

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 96 (2018)
Heft: 1-2

Werbung

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>

KNORPEL und GELENKE

Dass Wölfe in der modernen Zivilisationslandschaft leben können, wenn man dies zulässt, zeigt sich in verschiedenen Ländern Europas. Auch in unseren Nachbarstaaten kommen allseits wieder Wölfe vor. Italienische Wölfe haben sich im südlichen Alpenbogen bis nach Frankreich hinein ausgebreitet. In Deutschland wanderten Wölfe vom östlichen Nachbarn Polen her über Ostdeutschland ein und breiten sich auch westwärts aus. Momentan sind es 60 Rudel, die sich vor allem in abgelegenen Gebieten ansiedeln, etwa Alpentälern und stillgelegtem Übungsgelände.

In Österreich streifen seit einiger Zeit ebenfalls wieder Wölfe umher, offenbar eingewandert aus verschiedenen Richtungen. Genetische Analysen zeigten, dass Wölfe von den Alpen im Westen, dem Dinarischen Gebirge im Süden und der Slowakei im Osten ein- oder durchgewandert sind. Eine Überraschung wurde 2016 auf einem Truppenübungsgelände im niederösterreichischen Waldviertel vermeldet: Eine Wildkamera hatte Jungwölfe aufgenommen und damit gezeigt, dass auch in Österreich erstmals seit der Ausrottung wieder Wolfsnachwuchs herangewachsen ist.

In Italien, Spanien und Polen waren die Wölfe nie ganz verschwunden. Es blieben kleine Restvorkommen, im Italien der frühen 1970er-Jahre nur gerade rund hundert Tiere, die sich schliesslich dank rigoroser Schutzmassnahmen erholen und über weitere Gebiete ausdehnen konnten. Unter ihnen müssten die Stammeltern des Calanda-Rudels und der anderen schweizerischen Wölfe gewesen sein. *

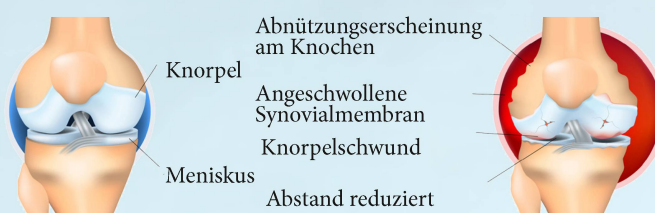
Hunde sind bessere Menschenkenner als Wölfe

Hunde sind Abkömmlinge von Wölfen, doch sie haben sich in Jahrtausenden des Zusammenlebens mit Menschen an die menschlichen Gefährten angepasst. Sie kommunizieren zum Beispiel weniger über die Mimik wie der Wolf unter seinesgleichen, sondern mehr über Laute, die der Mensch besser wahrnehmen kann. Die faszinierenden Fähigkeiten der Hunde, menschliche Erwartungen zu verstehen, gehen zum Teil verloren, wenn die domestizierten Vierbeiner mit Wölfen gekreuzt werden. In der Schweiz verbietet das Tierschutzgesetz solche Kreuzungen. Wolf-Hund-Mischlinge haben sich als sehr schwierige Pfleglinge erwiesen, ihre Haltung ist wie die von Wildtieren bewilligungspflichtig.

Das Kollagen spielt eine sehr wichtige Rolle für die Gesundheit unserer Gelenke. Aber die moderne Ernährung versorgt uns nicht mehr ausreichend mit Kollagen, und wir sollten viel mehr kollagenhaltige Nahrung essen, wie Kalbsfond, Schwarten, Nieren, Kutteln, fettige Bouillons, usw.

Das Fehlen von Kollagen bewirkt Morgensteifheit und führt zur Abnützung der Knorpel, was zur Arthrose führen kann. Behindernde und unerträgliche Gelenkschmerzen machen uns das Leben schwer und verringern unsere Beweglichkeit.

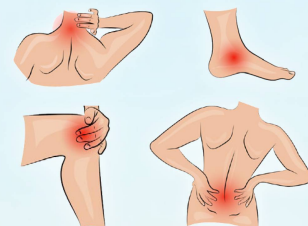
Um Ihre Mobilität und Ihre Lebensfreude wiederzufinden, erweist sich eine komplementäre Zufuhr an Kollagen als unumgänglich. Tausende von Erfahrungsberichten beweisen es: morgens, tagsüber wie auch abends ist eine erhöhte Beweglichkeit festzustellen !



