

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 91 (2013)  
**Heft:** 10

**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:** 29.04.2026

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

## Die App fürs Ohr

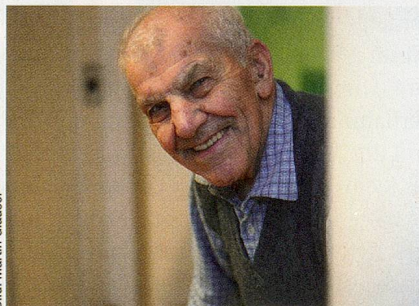
Tinnitus-Patienten können nicht einfach auf ein probates Mittel zurückgreifen – unterschiedlichste Therapieansätze helfen ihnen, mit den lästigen Störtönen leben zu lernen (Zeitlupe 9·13). Zentral bei vielen Therapien sind spezielle Klänge, die die Aufmerksamkeit vom Tinnitus weglenken. Mit der neuen Phonak-Tinnitus-Balance-App lassen sich geeignete Klangsammlungen gratis aufs Smartphone oder Tablet laden. Mit einem Hörgeräteakustiker kann die Wirkung der Klänge ausgewertet und ein individueller Klangplan erstellt werden. Träger von Phonak-Hörgeräten lassen sich die therapeutischen Töne via Bluetooth sogar direkt ins Ohr übertragen.



## Solidarität mit Krebspatientinnen

Der Frühherbst steht seit Jahren im Zeichen weltweiter Brustkrebs-Solidaritätsaktionen, erkennbar an rosaroten Schleifen. 2013 ruft Krebsliga Schweiz auf, quasi eine 40 000 km lange Schleife zu bilden und so gemeinsam die Welt zu umrunden – spazierend, joggend oder per Velo. Informationen gibts auf [www.krebsliga.ch/brustkrebs](http://www.krebsliga.ch/brustkrebs). Eine weitere «laufende» Aktion ist der Pink Ribbon Charity Walk (Bild), der am 29. September in Zürich stattfindet: [www.pink-ribbon.ch](http://www.pink-ribbon.ch). Und im Oktober wird in ausgewählten Kinos «Rope of Solidarity» gezeigt, ein Dokumentarfilm, der das Abenteuer eines besonderen Gipfelsturms zeigt, als 100 Brustkrebs-Betroffene aus ganz Europa auf das 4162 Meter hohe Breithorn bei Zermatt stiegen.

Bild: Martin Glauser



«Alles hat seine Zeit. Das hohe Alter in unserer Gesellschaft» – so heisst eine Impulsveranstaltung, die am Donnerstag, 10. Oktober, um 16.30 Uhr in Ittigen BE stattfindet – organisiert von Pro Senectute Bern sowie der reformierten und der katholischen Kirche. Verbesserte Lebensbedingungen im Alter stehen einer Tendenz zur Abwertung eben dieses Alters gegenüber. Nach verschiedenen kurzen Statements von Fachleuten spricht der bekannte Theologe und Ethiker Heinz Rügger. Danach folgen der Film «Von heute auf morgen» (siehe Seite 9) mit anschliessender Diskussion und ein Apéro. Anmeldung bis zum 30. September unter Telefon 031 924 11 00 oder über die Website [www.be.pro-senectute.ch](http://www.be.pro-senectute.ch), wo Sie auch das genaue Programm finden.

## Ein Gebäck wird 75



Im englischen Dartford bei der Firma Daren liess sich der Berner Unternehmer Ernst Grieb einst von einem Vollkorngebäck begeistern. 1938 brachte seine Biscuits-Bäckerei in Grosshöchstetten eine eigene Kreation auf den Markt – Dar-Vida war geboren. In den Sechzigerjahren ging die Produktion dann an die Hug AG in Malters. Das Familienunternehmen schaffte es, dass ihr Cracker heute einen Bekanntheitsgrad geniesst wie nur wenige Schweizer Markenartikel. In den letzten Jahren kamen stets neue Geschmacksrichtungen hinzu – zuletzt zum Beispiel Arrabiata oder Choco noir –, doch der gesunde Kern von Dar-Vida ist der alte: Das ganze Getreidekorn kommt in das Gebäck – der Kern und die Randschichten mit den für den Körper wichtigen Nahrungsfasern, Vitaminen, Ölen und Mineralstoffen werden nicht abge-

schält. Aus Anlass des 75-Jahr-Jubiläums verlosen wir 7 mal 5, also 35, «SchlauSnacker-Pakete» – gefüllt mit je zehn Dar-Vida-Produkten im Wert von je 40 Franken.

**Wettbewerbsfrage:** Seit wie vielen Jahren gibt es Dar-Vida-Produkte?

Und so nehmen Sie an der Verlosung teil: Senden Sie eine Postkarte mit Ihrer Lösung, Ihrem Namen und Ihrer Adresse an: Zeitlupe, Wettbewerb «Dar-Vida», Postfach, 8074 Zürich.

