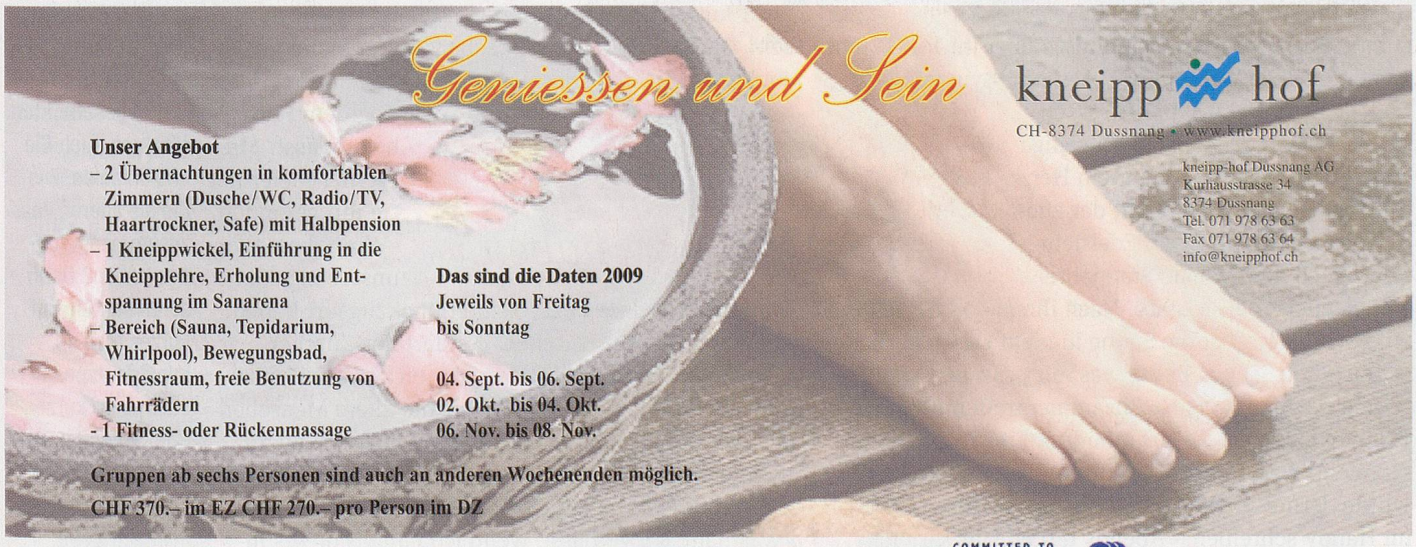
QuraDea Colostrum 60, Halbmonatspackung, 60 Kapseln CHF 49.–; QuraDea Colostrum 120, Monatspackung, 120 Kapseln CHF 95.–; Swiss Bio Colostrum Balsam CHF 28.–.

Schreiben Sie ein Kurzschauspiel!

Ein Wettbewerb für alle, die Lust auf ein Kurzdrama haben! Thema, Anzahl Darstellende und Genre sind frei, einzige Bedingung: Das Minidrama – in Hochdeutsch oder Dialekt – muss auf einer A4-Seite Platz finden. Ausgeschrieben haben den Wettbewerb die Theatertage Aarau, die 2010 ihren dreissigsten Geburtstag feiern. Die Stücke werden von einer Fachjury begutachtet; die fünf besten werden prämiert und am 6. Juni 2010 uraufgeführt. Einsendeschluss: 31. Oktober 2009.

Theatertage Aarau, Heidi Buri, Unterer Haldenweg 11, 5600 Lenzburg, Mail info@theatertage.ch, Internet www.theatertage.ch

Inserat



Erholung im Tannzapfenland

COMMITTED TO EXCELLENCE EFQM

Quality. Our Passion.