

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 92 (2014)
Heft: 1-2

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: 05.04.2026

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

Wenn die Haut SOS meldet

Extrem trockene, gerötete, juckende Haut macht vielen Menschen das Leben schwer, insbesondere Kindern, Älteren und Menschen mit Überempfindlichkeitsreaktionen. Sie müssen Kosmetikprodukte verwenden, die auf ihre Haut abgestimmt sind. So zum Beispiel die neue Pflegelinie AtoControl von Eucerin mit Omegaölen aus Nachtkerze und Traubenkernen sowie hautberuhigenden Wirkstoffen.



Zur Linie gehören eine Gesichtsscreme und eine Körperlotion als Basispflege, für schwierige Fälle gibt es als SOS-Pflege die Instant Comfort Creme. Ab CHF 24.90 (Intensiv-Lotion 250 ml) in Apotheken und Drogerien erhältlich.

Zum idealen Gewicht finden

Die opulenten Mahlzeiten der Festtage sind zum Glück Vergangenheit. Wer jetzt nach dem Darben im Januarloch immer noch kein Pfund verloren hat, kommt vielleicht auf die Idee, sich wieder einmal ernsthaft mit seinem Körpergewicht auseinanderzusetzen. Besser, als morgen mit einer radikalen Diät zu beginnen, ist es, sich und sein Ess- und Bewegungsverhalten genauer anzusehen. «Schritt für Schritt zum richtigen Körpergewicht» ist ein Ratgeber des Gesundheitstips: O-Ton: «Wie man die Signale des Körpers erkennt, richtig isst und jeden Tag genug Bewegung hat. Eine praktische Anleitung, um das Gewicht zu senken und auf Dauer zu halten.» Erhältlich im Buchhandel oder für CHF 32.– im Buchshop von www.gesundheitstipp.ch

Schritt für Schritt zum richtigen Körpergewicht

Wie man die Signale des Körpers erkennt, richtig isst und jeden Tag genug Bewegung hat. Eine praktische Anleitung, um das Gewicht zu senken und auf Dauer zu halten.



Bild: Mitz Böhme

Die West Side Story kommt

Es ist das wohl erfolgreichste Bühnenstück aller Zeiten: die West Side Story. 1946 schlug der Choreograf und Produzent Jerome Robbins dem Komponisten Leonard Bernstein eine moderne Version von Romeo und Julia vor. Bis zur Realisierung dauerte es aber bis 1957. Umso grösser war dann der Erfolg, der bis heute anhält. 2014 können Sie den zeitlosen Broadway-Klassiker mit unvergesslichen Songs wie «Maria», «Tonight» und «America» nach sechs Jahren wieder in Zürich erleben – in der Produktion, die zuletzt in Paris, Hamburg und Berlin für ausverkaufte Häuser sorgte und bereits anlässlich des 50-Jahre-Jubiläums weltweit Furore machte. Die jungen, in New York ausgewählten Darsteller und Tänzerinnen interpretieren den Shakespeare-Stoff mit ansteckender Energie und technischer Brillanz. Die Authentizität verstärkt sich noch durch die englische Originalsprache und die Perfektion des Orchesters unter Leitung des renommierten Dirigenten und Komponisten Donald Chan. In der Schweiz wird nur in Zürich im Theater 11 gespielt – vom 18. Februar bis zum 16. März 2014.

Die Zeitlupe verlost 3x2 Tickets im Gesamtwert von CHF 594.– für die Vorpremiere am Dienstag, 18. Februar 2014, um 19.30 Uhr im Theater 11 in Zürich.

Wettbewerbsfrage: Wie viele Tickets werden verlost?

Und so nehmen Sie an der Verlosung teil: Senden Sie eine Postkarte mit Ihrer Lösung, Ihrem Namen und Ihrer Adresse an: Zeitlupe, «WEST», 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 WEST, Ihre Lösung, Ihren Namen und Ihre Adresse an die Kurznummer: 970 (90 Rp./SMS).

Einsendeschluss ist der 31. Januar 2014. Viel Glück!

