

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 89 (2011)  
**Heft:** 3

## **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**  
Othella Dallas hat auch mit 85 Jahren  
den Jazz im Blut und in den Beinen
- 12 Thema Schulden im Alter**  
Wenn der letzte Rappen zählt
- 19 Dafür & dagegen**  
Braucht's Hochdeutsch im Chindsg?
- 20 Pensionierung**  
Erfahrene Senioren leisten  
Entwicklungshilfe
- 22 Lebensmittel**  
«Tischlein deck dich» sorgt für  
eine sinnvolle Umverteilung
- 24 Zeitlupe-Leserangebot**  
Der schönste Weg ans Mittelmeer
- 26 Gesundheit**  
Wie Sie den klaren Blick zurückerhalten
- 28 Interview**  
Klara Obermüller: «Journalismus ist  
für mich eine Lebensform»
- 36 Geschenk der Hatt-Bucher-Stiftung**  
Erlebnistag im Museum Ballenberg
- 39 Besser leben**  
Yoga passt in jedes Alter
- 42 Kultur**  
Künstlerische Sehnsucht nach dem Süden  
Senioren machen Showbusiness
- 44 Tiere**  
Die Europäische Wildkatze taucht auf
- 50 Ernährung**  
Die Süsskartoffel ist im Trend
- 53 Ratgeber AHV**  
Ab wann gilt der AHV-Freibetrag?
- 66 Tiergeschichte**  
Hannelore Karst und  
ihr Lusitano-Wallach Xileno

## Pro Senectute

- 57 Pro Senectute**  
Was passiert, wenn die Kräfte abnehmen?
- 58 Pro Senectute Appenzell Ausserrhoden**  
Theo Schmidhauser organisiert  
den Steuererklärungsdienst
- 60 Kantonale Pro-Senectute-Organisationen**
- 64 Pro Senectute Glarus**  
Theater macht das Leben zum Spiel

## Rubriken

- 9 Et cetera**
- 34 Leserbrief, Bestelltalon**
- 47 Musik zum Entspannen, aus den  
Fünfigern und aus dem Wilden Westen**
- 48 Rätsel und Impressum**
- 52 Kleinanzeigen**

Titelbild: Gerry Ebner



**12** Was zu tun ist, wenn  
Schulden das Sparschwein  
leer gefressen haben.



**44** Die Europäische  
Wildkatze ist auch bei  
uns heimisch.



**64** Bei Pro Senectute Glarus  
machen Seniorinnen und Senioren  
mit Begeisterung Theater.



**50** Die Süsskartoffel kommt  
aus Mittelamerika und wird jetzt auch  
in unseren Küchen immer wichtiger.