Ein in der Schweiz entdecktes Kollagen-Hydrolysat kann Ihre Ernährung auf ideale Weise ergänzen : das

GELAFORM PROTEIN + «GOLD»

- ✓ Ein Knorpel in gutem Zustand, trotz den Jahren
- ✓ Geschmeidige Gelenke
- ✓ Widerstandsfähige Sehnen
- ✓ Solide Nägel und Knochen
- ✓ Gesundes und dichtes Haar



Sagen Sie ab heute JA zu mehr Beweglichkeit, dank dem untenstehenden BON : **Wir schenken Ihnen eine Dose !**

Profitieren Sie von diesem Sonder-Angebot, welches ausschliesslich für die Zeitlupen-Leser bestimmt ist und bestellen Sie 1 Dose Gelaform Protein+ „Gold“. Die zweite Dose erhalten Sie gratis !



1 kaufen
= +1 Gratis!

BIO-GESTION

Für Ihr Wohlbefinden seit 1983

Sonderangebot ausschliesslich für Neukunden :

1 Dose Gelaform Protein+ „Gold“ zum Preis von Fr. 97.50
+ 1 Dose gratis. Versandkosten offeriert: Sie sparen Fr. 6.90

JA, ich profitiere von diesem Angebot und bestelle 2x Gelaform Protein+ „Gold“ zum sensationellen Preis von Fr. 97.50.

Name : _____

Vorname : _____

Adresse : _____

PLZ : _____

Ort : _____

Datum : _____

Unterschrift : _____

Zu retournieren an:

Bio-Gestion SA
Imp. Champ-Colin 6
Case postale 2164
1260 Nyon 2

info@biogestion.ch
www.biogestion.ch

Tel. 0848 85 26 26

FASZINATION ÄGYPTEN

Eine unvergessliche Reise ins Land der Pharaonen

25.04. – 06.05.18

12.09. – 23.09.18

14.11. – 25.11.18

Ab der Schweiz
begleitete
Reise



ÄGYPTEN UND AMIN TRAVEL

Das Land am Nil blickt auf eine einmalige, jahrtausendealte Geschichte zurück – wie auch auf bewegte letzte Jahre. Die Lage in Ägypten ist in allen touristisch relevanten Orten stabil und auch das schweizerische EDA erlaubt bereits seit Jahren wieder Reisen in alle wichtigen Gebiete des Landes.

Grund genug für Amin Travel, den Ägypten-Spezialisten der Schweiz seit 1984, dieses Jahr wieder ab der Schweiz begleitete Reisen ins Land der Pharaonen durchzuführen.

Die Reisen werden von fachkundigen, anerkannten Ägyptologen geführt, die Sie zu den Besichtigungsstätten begleiten. Zusätzlich wird das Programm mit kulturellen, gesellschaftlichen, wirtschaftlichen und politischen Informationen und Vorträgen über das Ägypten von heute bereichert.

Alle drei Reisen werden ab der Schweiz von einer Person aus dem Team von Amin Travel Zürich begleitet. Unsere Reisen zeichnen sich durch ein reichhaltiges kulturelles Programm sowie freie Zeit zum Ausruhen und Geniessen aus. Reisen Sie mit uns ins Land am Nil und lassen Sie sich von der einmaligen Kultur und der Gastfreundschaft der einheimischen Bevölkerung verzaubern!

IHR REISEPROGRAMM

1. Tag: Zürich (Genf)/Kairo

Abendflug der SWISS von Zürich (Genf) nach Kairo. Transfer zum 5*****-Hotel «Sofitel El Gezirah». Aufenthalt im Zimmer mit Nil-Sicht und inkl. Frühstück bis zum 4. Tag.

2. Tag: Alt Kairo/Khan El Khalili Bazar

Vormittag zur freien Verfügung. Am späten Morgen Fahrt zum El-Azhar-Park. Mittagessen (inkl.) im Park-Restaurant. Danach Besuch des Bazar-Viertels Khan El Khalili. Erleben Sie den mittelalterlichen Stadtteil Kairos, wo die Ägypter leben und einkaufen. Das landestypische Abendessen (inkl.) wird Ihnen mitten im Bazar in authentischer Atmosphäre serviert.

3. Tag: Pyramiden/Sphinx/Nationalmuseum

Morgens Besichtigung der Pyramiden von Giza sowie der Sphinx. Mittagessen (inkl.). Besuch des Ägyptischen Nationalmuseums, wo Sie unter anderem den Goldschatz von Tutanchamun bewundern können. Abend und Abendessen zur freien Verfügung.

4. Tag: Kairo-Assuan

Flug nach Assuan. Transfer zum 5*****-Hotel «Mövenpick Elephantine Island». Aufenthalt

im Zimmer mit seitlicher Nil-Sicht und inkl. Frühstück bis zum 6. Tag. Abend und Abendessen zur freien Verfügung.

