

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 95 (2017)  
**Heft:** 12

**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**

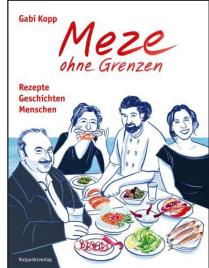
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 20.01.2026

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



## MEZZE-REZEPT-BUCH

HÄPPCHEN DES ORIENTS

Eine Luzerner Illustratorin ist auf Reisen gegangen und hat 175 Mezze-Rezepte mitgebracht.

Gabi Kopp war im Libanon, in der Türkei, in Zypern und Griechenland. Das Resultat ist 320 Seiten dick, mit ihren Illustrationen bebildert und eine Ode an die Häppchen des Orients, die Mezze. Ob vegetarisch, vegan, mit Fleisch, Fisch oder Meeresfrüchten: Die Vielzahl beeindruckt. Angereichert ist das Buch mit lebensfrohen illustrierten Textporträts der Menschen, die die Rezepte verraten haben. «Meze ohne Grenzen», Rotpunktverlag, Zürich. Richtpreis: CHF 38.-.



## ANALOGES FESTNETZ

DIE DIGITALE UHR TICKT

**Swisscom rät allen Festnetz-Kunden, bis Ende Jahr den Wechsel auf die digitale IP-Telefonie zu vollziehen.**

Denn ab 2018 wird die Infrastruktur der herkömmlichen Festnetztelefonie regional zurückgebaut. Telefoniert wird neu über die Internetleitung.

Bei Fragen: Telefon 0800 800 800 oder [www.swisscom.ch/jetztwechseln](http://www.swisscom.ch/jetztwechseln)



© plainpicture

## Ein russischer Blick ins neue Jahr

In Russland gilt der 31. Dezember als wichtigster Festtag: «Wie das neue Jahr beginnt, so ist es das ganze Jahr», so der Glaube. Russisch klingt es auch an der Silvester-Gala des Musikkollegiums Winterthur. Dirigent Vladimir Fedoseyev bringt mit Stücken von Skrjabin, Rachmaninoff und Tschaikowsky russische Romantik zum Klingeln. Rachmaninoffs drittes Klavierkonzert liegt bei Solopianistin Anna Vinnitskaya in besten Händen. Die gebürtige Russin gewann 2007 den bedeutenden Concours Reine Elisabeth.



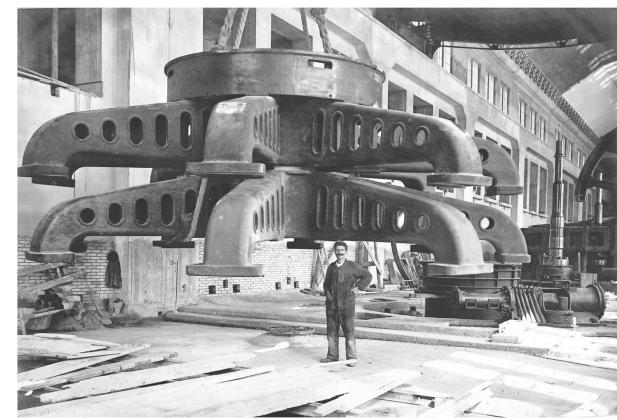
### LESER-ANGEBOT

**Silvester-Gala des Musikkollegiums Winterthur**  
Sonntag, 31. Dezember, Konzert ab 19.30 Uhr, Stadthaus Winterthur.  
Zeitlupe-Leserinnen und -Leser erhalten 20 Prozent Rabatt auf die Tickets aller Kategorien:  
Kat. I für CHF 76.- statt CHF 95.-  
Kat. II für CHF 68.- statt CHF 85.-  
Kat. III für CHF 48.- statt CHF 60.-  
Kat. IV für CHF 36.- statt CHF 45.-

Die Tickets können bis Freitag, 22. Dezember, unter 052 620 20 20 (Vermerk «Zeitlupe») reserviert werden und liegen an der Abendkasse bereit – oder werden gegen Versandkosten von CHF 7.- zugestellt.

