

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 88 (2010)  
**Heft:** 1-2

**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**

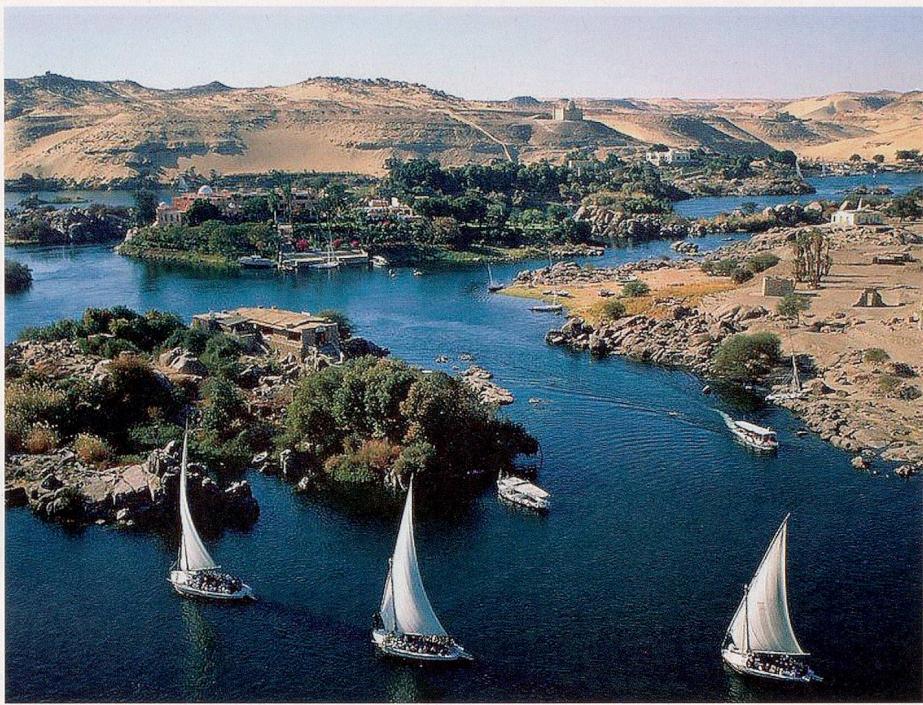
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 14.01.2026

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



## Ägypten gestern und heute

Der Ägypten-Spezialist Amin Travel, Zürich, organisiert im Frühling und Herbst 2010 wieder je eine 16-tägige Kulturreise durch das grosse Land am Nil. Ziele der Reise – nebenst Klassikern wie den Pyramiden von Giseh, der Sphinx, dem Nationalmuseum, dem Khan-El-Khalili-Bazar, Moscheen, Kirchen und der Kairo-Synagoge – sind die Oase Bahariya, das Tal der Goldenen Mumien, die Schwarze Wüste, der Kristallberg und die atemberaubende Weisse Wüste. Auf der anschliessenden Nilfahrt von Luxor nach Assuan folgen weitere

Höhepunkte: das Tal der Könige, der Hatshepsut-Tempel, die Tempelanlagen von Luxor und Karnak, Edfu und Kom Ombo, die Stadt Assuan und der Philae-Tempel. Zur unauslöschlichen Erinnerung werden auch die gigantischen Tempelanlagen von Ramses II. und seiner Gemahlin Nefertari. Es besteht die Möglichkeit, die Kulturreise mit Badeferien am Roten Meer ausklingen zu lassen.

Preise pro Person im Doppelzimmer je nach Saison: 16 Tage Kulturreise ohne Badeferien ab CHF 3595.–  
20 Tage Kulturreise mit Badeferien ab CHF 4470.–. Fordern Sie den ausführlichen Farbprospekt an bei:  
Amin Travel, Badenerstrasse 427, 8003 Zürich, 044 492 42 66, [www.amin-travel.ch](http://www.amin-travel.ch)