5. Tag: Abu Simbel/Botanischer Garten

Vormittags Zeit für einen fakultativen Bus-Ausflug zu den eindrücklichen, versetzten Tempeln von Abu Simbel. Ansonsten machen Sie einen Bootsausflug zur Kitchener-Insel zum Botanischen Garten. Abend und Abendessen zur freien Verfügung.

6. Tag: Assuan/Einschiffung

Transfer zum 5***** Schiff «Amwaj Living Stone» zur 4-tägigen Nil-Fahrt von Assuan nach Luxor bis zum 9. Tag inkl. Vollpension (ohne Getränke). Während der Nil-Fahrt wird der Ägyptologe das Programm mit kulturellen, gesellschaftlichen, wirtschaftlichen und politischen Vorträgen über Ägypten bereichern. Folgende Besichtigungen sind inklusive: **Assuan:** Philae-Tempel und Staudamm am Nassersee

Kom Ombo: Doppel-Tempel von Sobek und Haroeris

Edfu: Horus-Tempel

Luxor: Tempel der Königin Hatshepsut, Tal der Könige mit Königsgräbern, Memnon-Kolosse, Tempelanlagen von Luxor und Karnak

9. Tag: Ausschiffung/Luxor-Aufenthalt

Ausschiffung in Luxor. Transfer zum 5*****-Hotel «Maritim Jolie Ville Kings Island Resort» in Luxor, das auf einer privaten Insel im Nil liegt. Aufenthalt inkl. Frühstück in einem Bungalow mit Nil-Sicht bis zum 11. Tag. Abend und Abendessen zur freien Verfügung.

10. Tag: Luxor-Museum

Vormittags Besuch des Luxor-Museums, das durch seine sehenswerten und schön präsentierten Exponate besticht. Geniessen Sie einen freien Nachmittag in der prächtigen Gartenanlage Ihres Hotels. Abend und Abendessen zur freien Verfügung. Übernachtung in Luxor.

11. Tag: Luxor/Banana Island

Vormittags Bootsfahrt zur Banana Island. Bei der Besichtigung der Bananenplantage erfahren Sie mehr über das Leben der ägyptischen Bauern. Nachmittag frei. Abend und Abendessen zur freien Verfügung.

12. Tag: Luxor-Hurghada-Zürich

Interessante Busfahrt (ca. 4.5 Std.) von Luxor durch die Wüste zum Hurghada-Flughafen. Tagesflug der Edelweiss Air von Hurghada direkt nach Zürich (oder Verlängerung in Luxor oder am Roten Meer).

INFORMATIONEN UND PREISE

Termine: 25.04.-06.05.18 / 12.09.-23.09.18 / 14.11.-25.11.18

Preis pro Person für 11 Nächte/12 Tage:

Doppelzimmer CHF 3'360.--

Einzelzimmer CHF 4'360.--

Minimale Teilnehmerzahl: 15 Personen

In den Preisen inbegriffen:

- Flüge der SWISS, Egyptair und Edelweiss Air in der Economy Klasse
- Taxen, Visum, Eintrittsgebühren
- Unterkunft in den erwähnten Hotels/Schiff
- Frühstück in Kairo, Luxor und Assuan / Vollpension auf dem Nilschiff (ohne Getränke)
- Mittagessen am 2. und 3. Tag & Abendessen am 2. Tag inklusive Softdrinks
- Alle Transfers/Ausflüge gemäss Programm
- Reiseführung mit fachkundigem Ägyptologen
- Trinkgelder für Reiseleiter, Chauffeur, Kellner, Kofferträger und Schiffsbesatzung
- Reiseführer von Dumont und ausführliche Reisedokumentation
- Reisebegleitung ab der Schweiz durch eine Person aus dem Amin Travel-Team
- Kundengeldabsicherung der TPA

In den Preisen nicht inbegriffen:

- Eventuelle Flugklassen-Tarifzuschläge
- Trinkgeld für den Ägyptologen
- Mittagessen und Abendessen wo nicht im Programm erwähnt
- Optionaler Ausflug am 5. Tag nach Abu Simbel: CHF 185.-- pro Person
- Auf Wunsch Reiseversicherungspaket für CHF 92.-- pro Person für Annullierungs-schutzversicherung vor der Reise und SOS-Schutz während der Reise

Verlängerung:

Eine Verlängerung des Aufenthaltes in Luxor oder am Roten Meer ist auf Anfrage möglich.

Auf www.amin-travel.ch finden Sie einen ausführlichen Beschrieb zur Reise und den Verlängerungsmöglichkeiten.

BERATUNG UND RESERVATION



Amin Travel GmbH
Hopfenstrasse 20
8045 Zürich
Telefon: 044 492 42 66
info@amin-travel.ch
www.amin-travel.ch