Leitung: Vladimir Fedoseyev, Klavier: Anna Vinnitskaya. Programm mit Kompositionen von Alexander Skrjabin («Rêverie» in e-Moll, op. 24), Sergei Rachmaninoff (Konzert für Klavier und Orchestra Nr. 3, d-Moll, op. 30) und Peter Tschaikowsky (Auszüge aus der Ballettsuite «Der Nussknacker» Nr. 1, op. 71a). Mehr Infos: [www.musikkollegium.ch](http://www.musikkollegium.ch)

© Marco Borggreve



## KOCHEN MIT STROM

Im aussergewöhnlichen Fotobuch «Elektrisiert – Geschichte einer Schweiz unter Strom» stehen Menschen stärker im Fokus als erwartet. Es gibt dieses eine Bild im Buch, das einem Science-Fiction-Film entsprungen zu sein scheint. Die Bildlegende wirkt wie eine Pointe: Schaukochen im Freien, 1936, organisiert vom Elektrizitätswerk des Kantons Zürich. Strom statt Gas, so die Botschaft an die Hausfrauen. Steven Schneider erzählt anhand von 200 mehrheitlich unpublizierten Fotos Erstaunliches und Lesenswertes über die Schweiz und ihre «weisse Kohle». «Elektrisiert – Geschichte einer Schweiz unter Strom», Verlag Hier und Jetzt, Baden, Richtpreis CHF 39.-.

Gewusst? Die Melodie von «O du fröhliche» entstammt ursprünglich einem sizilianischen Fischerlied.

# 24

### DIE ZAHL

Der erste Adventskranz war ein altes Wagenrad mit 24 Kerzen – 4 grosse weisse, dazwischen 20 kleine rote. Erfunden hat ihn vor 178 Jahren ein Sonntagsschullehrer aus Hamburg, dessen Schüler dauernd fragten, wann Weihnachten sei.



### PADMA 28

DER «SCHWEIZ-TIBETER» WIRD 40  
**Das in Wetzwikon hergestellte tibetische Arzneimittel Padma 28 wurde vor 40 Jahren zugelassen.**  
Heute ist Padma 28 ein Klassiker der Komplementärmedizin und enthält 20 Kräuter, ein Mineral und Kampfer. Es wird bei Durchblutungsstörungen angewendet und ist die 28. Mischung aus einer alten Rezept-Sammlung. «Padma 28», zugelassenes Arzneimittel, im Fachhandel erhältlich, Richtpreis für 60 Kapseln: CHF 26.50.

© iStock

# et cetera

VIEL  
GLÜCK!



## NEUES KONZEPT KRAFTTRAINING FÜR ALLE

### *Fit trotz Kraftdefizit oder Bewegungseinschränkung*

Wer regelmässig Kraft und Gleichgewicht trainiert, kann bis ins hohe Alter mobil bleiben. Damit auch ältere Menschen mit Bewegungseinschränkungen profitieren können, hat Procap Schweiz ein neues Trainingslevel «light» entwickelt. Die Übungen eignen sich für Personen mit Kraftdefiziten, aber auch für jene, die mit Gehstock, Rollator oder Rollstuhl unterwegs sind.

Mehr unter [www.sichergehen.ch/light](http://www.sichergehen.ch/light)



## Das Grosse im Kleinen

*Die einfachen Erzählmittel der Augsburger Puppenkiste passen in ihrem zweiten Weihnachtskinofilm bestens zur Geschichte.*

Weniger ist manchmal mehr, nicht nur bei Geschenken, sondern auch, wenn man eine Weihnachtsgeschichte mit Marionetten statt Spezialeffekten erzählt. Umso besser, wenn der Weihnachtsmann dazu lustige Kobolde an seiner Seite hat, die lieber schlafen statt arbeiten und auf Eierlikörpunsch abfahren.

«Als der Weihnachtsmann vom Himmel fiel», ab 30. November im Kino.



## WOHLKLINGENDE VERLOSUNG

WIENER KLASSIK: 40 CD ZU VERSCHENKEN

*Auch die diesjährigen Fraumünsterkonzerte der Hatt-Bucher-Stiftung waren ausverkauft.*

Wer am 8. November 2017 nicht an einem der beiden Konzerte des Conclitum musicum Wien dabei sein konnte, hat jetzt eine weitere Chance, das Ensemble unter der Leitung von Christoph Angerer zu hören. Die Zeitlupe verlost

40 Gratis-CD mit Werken der Wiener Klassik, die von der Hatt-Bucher-Stiftung zur Verfügung gestellt werden. Bitte melden Sie sich mit Namen und Adresse bei: Zeitlupe, Postfach 2199, 8027 Zürich oder unter [info@zeitlupe.ch](mailto:info@zeitlupe.ch). Übrigens: Auch nächstes Jahr lädt die Hatt-Bucher-Stiftung zu Fraumünsterkonzerten ein. Sie finden am 7. November 2018 statt.

## Pflege, die Hand und Fuss hat

Warum nicht Händen und Füßen eine Extrapflege gönnen? Mit den Einweg-Masken von Tal gehts ganz einfach: Die mit pflegenden Substanzen getränkten Handschuhe und Söckchen überstreifen, wirken lassen, ausziehen und die Rückstände einmassieren.

«Tal MED», im Fachhandel zu CHF 5.80 (Handmaske) bzw. CHF 6.80 (Fussmaske).



