

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 96 (2018)
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: 03.05.2026

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



HERBSTSAMMLUNG PRO SENECTUTE

BERATUNG GIBT
HALT UND SICHERHEIT

Ältere Menschen verlieren nach einem Sturz oder Unfall häufig ihre Unabhängigkeit. Das muss nicht sein. Pro Senectute hilft.

Die Mitarbeitenden von Pro Senectute informieren, helfen oder beraten bei allen Anliegen rund um die persönliche Vorsorge oder bei schwierigen Lebenssituationen kompetent und unkompliziert. Auch dank Spenden aus der Bevölkerung können diese Angebote flächendeckend in der ganzen Schweiz bereitgestellt werden.

Danke für Ihre Spende auf das Pro-Senectute-PC-Konto 87-500301-3



PRIX CHRONOS 2019

WELCHES BUCH BEGEISTERT JUNG UND ALT?

Der Prix Chronos ist ein Lesewettbewerb, bei dem 10- bis 12-jährige Kinder zusammen mit Seniorinnen und Senioren aus vier Kinderbüchern das beste wählen.

Eine Erfahrung, die jährlich fast 4000 Teilnehmende zum Lesen, Diskutieren und zur Wahl des Siegerbuches motiviert. Der Preis wird im Frühling 2019 verliehen.

Haben Sie Lust, mit Ihren Enkeln, einer Schulklasse oder einer Seniorengruppe mitzulesen? Melden Sie sich an: www.prixchronos.ch, Telefon 044 283 89 81.



© Luisa Illgen

Das grosse Loslassen

Auch in ihrem neunten Stück lässt Gardi Hutter ihre Clownin Hanna sterben. Doch Hannas Seele merkt es nicht und bleibt zurück. Sie versperrt so insbesondere der jüngeren Generation – gespielt von Gardi Hutters Kindern und ihrer Schwiegertochter – den Weg (siehe auch Seite 10).

«Gaia Gaudi», vom 18. September bis 21. Oktober, Theater am Hechtplatz, Zürich. Infos und Tickets: Telefon 044 415 15 15, www.theaterhechtplatz.ch



Holen Sie sich Freikarten!

Die Zeitlupe verlost 6 x 2 Tickets im Gesamtwert von CHF 660.– für die Aufführung am Mittwoch, 19. September 2018, um 20 Uhr im Theater am Hechtplatz in Zürich!

Und so nehmen Sie an der Verlosung teil:

Senden Sie eine Postkarte an: Zeitlupe, Stichwort «GARDI», Postfach 2199, 8027 Zürich oder eine Mail an info@zeitlupe.ch. Bitte vergessen Sie nicht, Ihren Namen, Ihre Adresse und das Stichwort anzugeben.

Einsendeschluss ist der 13. September 2018.

Viel Glück!



© Andrew Eccles

SCHWERKRAFT IST RELATIV

Das Tanzensemble «Alvin Ailey American Dance Theater» ist nicht nur elegant, sondern auch beweglich.

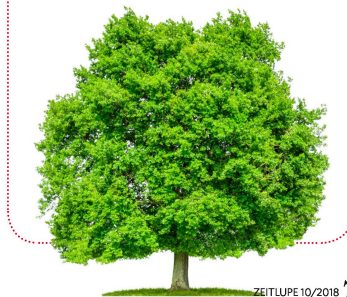
Manchmal denkt man tatsächlich, einer der 30 Tanzprofis renkt sich gleich die Schulter aus. Die amerikanische Tanzkompanie präsentiert in Zürich zwei verschiedene Programme, die beide das Stück «Revelations» beinhalten, eine Hommage von 1960 an die afroamerikanische Kultur.

Alvin Ailey American Dance Theater, 25. bis 30. September, Theater 11, Zürich. Infos: www.alvinailey.ch, Vorverkauf: Ticketcorner-Stellen oder Telefon 0900 800 800 (CHF 1.19/Min.).

Ja, die Schweiz hat eine Hochseeflotte. Der Kinodokumentarfilm «Die Insel ohne Ufer» porträtiert sie.

66 DIE ZAHL

Rund ein Drittel der Schweiz ist noch mit Wald bedeckt. Oder anders gesagt: Auf jeden Menschen in der Schweiz kommen geschätzt 66 Bäume. (Quelle: Wald Schweiz).



© iStock



© Fribourg Tourisme

ORGELFESTIVAL

SIE ZIEHEN ALLE REGISTER

Das Orgelfestival in und um Fribourg zeigt sich offen für Neues.

So tritt mit Frank Danksagmüller auch ein Organist auf, der gerne Klassisches mit Zeitgenössischem vermischt. In Fribourg inszeniert er Bach, Vivaldi und Händel mit einem analogen Synthesizer. Die teilweise eintrittsfreien Orgelkonzerte finden in Fribourg, Bern, Bösingen, Bulle und in Vuisternens-Ogoz statt, wo eine 269 Jahre alte Orgel steht. Internationales Orgelfestival Fribourg, 19. bis 23. September.

