

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 93 (2015)
Heft: 3

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: 04.05.2026

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

Arbeiten für den Schutzwald

Lawinen, Steinschlag, Erosion, Hochwasser – unsere Schutzwälder werden immer wieder arg in Mit-leidenschaft gezogen. Intakte Schutzwälder sind jedoch für die stolze

Schweiz von grösster Wichtigkeit, weil sie Häuser, ganze Dörfer und so manche Infrastruktur schützen – also auch Menschenleben. Ein kleines Heer von Freiwilligen leistet darum immer wieder



Bild: Stepro Berchtesgaden

Fronarbeit in wertvollen Bergwaldprojekten in der ganzen Schweiz. Möchten auch Sie solche Freiwilligenarbeit leisten und eine Woche lang mithelfen? Lohn gibt es keinen, aber die Einsätze sind immerhin kostenlos. Und Sie erleben viel: die Natur, die Kameradschaft, Ihre verbesserte Muskelkraft, die Dankbarkeit des Waldes und der lokalen Bevölkerung. Übrigens: Es gibt auch Einsätze im Ausland. Erkundigen Sie sich bei der Stiftung Bergwaldprojekt, Via Principala 49, 7014 Trin, Telefon 081 650 40 40, Internet www.bergwaldprojekt.org

Per App durch Basel und Bern

Für iPhones und Android-Smartphones gibt es je eine App, die durch Basel oder Bern führt – sogenannte Stadtrundgang-Apps. Man erfährt auf akustischem Weg viel über wenig bekannte Sagen und Legenden aus den beiden Städten und weiss dank GPS immer, wie weit entfernt vom nächsten Posten man gerade ist. Für jeden besuchten Posten gibt es einen Buchstaben, alle zusammen führen zum Lösungswort und zu einer Überraschung. Weitere Erklärungen finden Sie unter www.fairytrails.ch Die App für Basel ist gratis, jene für Bern kostet 5 Franken. Ideal auch für Ausflüge mit den Enkelkindern.

Mit Euro-Rabatt



Bild: Prisma/Riga

Das Baltikum erwartet Sie

Freuen Sie sich auf eine Zeitlupe-Sommerreise durch Estland und Lettland. Entdecken Sie in neun Tagen eine wenig bekannte Ecke Europas. Erst seit zwei Jahrzehnten sind die baltischen Staaten unabhängig, und schon haben sie viel an Glanz gewonnen und sich in die Moderne katapultiert. Die historischen Zentren von Tallinn und Riga sind verdientermaassen ins Unesco-Weltkulturerbe aufgenommen worden. Beide Hauptstädte schliesst man sofort ins Herz – es sind trendige Metropolen geworden. Im Windschatten Skandinaviens wachsen Estland und Lettland zu kraftvollen EU-Staaten heran. Kultur, Natur und Kulinarik – unter diesem Motto steht diese neuntägige Leserreise durch die beiden baltischen Staaten. Die Busfahrt von Tallinn nach Riga führt Sie durch viel unberührte Natur, grosse Wälder und weite Naturschutzgebiete, so auch durch die «Lettische Schweiz». Sie lernen den Zwiebelweg am Peipus-See ebenso kennen wie einige Herrenhäuser und ihre Historie. Das luxuriöse Leben damaliger Gutsherren lässt uns staunen. Auf zwei Biohöfen wird Ihnen aber auch die moderne Landwirtschaft vorgestellt. Kurzum: Sie dürfen sich auf eine Zeitlupe-Reise mit einem tollen Mix aus Kultur, Natur und Tafelfreuden freuen.

Dank Euro-Tiefkurs neue Preise (für sämtliche Buchungen, auch rückwirkend ab Ausschreibungsdatum): CHF 2490.– statt CHF 2610.– im DZ, CHF 2880.– statt CHF 3020.– im EZ. Gruppengrösse mindestens 20, höchstens 25. Reisedaten: 3. bis 11. Juli und 17. bis 25. Juli 2015. Diese Reise wurde in der Zeitlupe Nr. 12/Dezember 2014 detailliert vorgestellt. Sie finden sie auch auf www.zeitlupe.ch – Beratung und Anmeldung direkt bei Kontiki Reisen, Bahnhofstrasse 31, 5400 Baden, Telefon 056 203 66 77, info@kontiki.ch

Auch Grosi war mal Kind



Gab es vor dem Handy und dem Gameboy auch schon ein Leben? Und ob! Als unsere Grosseltern noch Kinder waren, haben sie Löwenzahnfallschirmchen fliegen lassen, Türme aus Streichhölzern gebaut, sie haben den Mangel der Kriegsjahre ohne Schaden überstanden. Sie mussten oft Geschirr spülen, Fernsehen gab es noch nicht, das Radio war sehr wichtig, der Leiterwagen auch...

