

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 96 (2018)
Heft: 10

Rubrik: Ratgeber

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: 30.11.2025

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

Ruhig Blut bei Notfällen

In Notfallsituationen gehts meistens sehr hektisch zu. Wer Desinfektionsmittel, Verband und die wichtigsten Adressen und Telefonnummern für den Ernstfall bereithat, schafft Sicherheit und Ruhe für den Hund und alle Beteiligten.

Bisswunde: Ein Hund mit einer Bisswunde sollte gleichentags tierärztlich versorgt werden. Tiefe Wunden können sich infizieren und zu einem Abszess führen. Bei einer kleinen Bisswunde reicht es meist, diese mit einem Desinfektionsmittel zu reinigen.

Blutung: Scharfe Steine oder Glasscherben können Schnittverletzungen an den Pfoten verursachen, die stark bluten. Um die Blutung zu stoppen, sollte ein dicker Verband angelegt werden. Auch Verletzungen an den Ohren bluten massiv. Diese können mit einem Kopfverband versorgt werden. Der Hund sollte bei stark blutenden Wunden ruhig gehalten und gleichentags in der Tierarztpraxis behandelt werden.

Verletzung am Auge: Schwere Augenverletzungen sind extrem schmerzhaft. Der Hund wird versuchen, sich mit der Pfote am verletzten Auge zu kratzen, wodurch er noch mehr Schaden anrichten kann. Deshalb sollte man ihn unbedingt vom Kratzen abhalten, indem man ihn beruhigt und sanft festhält, bis man in der Tierarztpraxis ist. Geht das nicht, kann man ihm Socken oder Pfotenschuhe überziehen oder um seine Vorderpfoten einen Verband anlegen.

Insektenstich: Insektenstiche sind schmerzhaft, aber meist ungefährlich. Starke allergische Reaktionen sind selten. Der Stachel sollte entfernt, die Stichstelle desinfiziert und gekühlt



Adressen:

- ▶ Tierrettungsdienst: Telefon 044 211 22 22, www.tierrettungsdienst.ch;
- ▶ Polizei: Telefon 117;
- ▶ Toxikologisches Zentrum, Telefon 145, www.toxinfo.ch

werden. Bei starkem Hecheln und massiver Schwellung sollte der Vierbeiner jedoch fachmännisch behandelt werden. Wird der Hund im Kopf- oder Maulbereich gestochen und blockiert die Schwellung die Atemwege, dann ist der sofortige Gang in die Tierarztpraxis unabdingbar.

Vergiftung: Hat Ihr Schützling etwas Giftiges gefressen, dann sollte sofort die Tierärztin oder der Tierarzt benachrichtigt werden. Der Zeitfaktor ist sehr wichtig, da das Gift nach dem Fressen verdaut und in den Kreislauf aufgenommen wird. Falls noch Reste des Giftes vorhanden sind, dann muss

man dieses unbedingt in die Praxis mitnehmen.

Epileptischer Anfall: Bei einem epileptischen Anfall hat der Hund starke Krämpfe und ist nicht ansprechbar. Wichtig ist, dass die Umgebung gesichert wird, damit sich der Hund während des Krampfanfalls nicht verletzt. Meistens ist der Krampf nach einer Minute vorbei. Die Tierärztin oder der Tierarzt sollte informiert und eine Kontrolle vereinbart werden.

Zusammenbruch: Bei einem Zusammenbruch sollte umgehend die Tierarztpraxis informiert werden. Falls man den Hund nicht selber transportieren kann, ist Hilfe und Transport durch den Tierrettungsdienst möglich.

Bei jedem Notfall sollte die Tierarztpraxis telefonisch informiert werden, bevor man hinfährt. So kann die Notfallsituation gut koordiniert und allenfalls eine Überweisung in eine Klinik in die Wege geleitet werden. Jede Tierarztpraxis gibt ausserhalb der Öffnungszeiten den diensthabenden Notfalltierarzt an. Nach einem Notfall sollte dem Hund kein Futter mehr gegeben werden, da es möglich ist, dass für die medizinische Versorgung eine Narkose eingeleitet werden muss. *



● Mirjam Kündig

ist Tierärztin in Küssnacht, Telefon 044 912 04 04 www.tierarztpraxiskuessnacht.ch

Was ist eigentlich Phishing?