Programm: www.academieorgue.ch, Platzreservation: Telefon 026 350 11 11.



LEGENDÄRES RENNEN
ALS BERN TEMPO MACHTE
Der «Grand Prix Suisse» lockte die Massen an, brachte Bern den ersten Stau ein und sorgte in 20 Jahren für 13 Todesopfer.

Nun gibts in einer Ausstellung zum Rennen, das zwischen 1934 und 1954 die weltbesten Motorrennfahrer ins Land brachte, 20 historische Rennautos und Motorräder, Fotos und Erinnerungsstücke zu sehen.
«Grand Prix Suisse 1934–54. Bern im Rennfeber», bis 22. April 2019, Bernisches Historisches Museum, Bern. Infos: www.bhm.ch, Telefon 031 350 77 11.

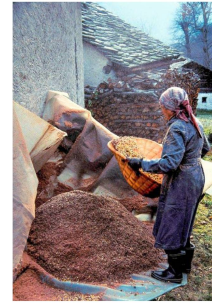
© Bernisches Historisches Museum / Christine Moor



© Bregaglia Engadlin Turismo, iStock

Ein Hoch auf die Kastanie

Das über drei Wochen dauernde Bergeller Kastanienfestival ist nicht nur schmackhaft, sondern auch lehrreich.
Es gibt mehr als bloss das Kastanienfest am 14. Oktober in Vicosoprano. Etwa eine Wanderung durch den Kastanienwald, vorgefragene Geschichten und Bräuche und natürlich Degustationen.
14. Kastanienfestival im Bergell, 29. September bis 21. Oktober, Infos und Programm: www.bregaglia.ch, Telefon 081 822 15 55.



HÖRTRAINING

SCHRITT FÜR SCHRITT BESSER HÖREN

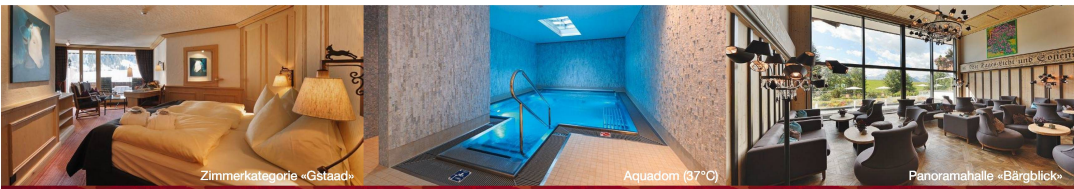


Anton Stucki erklärt in seinem Buch nicht nur das Gehör, sondern zeigt auf, wie man seine Hörfähigkeit verbessert.
20 Übungen, Geduld, Ausdauer und die eigene Körperwahrnehmung sollen helfen, das Gehör zu verbessern. Seine Philosophie basiert auf physikalischen Grundlagen. Der Autor von «Besser hören – leichter leben» ist überzeugt, dass Verspannungen und asymmetrische Körperhaltungen mitverantwortlich sind, dass ein Mensch nicht mehr richtig gut hört. «Wir sind dann in ein Ungleichgewicht geraten», schreibt Anton Stucki.
«Besser hören – leichter leben», AT Verlag, Aarau. Richtpreis CHF 29.90.

«Mona» weiss Rat

Die Webseite «Mona» ist ein nützlicher Ratgeber, um die eigene Wohnung altersfreundlicher zu gestalten. Einfach und verständlich aufgebaut, klickt man sich in der kostenlosen Webapplikation durch eine virtuelle Musterwohnung und erhält dabei gute und auch präventive Tipps.
www.mona-tool.ch

INSERAT



Zimmerkategorie «Gstaad»

Aquadom (37°C)

Panoramahalle «Bärgblick»

SOLBADEN – GESUNDBADEN – FÜR GÄSTE AB 60 JAHREN:

Nur bei uns können Sie ganzheitlich erleben, wie Sie mit Ihrer Gesundheit genussvoll umgehen und sich nachhaltig besser fühlen. In unserer Wellness-Oase mit Hallen- und Frei-SOLBAD 35°C und Aussen-Sportpool 29°C erwarten Sie tausendund eine Möglichkeiten, sich rundum perfekt verwöhnen zu lassen. «Elisabeth», «Ruth» und «Christian», Ihre Ferienbetreuer, machen Ihre Ferien auf begleiteten Wanderungen einzigartig und lassen «Kopf und Körper» in stimmungsvollen Welten drinnen und draussen zur Ruhe kommen.

