

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 89 (2011)  
**Heft:** 9

## 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:** 25.02.2026

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

# Inhalt

- 6 Begegnung  
Clown Gaston denkt nicht ans Aufhören
- 10 Betreuungsbedürftige und Angehörige  
Manchmal braucht's Ferien vom Alltag
- 16 Pensionierung  
Jean Combe und sein Leben für den Wald
- 18 Zeitspiegel Frauenrechte  
Marthe Gostelis unvergleichliches Archiv
- 22 Fraumünsterkonzerte  
Wiener Klassik in Zürich – zum Nulltarif
- 25 Begegnungsplattform  
Die Onlinewelt wird ganz real
- 27 Ameisen  
Kleine Musterstaaten unter dem Boden
- 30 Interview  
Peter Weck: «Mich an der Jugend festzuklammern, das ist mir zu blöd»
- 36 Kultur  
Gewinnen Sie Gratistickets für das Musikfestival in Zermatt!
- 37 Wie der «Schweizerkönig» der Schweiz die Unabhängigkeit sicherte
- 39 Altersknigge  
Muss man sich immer nützlich fühlen?
- 40 Gesundheit  
Feldenkrais löst viele Probleme
- 42 Unterwegs  
Die bunte Welt auf Sattel-Hochstuckli
- 44 Bildreportage  
Das Engadin hat viele schöne Seiten
- 47 Solidaritätsaktion  
Wer strickt, hilft Menschen in Not
- 56 Ernährung  
Fenchel, eine verkannte Knolle
- 59 Geld-Ratgeber  
Wie man von China profitieren kann
- 74 Tiergeschichte  
Heinz Locher hat ein Herz für Fledermäuse

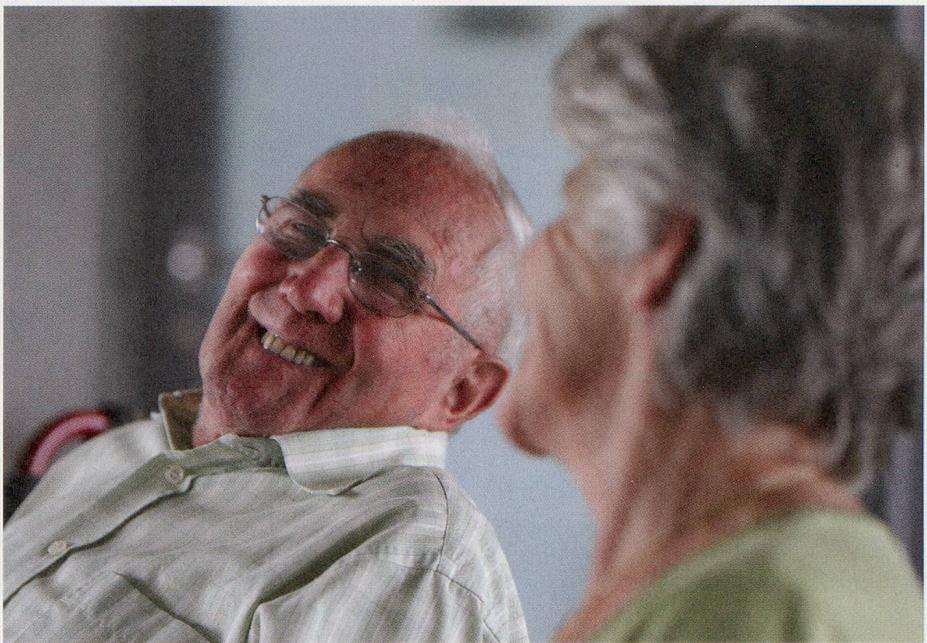
## Pro Senectute

- 65 Pro Senectute  
Kehrt die Altersarmut zurück?
- 66 Pro Senectute Schweiz  
Pasqualina Perrig-Chiellos Forschungen
- 68 Kantonale Pro-Senectute-Organisationen
- 72 Pro Senectute beider Basel  
Das iPad gefällt auch Computermuffeln

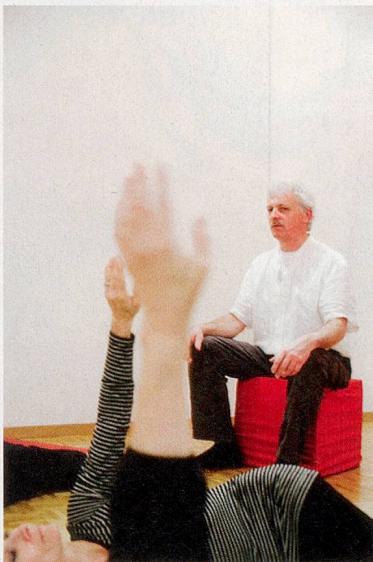
## Rubriken

- 8 Et cetera
- 48 Leserbriefe
- 50 Kleinanzeigen
- 61 Leserangebot: Wanderkarten
- 62 Rätsel/Impressum

Titelbild: Toni Anzenberger



**10** Wie Betreuungsbedürftige und pflegende Angehörige während ein paar Tagen wieder neue Kraft schöpfen können.



**40** Die Feldenkrais-Methode hilft in aller Ruhe sowohl dem Körper als auch der Seele.



**56** Der Fenchel macht in vielen Gerichten eine gute Figur.