Über E-Mail versuchen Hacker und Online-Betrüger das Vertrauen der Nutzerinnen und Nutzer zu gewinnen. Aber auch im Web lauern Gefahren, die zur Vorsicht mahnen.



Kürzlich erreichte mich folgende E-Mail: «Hello ! Ich bin sicher, dass diese E-Mail als Überraschung zu Ihnen kommen würde, weil wir nicht wissen, einander persönlich, und Sie können auch fragen, warum ich sollte Ihnen in Verbindung setzen.» In der Tat kenne ich keine Caroline Freund, wie sich die Dame später nennt, und noch viel weniger habe ich von einem Paul-Louis Haley gehört, der bloss acht Millionen Dollar vor 15 Jahren hinterlassen haben soll. Was mich das angeht? Die freundliche Frau Freund möchte mit mir das Geld teilen und 40 Prozent davon überweisen. Dazu bräuchte ich lediglich den Link im E-Mail anzuklicken.

Zum Glück sind die automatischen Übersetzungsprogramme von Google und Co. noch nicht so weit fortgeschritten und machen es einem dank dem Kauderwelsch einfach, die dubiose Botschaft als Betrugsversuch zu entlarven. Doch manche dieser sogenannten Phishing-Versuche sind weit raffinierter. Sie zielen nicht nur auf die Gier ab, sondern ähnlich den Einzeltrickbetrügereien werden Notlagen vorgetäuscht, und als Absender können auch Namen aus dem Bekanntenkreis erscheinen.

Wenn bekannte Namen auftauchen und man unsicher ist, ob das

E-Mail echt ist, einfach schnell den Freund oder die Bekannte anrufen und fragen, ob das E-Mail tatsächlich von ihm oder ihr stammt. Sollte das E-Mail-Konto des Absenders gehackt worden sein, wird man Ihnen für den Hinweis danken. Das hilft auch bei Absendern von Firmen oder öffentlichen Stellen wie der Polizei. Einfach auf den Namen klicken, um die E-Mail-Adresse zu sehen. Oft handelt es sich dann um eine Yahoo-, Gmail- oder andere E-Mail-Server-Adresse, die nichts mit dem vermeintlichen Absender zu tun hat. Grundsätzlich gilt: Misstrauisch sein und keinesfalls den Link im E-Mail anklicken oder den Anhang öffnen, auch wenn er noch so Gutes verspricht!

In den Anhängen können sich nämlich Viren verbergen, die sich meist unerkannt auf dem Computer einnisten. Diese sogenannten Trojaner können zu einem späteren Zeitpunkt aktiv werden oder aber verschiedene andere Funktionen aktivieren. Verbreitet ist die Aufzeichnung von Passworteingaben, die dem Urheber des Virus anschliessend zugesendet werden oder aber das Sperren des Computerzugriffs, wie es im Beispiel von Markus S. (siehe Seite 20) geschehen ist, der auf einer Website einen entsprechenden Trojaner eingefangen haben muss. In Europa haben laut Spezialisten der Firma Datto solche

Erpressungen im vergangenen Jahr allein bei kleineren und mittleren Betrieben einen Schaden von 80 Millionen Euro verursacht. Um solchen Problemen vorzubeugen, helfen auch Virenschutzprogramme.

Eine weitere, seit geraumer Zeit beliebte Betrugsmasche macht sich nicht den Computer zunutze, sondern das Telefon. Auf dem Telefonbildschirm mag eine Schweizer Telefonnummer oder gar ein Schweizer Name erscheinen, doch es melden sich Englisch sprechende Damen und Herren. Sie geben sich als Microsoft-Mitarbeitende aus, die festgestellt haben wollen, dass Ihr Computer von Viren infiziert und deshalb sehr langsam sei. Ziel der Betrüger ist es in diesem Fall, Sie zum Gehilfen zu machen: Sie sollen ihnen über Fernzugriff Ihren PC «öffnen». Hier gilt: Weder Microsoft noch eine Bank rufen Sie an und verlangen von Ihnen den Zugriff auf den Computer oder persönliche Kontodaten. In diesem Fall ist die einfachste Lösung, das Telefon sofort aufzuhängen. *



● **Marc Bodmer** ist Jurist und Cyberculturist. Er beschäftigt sich seit über 25 Jahren mit digitalen Medien.

