

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 89 (2011)
Heft: 5

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: 25.02.2026

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



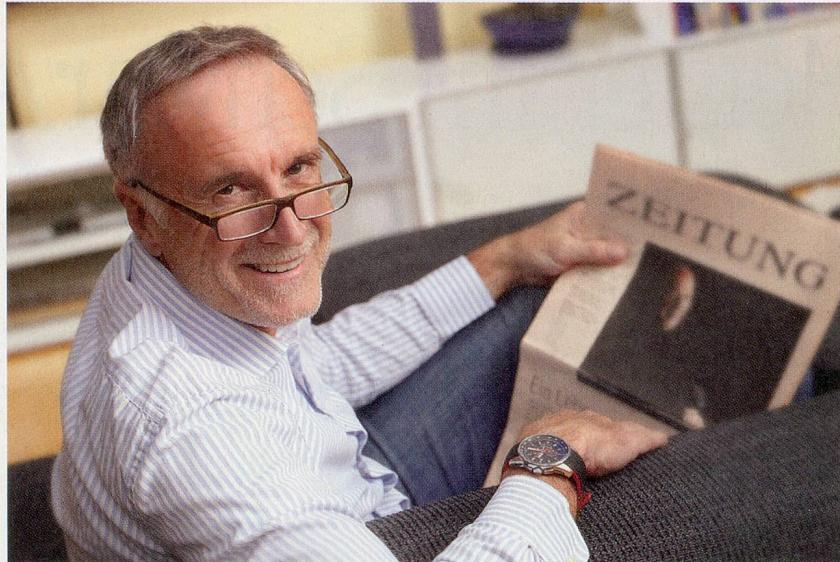
Wie sicher sind unsere Renten?

Die Wirtschaftskrise hat Spuren hinterlassen, die auch unsere Renten betreffen. Das 20. Internationale Europa Forum Luzern lädt am 9. Mai zum Symposium «Wirtschaft/Demografie/Altersvorsorge – Wie sicher sind unsere Renten nach der Krise?» ein, das sich mit dieser Thematik beschäftigt. Von 18.50 Uhr bis 21 Uhr findet eine öffentliche Veranstaltung statt (Eintritt frei). Daran beteiligen sich unter anderen Bundesrat Johann Schneider-Ammann, Christine Egerszegi-Obrist und Jacqueline Fehr. Wer am gesamten Nachmittagssymposium teilnehmen will, bezahlt CHF 190.–. Weitere Informationen und ein Anmeldungsformular im Internet unter www.europa-forum-luzern.ch

Handläufe am Laufmeter

Das Anbringen von Handläufen in Treppenhäusern kann eine teure Sache werden – muss es aber nicht. Die Suva empfiehlt das Flexo-System. Der Kunde oder die Kundin misst die nötigen Meter, wählt zwischen vier Ausführungen und gibt die Bestellung an die Suva weiter. Schon bald meldet sich dann die Firma Flexo und vereinbart einen Montagetermin. Die Kosten sind präzise bestimbar: CHF 183.60 pro montierten Meter.

Alle Informationen finden Sie auf www.sapros.ch/suvapro



Wenn Pensionierte gerne jobben möchten ...

... dann können sie neu auf www.activas.ch ihre Fähigkeiten und Dienstleistungen einem breiten Publikum anbieten – von Rasenmähen bis zu psychologischen Beratungen. Umgekehrt findet hier, wer eine Arbeit zu vergeben hat, den richtigen Mann und die richtige Frau. Sowohl freiwillige als auch Lohnarbeit kann auf dieser Plattform vermittelt werden. www.activas.ch funktioniert nach dem Inserate- und Marktplatzprinzip und ist für alle gratis. Viele Pensionierte pfeifen auf den Ruhestand und lassen sich gerne zwischendurch einspannen und herausfordern. Einen Zustupf zu ihrer Rente verachten sie auch nicht. Nicht zuletzt soll die neue Website die Generationen verbinden, indem sie für alle Altersgruppen offen ist. www.activas.ch