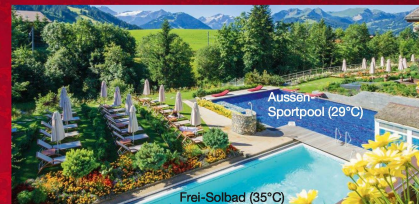
Angebot gültig bis 21. Dezember 2018

Preise in Franken pro Gast

* Bei Anreise Sonntag/Montag	* 4 Nächte	4 Nächte	7 Nächte
Zweibettzimmer Nord ab	645.-	765.-	1'107.-
Zweibettzimmer Süd ab	805.-	925.-	1'373.-
Einzelzimmer Nord ab	705.-	825.-	1'205.-
Einzelzimmer Süd ab	945.-	1'065.-	1'604.-
➤ Ihr Vorteil	205.-	85.-	235.-

Das Arrangement speziell für Sie erfüllt Ihnen folgende Träume:

- 4 bzw. 7 Übernachtungen im Zimmer Ihrer Wahl
- 1 Vollmassage zu 50 Minuten
- ¾-Geniesser-Pension mit Frühstücksbuffet, Salatbuffet und Suppe, nachmittags «Chuechetsch» und abends «ERMITAGE-Tischkultur» von kalorienbewusst über basisch-vegetarisch bis hin zum Gourmet-Geniesser-Menu
- Gästebetreuung: Begleitetes Wanderprogramm (Mo-Fr), tägliches Gymnastikangebot
- 4 Pools (ca. 320 m² Wasserfläche), Hallen- und Frei-SOLBAD 35°C, Aussen-Sportpool 29°C, Aquadom 37°C
- Saunapark mit 10 Sauna-Dampfbädern, **Lady's Spa** (Bio-Sauna und Dampfbad), Ruheraum mit 32 Liege- und Wasserbetten



Erziehungspfad

ERMITAGE
GSTAAD-SCHÖNRIED
Wellness- & Spa-Hotel

GSTAAD
SCHÖNRIED

Reservation:
033 748 04 30
welcomer@ermitage.ch
www.ermitage.ch

Berner Oberland

INSERAT

Adventstage Krakau

**4 Reisetage
ab Fr. 625.-**

Das ist alles inbegriffen

- ✓ Linienflüge mit SWISS in Economy-Klasse
- ✓ Alle Flugnebenkosten
- ✓ Transfers bei An- und Abreise
- ✓ 3 Nächte im 4-Sterne Hotel Novotel Centrum
- ✓ Täglich Frühstück und 1x Abendessen
- ✓ Besichtigungen gemäss Programm
- ✓ Beste Betreuung durch Deutsch sprechende Reiseleitung vor Ort während den Transfers und Ausflügen
- ✓ Reiseunterlagen inklusive Reiseführer

Nicht inbegriffen

- Einzelzimmer 75.-
- Halbtagesausflug Salzbergwerk Wieliczka 75.- (Mindestteilnehmerzahl 15 Personen)
- Annullierungskosten- und Assistanceversicherung
- Kleingruppenzuschlag unter 20 Personen möglich



UNSERE TOP-PREISE

Pro Person im Doppelzimmer in Fr.
Sofort-Preis gültig für mindestens 50% der verfügbaren Plätze, danach Katalog-Preis.

Ihre Reisedaten	Katalog-Preis	Sofort-Preis
22.11.18–25.11.18*	675.-	625.-
29.11.18–02.12.18*	675.-	–
03.12.18–06.12.18	675.-	–
06.12.18–09.12.18	675.-	–
13.12.18–16.12.18	625.-	–

*Der Weihnachtsmarkt öffnet seine Tore ab dem 30.11.18.

Internet-Buchungscode: **vrkra01**



REISELEITUNG
FOR ONLY

Lassen Sie sich von Krakaus historischer Altstadt und den vielen interessanten Sehenswürdigkeiten begeistern. Entdecken Sie den märchenhaften Weihnachtsmarkt auf dem alten Marktplatz, verweilen Sie in den gemütlichen Cafés und erholen Sie sich in Ihrem Stadthotel.

- 1. Tag: Zürich – Krakau**
Flug von Zürich nach Krakau. Nach Ankunft unternehmen Sie einen ersten Spaziergang zur Orientierung, danach geniessen Sie Ihr Abendessen in einem lokalen Restaurant.
- 2. Tag: Krakau**
Sie besuchen heute u.a. die Tuchhallen auf dem Marktplatz und die be-

kannte Marienkirche.
3. Tag: Freier Tag oder fakultativer Halbtagesausflug Wieliczka
Fakultativer Ausflug zum eindrucksvollen Salzbergwerk Wieliczka, UNESCO-Weltkulturerbe (bis 4 Wochen vor Abreise buchbar).
4. Tag: Krakau – Zürich
Flug von Krakau nach Zürich.

REISEGARANTIE
reka
100% REKA-Zahlung möglich



Jetzt buchen: **0800 835 800**
oder www.voegele-reisen.ch



Vögele Reisen