«Sockenschlacht und Löwenzahn – Mädchen und Buben in der Schweiz von früher» ist ein ebenso schönes wie interessantes Generationenbuch, das in Text und Zeichnungen aufzeigt, dass Kindheit und Jugend damals ebenso heiter sein konnten wie heute – auch ohne Smartphone und Computer. Verlag Limmat, 104 Seiten, CHF 39.90. Ideal für die Altersstufe 9 bis 99.



Das liebe Geld

Es verleiht uns Flügel und legt uns in Fesseln. Es ist das Mass aller Dinge und nicht der Rede wert. Wir sparen es eisern oder werfen es aus dem Fenster hinaus, wir vergöttern und verfluchen es: das Geld! Das Zeughaus Lenzburg lädt ein zur Ausstellung «Geld – jenseits von Gut und Böse». Jeden Monat wird zusätzlich einmal – mit gegensätzlichen Positionen – über das Geld diskutiert. Die Ausstellung dauert bis Ende November 2015. Öffnungszeiten: Mo geschlossen, Di bis So 10 bis 17 Uhr, Do 10 bis 20 Uhr. Weitere Informationen erhalten Sie vom Zeughaus Lenzburg, Ringstrasse West 19, 5600 Lenzburg, Telefon 062 888 48 00, www.stapferhaus.ch. Profitieren Sie mit dem SBB-RailAway-Kombi von 10 Prozent Ermässigung auf die Bahnfahrt.

Gesunder Reiseführer

Jedes Jahr höhere Krankenkassenprämien – was kann ich dagegen tun? Wie finde ich die beste Ärztin, den besten Arzt? Wer entlastet mich, wenn ich zu Hause einen Angehörigen pflege? In einer Erhebung wurden bei verschiedensten Personen ermittelt, welche Fragen ihnen das (deutschschweizerische) Gesundheitswesen aufwirft. Zu Themenbereichen zusammengefasst, bilden diese den Ausgangspunkt für klar formulierte Antworten in diesem von den Fachleuten Werner Widmer und Eliane Pfister Lipp verfassten Band «Von Gesundheit, Krankheit und Geld – Ein Reiseführer für das Gesundheitswesen». Er umfasst 116 Seiten, ist broschiert und erhältlich im Buchhandel oder für CHF 20.– direkt beim Careum Verlag, Moussonstrasse 4, 8044 Zürich, Telefon 043 222 51 50, Internet www.careum-verlag.ch



Bild: Gerhard Haderer, «Botox-Boom», 2010

Lachen übers Alter

Fällt es Ihnen leicht, sich über Ihr eigenes Alter(n) lustig zu machen? Interessante Feststellungen und Überlegungen zum Thema «Das Alter in der Karikatur» macht Franziska Polanski in ihrem Vortrag am 24. Februar 2015 in der Pro-Senectute-Bibliothek in Zürich. Die deutsche Kuratorin ist selber Autorin satirischer, absurder und komischer Texte. Sie eröffnet gleichzeitig mit ihrem Vortrag eine Ausstellung mit Karikaturen, die bis Ende Mai in der Bibliothek zu besichtigen ist. Alle Karikaturen stammen aus dem Forschungsprojekt «Altersbilder in Karikaturen deutscher Zeitschriften». Weitere Infos im Internet unter www.bibliothek.pro-senectute.ch. Für den Vortrag mit Apéro am Dienstag, 24. Februar 2015, um 18 Uhr gilt freier Eintritt, Anmeldung ist erwünscht: Pro Senectute, Bibliothek, Bederstrasse 33, 8002 Zürich, Telefon 044 283 89 81, bibliothek@pro-senectute.ch



Hautpflege vom Toten Meer

In Wahrheit ist das Tote Meer ein See – 428 Meter unter dem Meeresspiegel gelegen! Kein Wunder, dass seine Salze die weltweit höchste Konzentration an Mineralien aufweisen. Mineral Beauty System stellt sich als erste Natur-Kosmetik-Pflege für gesunde und irritierte Haut vor, die die Mineralien des Toten Meeres mit Vitamin E und Provitamin B5 kombiniert. Zudem enthält sie Aloe Vera und Jojoba. Diese Dead Sea Cosmetics umfassen verschiedenste Produkte für die Gesichts-, Körper-, Sonnen- und Haarpflege. Sie enthalten weder Alkohol noch Parfum oder tierische Liposomen, sie sind pH-neutral und alkalifrei, ohne Tierversuche entwickelt worden und ISO-9001 zertifiziert. Beratung und Verkauf – auch Wiederverkäufer sind gesucht – durch Esta Trading GmbH, Sonnmattstrasse 4, 4103 Bottmingen, Telefon 061 421 30 44, Fax 061 421 30 53, Mail info@esta-trading.ch, Internet www.esta-trading.ch