Häufigste Todesursache: Genickbruch

Schätzungsweise 100 Millionen Vögel sterben jährlich weltweit, weil sie in Scheiben hineinfliegen. Wir kennen alle die schwarzen Kleber in der Form von Raubvögeln, die das verhindern sollen. Nicht allen gefällt dieser Scheibenaufprallschutz. Neu gibt es deshalb auch Kleber, die unsichtbar sind für die Menschen – aber nicht für die Vögel. Sie bestehen aus einer durchsichtigen Folie mit dem Relief eines Raubvogels. Das deutsche Max-Planck-Institut für Ornithologie soll nachgewiesen haben, dass diese Kleber von den Vögeln wahrgenommen werden. Beziehen kann man die Birdsticker bei www.pikpik.ch – 5 Stück plus ein Kunststoffschaber kosten CHF 26.90, Versandkosten CHF 2.–.

So sieht es der Mensch



So sieht es der Vogel

Auf gesunden Sohlen in die Natur

Im Frühling juckt es uns wieder, es zieht uns hinaus, über Wiesen, durch Wälder und in die Berge. Die Freude wird noch gesteigert, wenn man in Schuhen wie dem Walk Maxx von

Wellsana unterwegs ist.

Dieser aussergewöhnliche Freizeitschuh verstärkt die

natürliche Abrollbewegung des Fusses und aktiviert so die Gesäß- und Beinmuskulatur um gut 30 Prozent stärker als ein normaler Freizeitschuh. Der Preis lässt sich sehen: CHF 79.95! Den Walk Maxx gibt es in den Grössen 37 bis 44 – es empfiehlt sich, eine Nummer grösser zu wählen als sonst –, und er kann bestellt werden auf www.wellsana.ch oder unter der Telefonnummer 0848 899 110.

Verlangen Sie bei dieser Gelegenheit gleich auch den Katalog mit den vielen Gesundheitsartikeln und Alltagshilfen.



Damit die Hände ihr Alter nicht verraten

Die Tal-Hautcremes von Parsenn Produkte AG aus Küblis – seit über 30 Jahren bekannt für schöne Hände und Nägel –

werden durch ein weiteres Produkt ergänzt. In einer edel aussehenden silber-violetten Tube gibt es neu die Tal-Anti-Age-Hautcreme mit LSF 15. Sie pflegt die Haut mit Inhaltenstoffen wie Olivenöl, Schachtelhalm sowie Vitamin E und schützt sie überdies vor Pigmentflecken

und Überpigmentierung als direkte Folge des Sonnenlichts.

Tube à 75 ml für CHF 26.–



Kraftorte in der Schweiz

Die Klosterkirche von Disentis, der Klöntalersee im Glarnerland oder die Felsformation des Creux du Van im Neuenburger Jura: Sie gelten als Orte der Kraft in Zonen mit erhöhter natürlicher Energie. Sie strahlen Harmonie und Frieden aus, tun Leib und Seele wohl und liegen in Landschaften von atemberaubender Schönheit. Die Schweiz ist reich an solchen Plätzen, an denen teilweise bereits die Kelten Kultstätten errichteten. Während eines Jahres reiste der Sarganser Fotograf Jean-Pierre Brunschwiler durch alle Kantone, suchte Kraftorte auf, liess diese auf sich wirken und fotografierte sie. In seinem Bildband «Orte der Kraft in der Schweiz» stellt er gegen 200 solcher Plätze vor. Jede Stätte ist ergänzt mit kunsthistorischen Hinweisen, mit Bewertungen der Kraftorte-Pionierin Blanche Merz und enthält praktische Informationen zu Anreise und Erreichbarkeit.

Jean-Pierre Brunschwiler: «Orte der Kraft in der Schweiz. Der grosse Bildband», AT Verlag, Aarau/München 2010, 254 Seiten, Richtpreis CHF 59.90.



Hilfe für den Magen aus Tibet



alten Rezeptur Se'bru 5: Granatapfelsamen, Galgant, Langer Pfeffer, Kardamomsamen, Zimtkassia. Padma Digestin ist rezeptfrei in Apotheken erhältlich. Padma Digestin, Packung mit 60 Kapseln ca. CHF 23.20. Weitere Infos unter www.padma.ch

Mit der Verdauung ist es wie mit dem Wetter: Erst wenn Wolken aufziehen, trauert man der Sonne nach. Der Segen einer guten Verdauung wird einem erst bewusst, wenn Störungen auftreten.