INSETRAT



## Solbaden – Gesundbaden für Damen und Herren ab 60 Jahren.

Die Art, das Leben zu geniessen. Treten Sie ein in die interessantesten Jahre des Lebensbogens, verbringen Sie viele bewusste und genussvolle Momente am erlebnisreichen Thunersee und profitieren Sie dabei erst noch vom Vorteilspreis.

21. November bis 21. Dezember 2017 & 7. Januar bis 27. April 2018

\* Anreise Sonntag / Montag

Zweibettzimmer Nord

Zweibettzimmer See

Einzelzimmer Nord

Einzelzimmer See

Ihr Preisvorteil

### Ihre Pauschale in Leistungen

- 4 beziehungsweise 7 Übernachtungen im Zimmer Ihrer Wahl
- Eine Vollmassage à 50 Minuten
- Wellness-Basispaket (Eintritt in die Wasser- & Saunawelten)

### Preise in Franken pro Person

| 4 Nächte*    | 4 Nächte    | 7 Nächte     |
|--------------|-------------|--------------|
| 617.-        | 737.-       | 1'058.-      |
| 737.-        | 857.-       | 1'261.-      |
| 657.-        | 777.-       | 1'128.-      |
| 857.-        | 977.-       | 1'457.-      |
| <b>180.-</b> | <b>60.-</b> | <b>210.-</b> |

- ¾-Geniesser-Pension (Frühstücksbuffet, Vital-Lunch, abends Menü mit Wahlmöglichkeiten)
- Gästebetreuung (Ausflugs-, Sport- & Entspannungsprogramm)

## Erlebniswoche Teneriffa

Entdecken Sie den «Mini-Kontinent» einmal anders!



### UNSERE TOP-PREISE

Preise pro Person im Doppelzimmer mit Meersicht in Fr.

Sofort-Preis gültig für mind. 50% der verfügbaren Plätze, danach Katalog-Preis.

Ihre Reisedaten

Katalog-Preis

Sofort-Preis

18.04.18 - 25.04.18

1525.-

1475.-

09.05.18 - 16.05.18

1425.-

1375.-

16.05.18 - 23.05.18

1475.-

1425.-

23.05.18 - 30.05.18

1475.-

1425.-

30.05.18 - 06.06.18

1445.-

1395.-

06.06.18 - 13.06.18

1445.-

1395.-

8 Reisetage  
ab Fr. 1375.-

### Das ist alles inbegriffen

✓ Linienflüge mit Edelweiss in Economy-Klasse

✓ Alle Flugnebenkosten

✓ Transfers bei An- und Abreise

✓ 7 Nächte im 4-Sterne Hotel Sol Costa Atlantis

✓ Täglich Frühstück und Abendessen,  
1x Picknick und 1x Mittagessen

✓ Umfangreiches Ausflugs paket: 3 Ganz- und 1 Halbtagesausflüge

✓ Beste Betreuung durch Deutsch sprechende  
Reiseleitung vor Ort während den Transfers  
und Ausflügen

✓ Reiseunterlagen inklusive Reiseführer



### Erleben Sie den Kontrastreichtum dieser kanarischen Insel!

Lernen Sie den berühmten Teide bei einer kurzen Wanderung kennen, besuchen Sie ein charman tes Bergdorf und geniessen Sie freie Zeit in Puerto de la Cruz.

1. Tag: Zürich – Teneriffa Süd – Puerto de la Cruz

2. Tag: Puerto de la Cruz und La Orotava Stadtstrandung durch Puerto de la Cruz. Anschliessend lernen Sie die Geschichte von La Orotava kennen.

3. Tag: Masca und Los Gigantes

Sie fahren in das Bergdorf Masca, wo Sie das ursprüngliche, kanarische Dorfleben kennen lernen werden.

4. Tag: Freier Tag

Der heutige Tag steht Ihnen frei zur Verfü gung, den Sie entspannt in Puerto de la Cruz verbringen können.

5. Tag: Anaga und Wein gut

Am Morgen Wanderung im Anaga Nat urpark. Anschliessend besuchen Sie eine Bodega (Weinkeller).

6. Tag: Las Cañadas del Teide Na tionalpark Innerhalb des Parks befin

det sich der höchste Gipfel Spaniens, der Teide. Für eine Wanderung steht eine zweite Reiseleitung zur Verfügung.

7. Tag: Freier Tag

Geniessen Sie den freien Tag in einem Café in der Stadt oder im Hotel.

8. Tag: Puerto de la Cruz – Teneriffa Süd – Zürich

**Vögele Reisen**

Jetzt buchen: 0800 835 800  
oder [www.voegele-reisen.ch](http://www.voegele-reisen.ch)