**NEU**  
Schönheit von innen · Beauty from inside **NEW**

Competence since 1890

**RAUSCH**

SCHWEIZER / SWISS KRÄUTER VITAL KAPSELN HERBAL VITALITY CAPSULES

**DUO active**

Natürliche Schönheit, Lebenskraft von innen

Natural beauty, vitality from inside

schöne Haare, Haut und Nägel beautiful hair, skin and nails

Original Schweizer Kräuter, hochwertige pflanzliche Öle, Vitamine, Mineralstoffe

NÄHRUNGSERGÄNZUNG FOOD SUPPLEMENT

Original Swiss herbs, precious vegetable oils, vitamins, minerals

30 x 2 Kapseln / Capsules Monatspackung monthly package

## Das liebe Geld

Sind die BVG-Beiträge sicher? Was passiert bei einem Stellenwechsel oder wenn die Firma in Konkurs geht? Wie viel erhalte ich, wenn ich einmal pensioniert bin? Kann ich meinen Lebensstandard halten? Was steht hinter Begriffen wie Dreisäulensystem, Transparenz, Begünstigtenordnung, Sammelstiftung, Sicherheitsfonds, Unterdeckung oder Überobligatorium? Pensionskasse: Vorsorge, Finanzierung, Sicherheit, Leistung – der neu überarbeitete Beobachter-Ratgeber gibt ausführlich Auskunft. Erhältlich im Buchhandel, auf [www.beobachter.ch/buchshop](http://www.beobachter.ch/buchshop) oder bei Beobachter-Buchverlag, Postfach, 8021 Zürich, Tel. 043 444 53 09. Preis CHF 38.–, 240 Seiten.

Ein Ratgeber aus der Beobachter-Praxis

Ueli Kieser, Jürg Senn

**Pensionskasse**

Vorsorge, Finanzierung, Sicherheit, Leistung

## Zwei Kapseln fürs Wohlbefinden

Die Firma Rausch in Kreuzlingen, bekannt durch ihre Naturkosmetik, begibt sich auf ein neues Gebiet. Nach zwölf Jahren Forschung stellt sie ihre erste Nahrungsergänzung vor: die Rausch Schweizer Kräuter Vital Kapseln. Es handelt sich um eine Ölkapsel (Goldhirse, Perilla, Algen) und um eine Kapsel mit einer Kräutermischung und Grüntee – insgesamt 23 Wirkstoffe. Die beiden Kapseln nimmt man täglich nach dem Frühstück mit reichlich Wasser ein. Haare, Nägel und die Haut freuen sich, und das Wohlbefinden steigt.

Rausch Schweizer Kräuter Vital Kapseln, Monatspackung ca. CHF 36.90.

## Wie von Mama

Die Konfitüren von Bonne Maman versüßen vielen Schweizer Familien das tägliche Aufstehen. In Form von Marmelade oder Gelée stehen rund 30 Geschmacksrichtungen zur Auswahl. 100 Prozent Natur, ganz ohne Konserverungsstoffe, ganz aus Frankreich. Bonne Maman hat sich aber auch einen Namen gemacht mit Dessertklassikern. Wie wäre es mit Crème brûlée? Vom Kühlschrank (oder lauwarm aus dem Ofen) direkt auf den Tisch. Voilà!

Die süßen Köstlichkeiten von Bonne Maman findet man bei Aperto, Casino, Coop, Globus, Le Shop, Manor, PAM und Volg. Bonne Maman, Crème brûlée, 2 x 100 g, CHF 3.65. [www.bonne-maman.ch](http://www.bonne-maman.ch)



Für die Neulancierung vierzig Jahre später hat Biokosma die Rezepturen zeitgemäß angepasst und die Verpackungen modernisiert.

Die Linie Bagno Cleopatra umfasst folgende Produkte: Eau de Toilette, 50 ml, mit Zerstäuber, ca. CHF 29.–. Milchbad, Dose 150 g, ca. CHF 19.–. Bodybutter, Dose 300 g, ca. CHF 24.–. Luxusseife, 100 g, ca. CHF 9.–. Duschcreme, Flasche 200 ml, ca. CHF 19.–. Bodymilch, Flasche 200 ml, ca. CHF 19.–.

## Ein Hauch von Kleopatra

Die Naturkosmetikmarke Biokosma lanciert Bagno Cleopatra neu. Schon als diese Kosmetiklinie 1969 auf den Markt kam, war es die Grundidee, «den besonderen Pflegeansprüchen der Frau mit dem Besten aus Milch, Pflanzenölen und einem Hauch zarter Blüten gerecht zu werden.»



## Schlafen wie ein Murmeli

Wer die Nächte endlos lang erlebt und kein Auge mehr zumacht, dessen Lebensqualität sinkt schnell. Es braucht nicht unbedingt ein Medikament, um die Schlaflosigkeit zu beseitigen, oft reicht der Griff zu bewährten Heilpflanzen: Baldrian und Hopfen. Extrakte aus diesen beiden Pflanzen sind in den Filmtabletten Zeller Schlaf Forte enthalten. Durch eine milde Beruhigung führen sie in einen erholsamen Schlaf.

Zeller Schlaf Forte, 10 Filmtabletten (CHF 11.90) oder 30 Filmtabletten (CHF 29.60), erhältlich in Drogerien und Apotheken.