Schichtarbeit

Frühlingsblumen-Zwiebeln kann man im Herbst auch schichtweise in einen Topf setzen und sich ab Februar bis April über einen bunten Blütenreigen freuen. Wir zeigen, wie diese sogenannte «Lasagne-Bepflanzung» funktioniert und worauf zu achten ist.



Als ich mich vor vier Jahren das erste Mal an der «Lasagne-Bepflanzung» versuchte, machte ich zwei Fehler. Erstens wählte ich einen zu kleinen Topf (20 cm Durchmesser), und zweitens schichtete ich die Zwiebeln willkürlich übereinander. Mit dem Ergebnis, dass sich die einzelnen Blumen beim Wachsen in den Weg und in der Folge arg kraftlos aus der Erde ans Licht kamen. «Eine Topfgrösse von 30 cm Durchmesser empfiehlt sich», rät denn auch Claudia Sifrig, Inhaberin von Green-art im luzernischen Emmenbrücke und Fachfrau für Gartenpflanzen im Topf.

Zwiebelwahl und Setztechnik

Für die Schichtbepflanzung mit Blumenzwiebeln eignen sich alle Frühjahrsblüher. Also Winterlinge, Schneeglöckchen, Blausterne, Krokusse, Schachbrettblumen, Anemonen, Tulpen, Narzissen und (Trauben-) Hyazinthen. «Wichtig ist, die Zwiebelsorten so zusammenzustellen, dass sie nach und nach erblühen», so Claudia Sifrig weiter. Damit uns also ab Februar ein farbenprächtiges Feuerwerk an Blumen erfreut, wird der Topf mit maximal vier Lagen wie folgt befüllt:

Zuerst, zum Schutz vor Staunässe, eine fünf Zentimeter hohe Schicht aus Blähton oder Tonscherben in den unteren Teil des Gefässes legen und mit Vlies abdecken. So kann das Wasser gut abfließen. Dann rund 10 cm Erde einfüllen und die erste Lage der Zwiebeln einsetzen. Diese werden locker nebeneinander gelegt und im Anschluss so hoch mit Erde zugedeckt, dass nur noch ihre Spitzchen sichtbar sind. Die zweite Lage Zwiebeln wird genauso locker auf der Erde verteilt – und zwar in den Abständen zwischen den Zwiebeln der unteren Schicht. Aufgefüllt wird wiederum bis zu den Spitzen mit Erde. Und so weiter, bis alle Zwiebeln eingepflanzt sind. Diese oberste Schicht mit

doppelt so viel Substrat zudecken, wie die zuletzt gepflanzten Zwiebeln gross sind.

Punkto Reihenfolge gilt: Zuunterst setzt man diejenigen Zwiebeln, die zuletzt blühen und am grössten werden, zuoberst die Kleinsten, die zuerst ihre Köpfchen aus der Erde stossen (Krokusse, Blausterne, Winterlinge, Schneeglöckchen, Traubenhyazinthen, Wildtulpen). Blumenzwiebeln, die ein ähnliches Blühverhalten haben, kann man in dieselbe Lage pflanzen.

Schutz und Giessen

Damit der Topf auch im Winter hübsch anzusehen ist und die Zwiebeln bis zu ihrer Frühjahrsblüte nicht erfrieren, «empfehle ich, das Gefäss mit bunten Jutebändern zu umwickeln, die Erde mit Grün- oder Weissmoos abzudecken und mit Tannzapfen, Kugeln und Ästen zu dekorieren», so Claudia Sifrig. Nichts hält die Fachfrau hingegen von meiner Idee, winterharte Stiefmütterchen bis zum Frühling in den Topf zu setzen. «Eine Winterbepflanzung mit Stiefmütterchen eignet sich nicht, da diese zu tief wurzeln und den Frühblühern Platz wegnehmen. Zudem müssten sie im Februar ausgepflanzt werden, um Winterling und Co. das Terrain zu überlassen.» In Sachen Giessen ist Zurückhaltung angebracht. Zwiebeln mögen keine Dauernässe und laufen Gefahr zu verfaulen. Darum lieber zu wenig als zu viel Wasser geben. *



● Christine Kunovits

ist Leiterin Redaktion und Verlag von «Bioterra». Vermutlich auch, weil selbst gezogene Cherrytomaten vor bald 30 Jahren ihre Liebe zum Gärtnern erweckt haben.

