

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 93 (2015)
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: 12.12.2025

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



Bewährte Pflege für trockene Haut

Remederm, die Intensivpflege aus dem Haus Louis Widmer, ist ein Schweizer Klassiker für gereizte und trockene Haut. Die meisten Produkte der Linie enthalten den Harnstoff Urea, der wegen seiner hohen Wasserbindungsfähigkeit nicht nur befeuchtend wirkt, sondern auch den Juckreiz mildert und Schuppen lösen hilft. Die Remederm Gesichtsschneide für sehr trockene Haut eignet sich als Tages- wie auch als Nachtpflege. Neben Urea wurden für die Rezeptur die Vitamine A und E verwendet. Sie schützen die Haut vor freien Radikalen und halten sie geschmeidig – ein 24-Stunden-Anti-Aging-Effekt.

Louis Widmer Remederm Gesichtsschneide gibt es im eleganten weissen 50-ml-Topf für ca. CHF 37.– in Apotheken und Drogerien zu kaufen.

Der Tee genau für Sie

Wer noch immer auf der Suche nach seinem Lieblingstee ist, sollte auch einmal die Linie Naturage versuchen. Sie ist auf sieben Mischungen angewachsen und präsentiert sich zudem



in Verpackungen, die ein schönes Beispiel von gelungener Ästhetik sind. Nur was ein Biokraut ist, darf bei den sieben Sorten mitmischen: 1 Rooibos Vanille, 2 Grüntee Maroc-Minze, 3 Ingwer Lemon, 4 Basischer Kräutertee, 5 Wärmender Wintertee, 6 Erfrischende Bergkräuter, 7 Würziger Wohlgefühltee. Die Packung mit 15 kunstseidenen Aromabeuteln kostet CHF 7.90. Erhältlich in den Apotheken und Drogerien von Droga, Impuls und Dr. Bähler.



Bild: Michael Haefner

Das grosse Zeppelin-Erlebnis

Die Blumeninsel Mainau von oben bewundern, über das Schwäbische Meer schweben, wie eine Schwalbe St. Gallen von oben sehen: Von der Zeppelin-Stadt Friedrichshafen aus, erreichbar mit der Fähre von Romanshorn her, kann man unvergessliche Luftschifffahrten unternehmen. Eine solche ist viel eindrücklicher als das Fliegen im Flugzeug, weil Sie nicht viel höher als auf 300 Meter steigen und in einer faszinierenden Langsamkeit dahingleiten. Und dank dem starken Franken (zurzeit etwa bei Euro 1,07) sind die Europreise attraktiv: 30 Minuten für 210 Euro (45 Minuten für 325 Euro, 60 Minuten 405 Euro, 90 Minuten für 595 Euro, 120 Minuten 785 Euro).

Schon kurz nach dem Start ist die Flughöhe erreicht. Sie können sich abschnallen, sich frei in der verglasten Gondel bewegen und dem Piloten über die Schulter schauen. Und was genau Sie unter sich sehen, wird Ihnen die Flugbegleiterin gerne erklären. Auch am Boden, beispielsweise im Museum, ist viel zu erleben. In Friedrichshafen wurden einst über 100 Zeppeline gebaut. Die Flüge kann man neuerdings online unter www.zeppelinflug.de buchen, dort sehen Sie sofort, wo noch Plätze frei sind. Aber auch am Telefon, so wird versprochen, gibt es unter 0049 7541 59000 eine kompetente Beratung.

Wenn Lebensmittel schaden



Müssen Sie sich nach dem Genuss von Rotwein kratzen? Oder bekommen Sie von Milch Durchfall? Löst Brot bei Ihnen Bauchschmerzen aus? Die Anzahl der gesundheitlichen Probleme, die von Lebensmitteln ausgelöst werden, ist am Steigen. Doch was verbirgt sich hinter diesen Symptomen? Handelt es sich um eine Modeerscheinung, oder liegt eine echte Krankheit vor? Wie kann ich selbst herausfinden, woher meine Beschwerden kommen? Wie kann ich meinen Speiseplan wieder lebenswert gestalten? Der erfahrene Ernährungsexperte Axel Vogelreuter erläutert in seinem neuen Buch in vielen Fallbeispielen die häufigsten Nahrungsmittelunverträglichkeiten und zeigt Wege zur Diagnose (inklusive Selbsttest) auf. Lebensmittel-Ampeln weisen schnell den Weg zum geeigneten Lebensmittel.

«Nahrungsmittelunverträglichkeiten (Laktose – Fruktose – Histamin – Gluten)» ist im S. Hirzel Verlag in Stuttgart erschienen, 181 Seiten, ca. CHF 29.50.