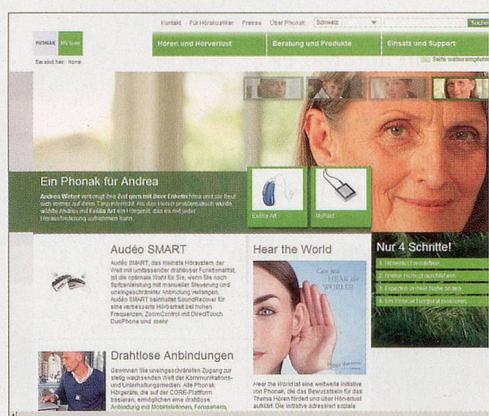
## Hipp Hüpphurra – die neuen Hüppen sind da!

Die Firma Gottlieber in Gottlieben TG ist der älteste und bekannteste Hüppenhersteller der Schweiz. Nebst den klassischen Sorten Mocca oder Vanille sind die süßen, gefüllten Röhrchen nun in vier weiteren Geschmacksrichtungen zu haben: Amaretto, Cappuccino, Irish Cream und Black Special Grand Cru. Die Gottlieber Premium-Linie ist in den Merkur-Confiserien und in weiteren Feinkostläden und -abteilungen zu finden, kann aber auch direkt im Onlineshop der Thurgauer bestellt werden: [www.gottlieber.ch](http://www.gottlieber.ch)

Amaretto, Cappuccino oder Irish Cream, 8 Stück, 120 Gramm, CHF 17.80.  
Black Special Grand Cru, Mini-Hüppen, 22 Stück, 85 Gramm, CHF 14.50.

## Mehr wissen = besser hören

Die schweizerische Phonak, seit Neuem weltgrösster Hersteller von Hörhilfen, hat ihre Internetseiten zu einem grossen Portal rund ums Hören erweitert. «Es ist uns wichtig, mit unserer neuen Website den von Hörverlust Betroffenen beratend zur Seite zu stehen», erläutert Valentin Chaperon, CEO von Phonak. «Die emotionalen und körperlichen Konsequenzen eines Hörverlusts werden leider immer noch unterschätzt – mit unserer neuen Webpräsenz wollen wir konkrete Hilfestellung für das tägliche Leben bieten.» Auf [www.phonak.ch](http://www.phonak.ch) wird auch ein Onlinehörtest angeboten.



## Pflegende Angehörige: Planen in Etappen

Viele Angehörige übernehmen die Pflege eines kranken Familienmitglieds – voll guten Willens, aber unvorbereitet und ohne zu wissen, was auf sie zukommt. Monika Brechbühler ist Pflegefachfrau und Autorin des Beobachter-Ratgebers «Ein Pflegefall in der Familie». Sie hat die Erfahrung gemacht, dass pflegende Angehörige bei diesem Prozess innerlich durch sechs Etappen gehen – und zwar unabhängig von individuellen Merkmalen oder der Krankheit ihrer Pflegebedürftigen. Diese verschiedenen Etappen mit ihren Tücken und verschiedenen Problemen zu kennen, gibt Struktur und Halt im Ozean der Endlospflege. In ihrer neuen Broschüre gibt Monika Brechbühler wichtige Tipps und Hinweise.

Monika Brechbühler: Auf einer Expedition ins Pflegegebiet in sechs Etappen. Bern 2009, Broschüre 12 Seiten, CHF 6.– (plus CHF 4.– Versandkostenanteil). Die Broschüre ist mit einer Zehnernote in einem Couvert zu beziehen bei: Redaktion homecare, Tscharnerstr. 38, 3007 Bern.

## Bestelltalon

### Bücher, CD

- Zum Glück sind wir schon älter.
- Mutig in die zweite Halbzeit.
- Den Jahren mehr Leben geben.
- Die Babyboomer.
- Dis Land mis Land.
- Therapeutische Wickel und Kompressen.

CHF 21.–  
CHF 37.–  
CHF 19.–  
CHF 55.–  
CHF 37.–  
CHF 28.–

### Schnurlose Telefon, Zeitlupe-Bücher

- Schnurlose Telefon.
- Das waren noch Zeiten. Drei Bände.
- Zwei Bände nach Wahl.
- Das waren noch Zeiten. Band 1.
- Das waren noch Zeiten. Band 2.
- Das waren noch Zeiten. Band 3.
- Anna und Arthur.
- Osteoporose, die unterschätzte Knochenkrankheit.

CHF 90.–  
CHF 60.–  
CHF 40.–  
CHF 25.–  
CHF 25.–  
CHF 25.–  
CHF 28.–  
CHF 26.–

Lieferung mit Rechnung inklusive Versandkosten durch Froschmayer Mail Order.

Name

Vorname

Strasse

PLZ/Ort

Bitte Adresse eintragen und den Talon senden an:

Zeitlupe, Bücher, Postfach 2199, 8027 Zürich

Telefon 044 283 89 13, Fax 044 283 89 10

Mail [info@zeitlupe.ch](mailto:info@zeitlupe.ch)

Besten Dank!