Günstig passiv investieren



Hohe Gebühren fressen bei der Geldanlage die Rendite weg. Indexfonds kommen ohne teures Management aus. Das schlägt sich in tiefen Kosten nieder.

Für manche Anlegerinnen und Anleger gleicht es einer Glaubensfrage: Sollen sie nun aktiv oder passiv in einen Wertschriftenfonds investieren? Ein Finanzprofessor meinte zu dieser mit religiösem

Eifer betriebenen Debatte, aktiv investieren sei eher katholisch, passiv investieren demgegenüber protestantisch, ohne Pomp, unspektakulär, aber günstig. In der Realität heisst dies: Aktive Fonds werden von Fondsmanagern geführt. Sie kümmern sich um die

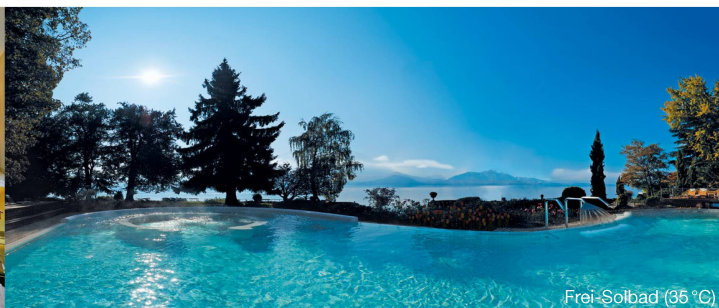
Zusammensetzung des Portfolios und reagieren im Idealfall schnell auf Veränderungen am Kapitalmarkt.

Doch diese Arbeit ist nicht gratis. Für den Verwaltungsaufwand, in der Fachsprache Total Expense Ratio (TER) genannt, haben die Anlegenden

INSERAT



Zimmerkategorie «Spiez»



Frei-Solbad (35 °C)



Alpienne

SOLBADEN – GESUNDBADEN – FÜR GÄSTE 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.

Angebot gültig bis 21. Dezember 2018

Preise in Franken pro Person

	*4 Nächte	4 Nächte	7 Nächte
*Anreise Sonntag/ Montag			
Zweibettzimmer Nord	617.–	737.–	1'058.–
Zweibettzimmer See	737.–	857.–	1'261.–
Einzelzimmer Nord	657.–	777.–	1'128.–
Einzelzimmer See	857.–	977.–	1'457.–
☛ Ihr Vorteil	180.–	60.–	210.–

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 «Blechhüechle» im «Wellness Café Le Palmier» und abends «BEATUS-Tischkultur» von kalorienbewusst über basisch-vegetarisch bis hin zum Gourmet-Geniesser-Menü
- Gästebetreuung: Begleitetes Wanderprogramm (Mo-Fr), tägliches Gymnastikprogramm
- Erlebnis-Frei-SOLBAD 35 °C und Hallenschwimmbad 29 °C
- Saunapark mit 7 Saunas, Ruheraum mit Wasserbetten und Vital-Bar
- 12'000 m² Hotelpark direkt am See



«Le Bel Air»

Ganzjährig geöffnet



BEATUS
MERLIGEN-THURNERSEE

Wellness- & Spa-Hotel

Berner Oberland



Reservation:
033 748 04 34
welcome@beatus.ch
www.beatus.ch

jährlich 1 bis 2 Prozent oder noch mehr zu entrichten. Gewisse Banken verlangen zudem eine Ausgabekommission und eine Depotgebühr. Markant günstiger sind passive Fonds. Diese sogenannten Exchange Traded Funds (ETF) bilden einen Aktienindex eins zu eins ab. Entsprechend braucht es kein teures Management. Die kostenintensive Auswahl einzelner Aktien fällt weg. In der Regel liegt die Gesamtkostenquote eines solchen Indexfonds lediglich zwischen 0,1 und 0,5 Prozent.

