

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 88 (2010)  
**Heft:** 4

## 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:** 12.01.2026

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

# Inhalt

6 Begegnung  
Schwester Philipp war und ist im Theresianum in Ingenbohl zu Hause

12 Thema  
Die vielen Wege zum Glück

19 Ratgeber «Wege zur Hilfe», Teil 1  
«Ich schaffs einfach nicht mehr allein»

20 Pensionierung  
Pius Senn geht in den aktiven Ruhestand

22 Ratgeber Geld  
Der Wert des Goldes

25 Dafür & dagegen  
Braucht es mehr Spendengelder für die Schweiz statt fürs Ausland?

26 Betreutes Wohnen im Alter  
Beat Fellmann stellt Senevita vor

28 Interview  
Schauspieler Walo Lüönd: «Ich bin halt ein bisschen eigen»

32 Bildreportage  
Warum uns zu Ostern Glocken blühen

36 Buch  
René Simmen zeichnet ein grossartiges Bild von New York im 19. Jahrhundert

37 Fotografie  
Herbert Maeders Werk wird in vier Ausstellungen gewürdigt

38 Gesundheit  
So helfen Sie Ihren Venen auf die Beine

42 Unterwegs auf dem Jakobsweg  
Wo man mit den Füssen beten kann

44 Ernährung  
Wie Rucola zum Trendgrün wurde

66 Liebesgeschichte  
Das späte Glück von Rosmarie Steg und Niklaus Böni

## Pro Senectute

57 Studie  
Spaltet das Internet die Gesellschaft?

58 Projekt Seniorebrück  
Gegenseitige Hilfe im Bernbiet

60 Kantonale Pro-Senectute-Organisationen

64 Fahrkurse in Zürich  
Sicher Velo fahren lässt sich lernen

## Rubriken

8 Et cetera

24 Leserangebot  
Chopin, Wellness- und Filmmusik

48 Rätsel und Impressum

50 Leserbriefe, Rätsellösungen, Bestellatalon

53 Kleinanzeigen



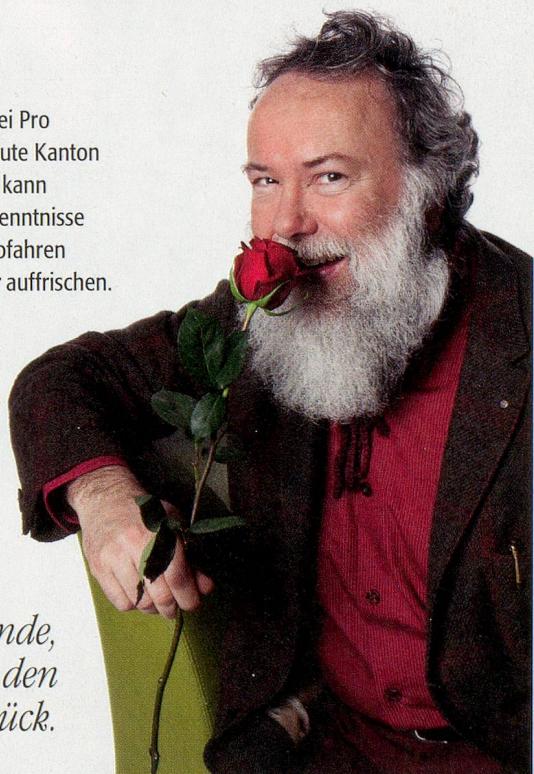
32 Zu Ostern beginnt der Frühling mit seiner Farbenpracht.



44 Rucola war einmal ein wildes Kraut am Mittelmeer. Heute ist es ein Trendgrün.



64 Bei Pro Senectute Kanton Zürich kann man Kenntnisse im Velofahren wieder auffrischen.



12 Blumen, gute Freunde, Geld – alle suchen den eigenen Weg zum Glück.