Zu gewinnen:
3x2
Tickets

Weil das Leben endlich ist

Wie geht man mit einem Menschen um, der bald stirbt? «Menschen am Lebensende begleiten» heisst eine neue Broschüre von Curaviva Schweiz und dem Bundesamt für Gesundheit. Sie behandelt das Thema «Palliative Care in Alters- und Pflegeinstitutionen» und will dazu beitragen, dass «unheilbar kranke Menschen in ihrer letzten Lebensphase die Begleitung erhalten, die sie brauchen». Abstrakte Lehrsätze findet man in dieser Publikation keine. Die 67 Seiten sind so nachvollziehbar verfasst, dass sie auch Laien sehr nützlich sind und das Einfühlungsvermögen schärfen helfen, das es braucht, wenn man mit Menschen am Lebensende zu tun hat. Die ganze Broschüre ist in einem einfühlsamen Erzählstil geschrieben und schildert Situationen aus der Sicht verschiedener Beteiligter aus dem Umkreis der Todkranken: Pflegefachfrau, Hausarzt, Ehefrau, Seelsorgerin, Küchenmitarbeiter, Altenpflegerin und freiwillige Begleiterin.

Gratis zu beziehen unter www.bundespublikationen.admin.ch oder beim Bundesamt für Bauten und Logistik, 3003 Bern.





Schöne Bauten

Nie wurde in der Schweiz mehr gebaut als in den 1960er- und 1970er-Jahren. Es entstand die Schweiz, wie wir sie heute kennen. Trotz Boom wurde damals viel Schönes gebaut, wie die neue Broschüre «Die schönsten Bauten 1960 – 75» beweist. Der Schweizer Heimatschutz zeigt darin 50 Beispiele in Bild und Text. Von der Berghütte über die Satellitenbodenstation bis hin zum Theatertempel und zur Grosssiedlung kommt alles vor. Einzelne der Objekte sind durchaus eine Reise wert. Das Bändchen gibt es im Buchhandel oder unter www.heimatschutz.ch für CHF 16.–, Heimatschutzmitglieder CHF 8.–, 120 Seiten, D/F, Format A6.

Kneipp mal wieder!

Badeöl, Cremebad, Badeperlen, Badekristalle, aber auch eine Teebox namens «Momente des Glücks» locken Sie in Ihrer Migros wieder einmal zu den Kneipp-Produkten. Sie finden dort einiges, mit dem Sie sich in diesen kalten Tagen kleine Freuden machen können. Wie wäre es beispielsweise mit «Königin der Nacht»? Lassen Sie die dunklen Badeperlen in die Wanne rieseln, und freuen Sie sich am Duft dieser aussergewöhnlichen Pflanze, die während nur einer Nacht ihre Blütenpracht entfaltet. Alle Kneipp-Produkte gibt es in der Schweiz nur bei Migros oder im Internet unter der Adresse www.kneipp-schweiz.ch

Beispiel: «Königin der Nacht», Badeperlen, 460 g, CHF 8.50.



Der Mensch hinter den Fotos



Bilder: Ursula Müller

Die Solothurner Fotografin Ursula Müller bekam eine einmalige Gelegenheit: Sie durfte im Haus einer gerade verstorbenen Frau fotografieren. Der Bildband «Still ist es» hält die noch vorhandene Präsenz eines Menschen fest, der unsere Welt verlassen hat, und beschäftigt sich mit dem Zwischenraum, der sich kurz nach dem Tod auftut: Alles ist noch so, wie es immer war. So ist Fotografie im Grunde immer, sie zeigt ausnahmslos Vergangenheit. Das Paar Schuhe einer Toten – was löst das in uns aus? «Still ist es» ist eine Arbeit über Vergänglichkeit, Abschied und Erinnerung, vor allem aber auch eine Reflexion über das Leben. Der Bildband ist in einer kleinen Liebhaberauflage erschienen im Verlag Galerie & Edition Stephan Witschi, Zürich. 96 Seiten, 24 x 30 cm, deutsch/englisch, CHF 62.–. Die Texte stammen von Barbara Liebster, Regisseurin, Literatur- und Kunstwissenschaftlerin. www.muellerursula.ch



Ausflug ans Schwäbische Meer



Fahren Sie wieder einmal ans Meer – nach Konstanz am Bodensee! Das Sea Life ist ein faszinierendes Naturmuseum mit mehr als 3000 Tieren in über 30 Aquarien und Becken – darunter sind zehn Eselspinguine, die Meerschildkröten Amadeus und Clementine sowie Schwarzspitzen-Riffhaie. Erfahren Sie mehr über das reiche Tierleben auf der Webseite www.visitsealife.com/konstanz. Wenn Sie online buchen, kostet der Eintritt bis zu 40 Prozent weniger. 10 Prozent Reduktion auf Zugfahrt und Eintritt gewähren Ihnen die SBB, wenn Sie das RailAway-Kombi wählen (bis 31. März 2014).