**Telefon:** Wählen Sie 0901 909 936 (90 Rp./Anruf vom Festnetz). Sprechen Sie Ihre Lösung, Ihren Namen und Ihre Adresse auf das Band. **SMS:** Senden Sie das Keyword Dar-Vida, Ihre Lösung, Ihren Namen und Ihre Adresse an die Kurznummer: 970 (90 Rp./SMS). Einsendeschluss ist der 1. Oktober 2013. Viel Glück!



## Langes Leben – eine Herausforderung

«Alles hat seine Zeit. Das hohe Alter in unserer Gesellschaft» – so heisst eine Impulsveranstaltung, die am Donnerstag, 10. Oktober, um 16.30 Uhr in Ittigen BE stattfindet – organisiert von Pro Senectute Bern sowie der reformierten und der katholischen Kirche. Verbesserte Lebensbedingungen im Alter



## Kein Juckreiz nach dem Duschen

Menschen mit sehr trockener, empfindlicher oder allergiegestresster Haut brauchen für Pflege und Reinigung besonders verträgliche Produkte. Vom Schweizer Kräuterexperten Rausch gibt es neu die extra milde «Herzsamen-Sensitive-Dusche» auf Basis des natürlichen Kortisons Herzsaamen. Besonders in der Homöopathie wird Herzsaamen wegen seiner entzündungshemmenden und juckreizmildernden Wirkung für die Behandlung von Ekzemen auf der Haut eingesetzt. «Herzsamen-Sensitive-Dusche», 200 ml, ist für CHF 16.90 in Apotheken, Drogerien und ausgewählten Warenhäusern erhältlich.



Bild: www.gemuese.ch



## Ausflüge ins Gemüse

Mit seinen 2600 Hektaren ist das Grosse Moos im Seeland das grösste Gemüseanbaugebiet der Schweiz. Zwischen Kerzers und Ins (11 Kilometer) werden auf einem Lehrpfad die 60 dort angebauten Gemüsesorten vorgestellt. Ob mit Velo, Skate oder zu Fuss – alle schneiden sich massgerecht ihre Route zu recht. Es gibt Grillstellen, Rastplätze und drei Stationen für Apéro oder Essen (auf Voranmeldung). Auf der Website [www.gemueseschweiz.ch](http://www.gemueseschweiz.ch) findet man alle wichtigen Infos. Ob junges Gemüse oder Grauhaarige – ab ins Grosse Moos!



## «Zu Hause ist es einfach am schönsten»

Sie sind stur und liebenswert, eigensinnig und humorvoll: vier alte Menschen aus dem Baselbiet, die auf fremde Hilfe angewiesen sind und gleichzeitig um ihre Würde und Selbstbestimmung kämpfen. Ihnen gegenüber stehen die Mitarbeitenden der lokalen Spitex, die neben ihren täglichen Einsätzen eine Unmenge von administrativen Aufgaben zu erledigen haben. «Früher stand der Mensch im Zentrum unserer Arbeit, heute ist es die Wirtschaftlichkeit», sagt ein Mitarbeiter.

Der Film «Von heute auf morgen» von Frank Matter begleitet die vier alten Menschen durch ihren Alltag, der geprägt ist von immer mehr Einschränkungen, von Loslassen und Abschied-nehmen-Müssen. Und der Angst vor der absehbaren Zukunft, dem Umzug ins Heim. Gleichzeitig zeigt er den täglichen Balanceakt der Spitex-Mitarbeitenden zwischen Mitmenschlichkeit und Spardruck.

«Von heute auf morgen» – der Film wurde mit dem Basler Filmpreis 2013 ausgezeichnet – ist ein heiteres und berührendes Werk, ohne je sentimental oder düster zu wirken. Und doch bestätigt er das von der US-amerikanischen Schauspielerin Bette Davis (1908 – 1989) stammende Zitat: «Alt werden ist nichts für Weichlinge.»

Filmstart: 3. Oktober 2013. Weitere Informationen: [www.vonheuteaufmorgen.ch](http://www.vonheuteaufmorgen.ch)

## Neues Wahrzeichen am Bodensee

Bild: This Wächter



170 Meter lang, 150 Meter breit – und dennoch wirkt das Würth-Haus in Rorschach leicht und luftig. Es ist ein Kunstwerk der Stararchitekten Gigon/Guyer, dicht an den Gestaden des Bodensees errichtet. Der 150-Millionen-Bau ist bereits der 15. Standort, an dem die Würth Group ihr Motto «Kunst am Arbeitsplatz» zelebriert. Das Ausbildungs-

und Verwaltungsgebäude mit 250 Mitarbeitenden ist gleichzeitig ein Museum erster Güte. «Première» heisst die erste Ausstellung, die bis zum 30. März 2014 dauert. Nur Allerbestes wird gezeigt: Picasso, Bill, Chagall, Ernst, Magritte, Tinguely, Luginbühl, Segantini, Hodler, Christo, Lichtenstein. Zwischen Gebäude und See stehen – unverkennbar – Figuren von Niki de Saint-Phalle. Mehr Infos unter [www.wuerth-haus-rorschach.ch](http://www.wuerth-haus-rorschach.ch)