

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 87 (2009)
Heft: 6

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

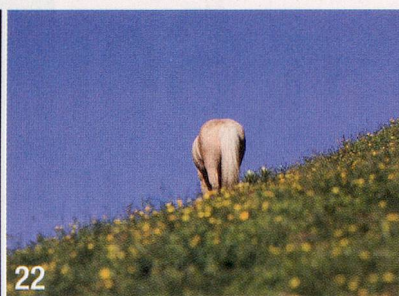
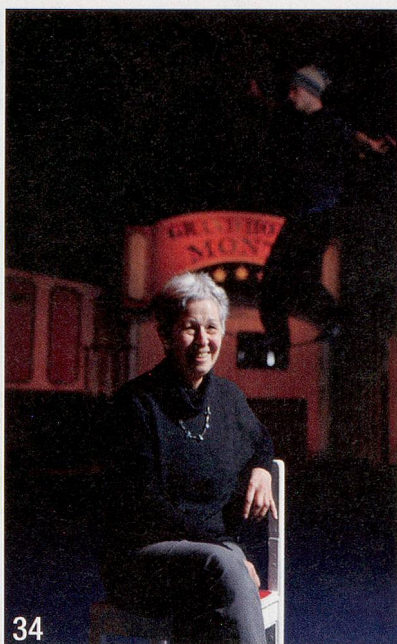
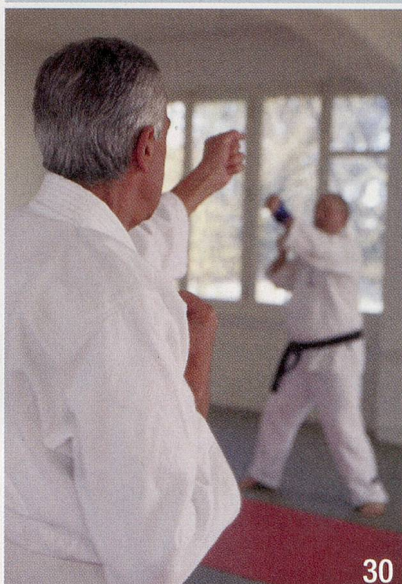
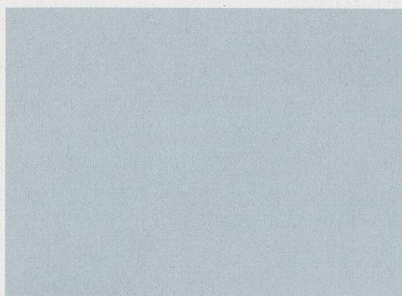
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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: 31.01.2026

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



- 6 Thema** Seniorentheater – wenn Senioren ins Rampenlicht treten

- 18 Interview** Helen Issler: «Ich glaube an das Gute im Menschen»

Zeitspiegel

- 12** Die Bibliothek von Pro Senectute bietet auch Musik

- 14 Dafür & dagegen** Sollen Ältere mehr für die Krankenkasse bezahlen?

Leserreise

- 16** Mit DRS Musikkwelle und Zeitlupe nach Russland

- 22 Reportage** Im Berner Oberland gibts für Pferde ein kleines Stück Island

- 30 Wissen** Selbstverteidigungskurse stärken in jedem Alter die Selbstsicherheit

- 34 Begegnung** Hildegard Muntwyler ist der ruhende Pol des «Circus Monti»

- 38 Gesundheit** Was sich bei einem Karpaltunnel-Syndrom unternehmen lässt

- 40 Unterwegs** Das Bündner Aversdal, seine Murmeltiere und seine Rekorde

Kultur

- 46** Die Geschichte eines Schweizer Weltumseglers
47 Mit der Zeitlupe gratis ans Menuhin Festival

- 48 AHV-Ratgeber** «Müssen die AHV-Beiträge in diesem Fall neu berechnet werden?»

Pro Senectute

- 49** Müssen die Rentner die Krise ausbaden?
50 Sozialberaterin im Kanton Appenzell Ausserrhoden
52 Kantonale Pro-Senectute-Organisationen
56 Briefbrücken zwischen Jung und Alt

- 58 Ernährung** Das Comeback des Krautstiels

Rubriken

- 3** Impressum, Editorial
26 Ihre Seiten, Rätsellösungen
37 Die Zeitlupe offeriert Klavier, Sax und Country
42 Kleinanzeigen
60 Rätsel & Spiel
62 et cetera und Bestelltalon
65 Glückstreffer
66 Martin Mezgers Schlusspunkt

Titelbild: Bernard van Dierendonck