Im aktuellen Tiefzinsumfeld achten die Investoren vermehrt auf die Kosten. Das hilft den Indexfonds, die ohnehin einem scharfen Preiskampf ausgesetzt sind. Die grossen Anbieter senken laufend die Gebühren, um mehr Marktanteile zu gewinnen. Exchange Traded Funds erleben derzeit einen veritablen Boom. Weltweit haben Anleger bereits über 3500 Milliarden Dollar in ETFs investiert. In den USA ist diese Anlageform seit Jahrzehnten äusserst populär, und nun

schwappt die Welle auch auf den alten Kontinent über. Seit die Schweizer Börse vor gut 15 Jahren ein eigenes Handelssegment eröffnet hat, weitete sich die Auswahl auf mehr als 1200 ETF-Produkte aus. Finanzexpertinnen und -experten führen diese Erfolgsgeschichte auf die Schwächen der aktiv verwalteten Fonds zurück.

Zahlreiche Studien zeigen, dass es lediglich 20 bis 30 Prozent der Fondsmanager gelingt, den Index langfristig zu überbieten. Ob ein Fonds letztlich eine Überrendite erzielt, hängt wesentlich von der Effizienz des Marktes ab. In den grossen Aktienmärkten, etwa der Schweiz, Deutschland oder den USA, ist es für aktive Manager schwierig, die gängigen Börsen-Indizes zu schlagen. Ein anderes Bild präsentiert sich in Nebenmärkten und den Schwellenländern. Speziell bei den kleinkapitalisierten Titeln besteht bedeutend weniger Transparenz als im Fall von Blue Chips. Aktive Manager können in solchen Märkten durch ei-

nen Informationsvorsprung eine höhere Rendite erzielen, als dies mit einem Indexfonds möglich ist.

Zu bedenken ist aber: Wer für einen aktiv gemanagten Fonds 2 Prozent an Gebühren zahlt, muss zuerst eine ebenso hohe Rendite erzielen, bevor er auch nur einen einzigen Franken verdient. Demgegenüber bietet ein ETF dank dem Kostenvorteil schon einmal gute Startchancen. Anfänger setzen am besten auf klassische Indizes, welche die Aktien der Schweiz (SMI), Europas (Euro-Stoxx 50) oder der Welt (MSCI World) abbilden. Abhängig von guten und schlechten Börsenjahren schwanken die Kurse der Indexfonds. Erfolgreich ist deshalb, wer beim Investment einen langen Atem hat. *



● Kurt Speck

ist Wirtschaftswissenschaftler, Ex-Verleger und -Chefredaktor der Handelszeitung. Er publiziert zu Finanz- und Vorsorgethemen.

INSERAT

Der Original-Perna-Extrakt.

Die Kraft aus der Muschel für Ihre Gelenke.



NEU

**PERNATON®
Gel Roll-On**
Für eine saubere
und gezielte
Anwendung.

PERNATON® enthält den natürlichen Original-Perna-Extrakt aus der Grünlippmuschel. Er versorgt Ihren Körper mit wichtigen Nähr- und Aufbaustoffen und spendet wertvolle Vitamine und Spurenelemente. Täglich und über längere Zeit eingenommen, unterstützt der Original-Perna-Extrakt von PERNATON® die Beweglichkeit Ihrer Gelenke, Bänder und Sehnen. PERNATON® bietet ein umfassendes Sortiment. Lassen Sie sich in Ihrer Apotheke oder Drogerie individuell beraten. Auch erhältlich bei Ihrem Physiotherapeuten. www.pernaton.ch

PERNATON®
Natürlich beweglich.

Jetzt gratis testen:
PERNATON® Gel.

Überzeugen Sie sich selbst von der Kraft aus der Muschel. Lassen Sie uns Ihre Adresse zukommen und wir schicken Ihnen ein Gelmuster zu. Kostenlos. Per Post: Doetsch Grether AG, Sternengasse 17, CH-4051 Basel, per Mail: info@doetschgrether.ch oder über unser Kontaktformular auf www.pernaton.ch

