

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 89 (2011)  
**Heft:** 1-2

## 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:** 18.02.2026

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

# Inhalt

- 6 Begegnung  
Rosmarie Michel ist auch mit 79 Jahren eine Unternehmerin geblieben
- 12 Thema Seniorenmodels  
Schönheit kennt kein Alter
- 18 Pensionierung  
Bauer Alfred Hagenmacher übergibt seinen Hof an Sohn Adrian
- 21 Altersknigge, Folge 1  
Die besten Mittel gegen Einsamkeit
- 22 Zeitlupe-Leserreise  
Kommen Sie mit uns nach Finnland!
- 25 Dafür & dagegen  
Ist die obligatorische Wehrpflicht vorbei?
- 26 Gesundheit  
Die besten Tipps für einen guten Schlaf
- 28 Interview  
Roger Schawinski: «Es ist wichtig, dass wir immer wieder neue Türen öffnen»
- 36 Bildreportage  
Der Schlittenmacher vom Gürbetal
- 40 Kultur  
Slawische Musikperlen für Sie  
Erinnerungen einer Journalistin
- 44 Unterwegs  
Schaffhausen und der Rheinfall locken
- 50 Ernährung  
Was der Kohl so alles kann
- 55 Ratgeber Geld  
Was der starke Franken für Folgen hat
- 66 Tiergeschichte  
Anita Weber und ihr Pudel Jipi

## Pro Senectute

- 57 Pro Senectute  
Freiwilliges Helfen hilft allen
- 58 Pro Senectute Schweiz  
Toni Frisch, neuer Stiftungsratspräsident
- 60 Kantonale Pro-Senectute-Organisationen
- 64 Pro Senectute Aargau  
Kochen auf Italienisch lässt sich lernen

## Rubriken

- 8 Et cetera
- 34 Leserbriefe, Rätsellösungen, Bestelltalon
- 43 Leserangebot Handy
- 47 Wir bringen Ihnen Schaggi Streuli, Country und die Kings of Swing
- 48 Rätsel und Impressum
- 52 Kleinanzeigen



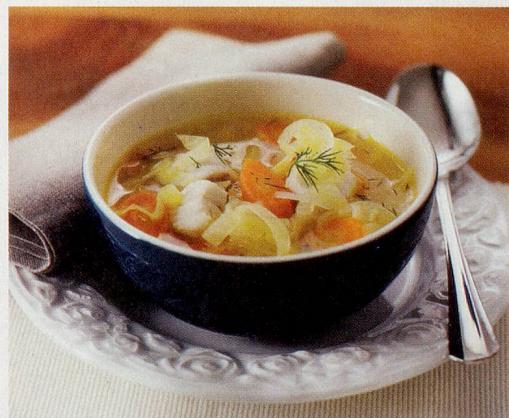
**36** Paul Burri fertigt jeden seiner Schlitten als solides Einzelstück.



**26** Was Sie tun können, wenn es mit dem gesunden Schlaf nicht mehr richtig funktioniert.



**44** Schaffhausen und der Rheinfall sind manche Reise wert.



**50** Kohl gilt allgemein als ein eher deftiges Gemüse. Doch er kann auch sehr fein daherkommen.