Und flugs ein Pflaster drauf

Vor kleinen Schnitt- und Schürfwunden ist niemand gefeit – auch im höheren Alter nicht. Damit solche Blessuren nicht unnötig verunreinigt werden und umgekehrt



auch keine Blutstropfen auf die Kleidung fallen, sollte man auch unterwegs praktische Pflaster für die rasche Wundversorgung zur Hand haben. Von Hansaplast gibt es neu für alle kleinen (Un-)Fälle ein wiederverschliessbares Mini Pack mit sechs elastischen Pflasterstreifen für Hand- oder Jackentasche. Die Hansaplast-Elastic-Pflaster sind atmungsaktiv, besonders flexibel und somit auch fürs Anbringen an Gelenken geeignet. Die starke Klebkraft sorgt dafür, dass die Auflage nicht verrutscht und die Wunde gut geschützt ist. Wenigstens, bis man daheim ist und die Hausapotheke plündern kann.

Im Detailhandel für ca. CHF 2.– pro Mini Pack erhältlich.

Preiswürdige Arbeiten über das Alter

Pro Senectute Schweiz verleiht zum 26. Mal den Forschungspreis mit dem Ziel, die Auseinandersetzung mit dem Alter an Ausbildungsstätten zu fördern und Studierende für die Altersthematik zu sensibilisieren. Für den Pro-Senectute-Preis 2015 wurden 33 Diplom-, Bachelor- und Masterarbeiten oder Dissertationen im Bereich Altersfragen eingereicht.

- 1. Preis – CHF 8000.–:** Céline Tritten Helbling; Dissertation mit dem Titel: «La protection juridique de la personne âgée victime de maltraitance en institution»
- 2. Preis – CHF 5000.–:** Paola Santini; Masterthesis mit dem Titel: «L'aderenza terapeutica nei pazienti geriatrici in regime polifarmacologico»
- 3. Preis – CHF 2000.–:** Matthias Ruoss; Dissertation mit dem Titel: «Fürsprecherin des Alters». Die Geschichte der Stiftung «Für das Alter», 1917–1967

Die Preisverleihung findet am Gerontologie-Symposium Schweiz (15.–17. April) in Bern statt. www.pro-senectute.ch/gsd2015



Es lebe die Biene!

Der Biene können wir nicht genug an Hoch- und Wertschätzung entgegenbringen. Rund ein Drittel unserer Nahrung, so die Schätzung, hängt von der Bestäubung durch die Bienen ab. Das kleine Tierchen, das Honig sammelt, Wachs produziert, auch mal sticht und noch viel mehr kann, verdient unseren Schutz. Das Museum zu Allerheiligen in Schaffhausen eröffnet am 27. April die bis in den Herbst dauernde Sonderausstellung «Bienen – bedrohte Wunderwelt».

Wie können wir den Bienen besser Sorge tragen? Historische Objekte führen zurück bis in die Antike. Präparate, Modelle, Animationsfilme, Toninstallationen, Duftessenzen und direkte Einblicke in lebendige Bienenvölker machen die Ausstellung zu einem sinnlichen Erlebnis. Bis zum Herbst finden verschiedene Vorträge, Exkursionen und Anlässe zum Thema statt, auch ein Kabarettsoolo von Jürg Kienberger steht auf dem Programm: «Ich Biene – ergo sum».

Museum zu Allerheiligen, Baumgartenstrasse 6,
8200 Schaffhausen, Telefon 052 633 07 77,
Di bis So 11 bis 17 Uhr, www.allerheiligen.ch



Bild: Helga R. Hellmann

Hilfe bei der Pflege von Angehörigen



Pflegende Angehörige stehen oft rund um die Uhr im Einsatz, geben Freiräume und Freizeit auf und setzen nicht selten die eigene Gesundheit und ihr psychisches Wohlbefinden aufs Spiel. Dabei zeigen wissenschaftliche Erkenntnisse: Pflege kann nur gelingen, wenn es den Pflegenden selber gut geht. Mit ihrem neu aufgelegten Handbuch «Ältere Angehörige betreuen und pflegen – ein Handbuch für Graubünden» stellt Pro Senectute Graubünden betreuende Angehörige und ihre Anliegen in den Vordergrund. Mit Hintergrundinformationen und praktischen Tipps weist sie auf Entlastungsmöglichkeiten im oft schwierigen Pflegealltag hin.

Viele der aufgeführten Adressen verweisen auf Hilfsangebote, die auch ausserhalb des Kantons Graubünden zur Verfügung stehen.

Bestelladresse: Pro Senectute Graubünden, Alexanderstrasse 2, 7000 Chur, Telefon 081 252 75 83, Mail info@gr.pro-senectute.ch, Internet www.gr.pro-senectute.ch