Mit Padma Digestin ist neu ein pflanzliches Arzneimittel aus der tibetischen Medizin in der Schweiz erhältlich – es bietet Linderung von Magenstörungen durch rein pflanzliche Stoffe. Das Produkt basiert auf der tausend Jahre

In die Ferien verreisen, auch wenn besondere Betreuung oder Pflege benötigt wird, z.B.

- nach einem Spitalaufenthalt
- bei Abwesenheit der Angehörigen oder einfach, um in heimeliger Atmosphäre aufzutanken und verwöhnt zu werden.



Hotel Jakobsbad
das Kurhaus
für aktive Senioren und für
individuelle Betreuung und Pflege



Q QUALITÄTS-GÜTESIEGEL
SCHWEIZ TOURISMUS

Appenzellerland. Vom Bodensee bis zum Sankt.

Verlangen Sie jetzt Unterlagen zu unseren
Angeboten mit den sensationellen
Leistungen rund ums Jahr.

Name _____

Vorname _____

Strasse _____

PLZ/Ort _____

Telefon _____

Pflegeleistungen erwünscht: JA NEIN

HOTEL JAKOBSBAD

9108 Gonten/Jakobsbad

Telefon 071 794 12 33

Telefax 071 794 14 45

www.hotel-jakobsbad.ch

et cetera



Südschweden erfahren

Fahren Sie gerne Auto und möchten Schweden entdecken? Dann wäre eine Mietwagen-Rundreise entlang der Ostküste von Südschweden wohl das Richtige für Sie. Innert acht Tagen – besonders eindrücklich um die Mittsommernacht herum – gehts von Lund nach Stockholm und schliesslich an die Westküste nach Göteborg. Die von Kontiki-Saga organisierte Tour führt durch idyllische Landschaften und die Küste entlang – oft auf Straßen, die von Lupinen und Mohnblumen gesäumt sind – und vorbei an Wäldern, Windrädern und den typischen rotbraunen Holzhäusern mit weiss bemalten Fensterrahmen. Unterwegs bietet sich auch die Gelegenheit, in Ystad, der Heimat von Henning Mankells weltberühmtem Kriminalkommissar Wallander, hinzumachen, der beliebten Ferien- und Sonneninsel Öland einen Besuch abzustatten und malerische Dörfer, Museen und Sehenswürdigkeiten zu erkunden. Ein Highlight der Reise ist der Kurzaufenthalt in Schwedens pulsierender Hauptstadt Stockholm, dem Venedig des Nordens. Abschluss der kurzweiligen Mietwagentour ist die trendige Hafenstadt Göteborg an der Westküste Südschwedens, in deren Gassen man gemütlich die zahlreichen Kanäle entlang flanieren kann. Die achttägige Südschweden-Rundreise von Kontiki-Saga Reisen AG kostet im Doppelzimmer inklusive Mietwagen Kategorie C pro Person CHF 1790.-. Inbegriffen sind unter anderem: Flug, Flughafentaxen, sieben Übernachtungen in Mittelklassehotels inklusive Morgenessen, Mietauto sowie eine ausführliche Reisedokumentation. Reisedaten: täglich vom 1. Juni bis zum 30. September. Mehr Infos unter www.kontiki.ch

Wie gut kennen Sie Ihre Nachbarn?

A m 31. Mai ist in Zürich wieder Tag der Nachbarn. Organisieren Sie einen Apéro, laden Sie die Nachbarn ein, machen Sie Unbekannte zu Freunden! Schliessen Sie sich mit anderen Nachbarn zu einem Festkomitee zusammen! Die Früchte Ihres Engagements und Ihrer Herzlichkeit werden Sie das ganze Jahr über spüren, indem Sie in der Nachbarschaft einen neuen Geist spüren – die Anonymität schwindet. Auf www.tagdernachbarn.ch können Sie sich inspirieren lassen. Der Tag der Nachbarschaft steht unter dem Patronat von Corine Mauch, Stadtpräsidentin von Zürich, Claudia Nielsen, Stadträtin von Zürich, und dem Gesundheits- und Umweltdepartement Zürich – was vermuten lässt, dass eine gute Nachbarschaft auch die Gesundheit fördert ...



Feiern Sie mit!
Am 31. Mai 2011