

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 97 (2019)
Heft: 3

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: 05.04.2026

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



EDITORIAL

Der Arzt, der Koch und ein Gimpel

Die Allgemeinpraktiker und -praktikerinnen kommen langsam ins Alter. Wer wird sie ersetzen, wenn sie in den Ruhestand treten? Was heisst das für die Patientinnen und Patienten? Im Schwerpunkt von Zeitlupe-Redaktorin Martina Novak **berichten eine Hausärztin aus Zürich und ein Hausarzt aus dem Bündnerland, wie es bei ihnen mit einer Nachfolge aussieht.** Philippe Luchsinger, Präsident Hausärzte Schweiz, erklärt ausserdem, weshalb er glaubt, dass es auch künftig genug medizinische Grundversorger geben wird.

Seit über vierzig Jahren verwöhnt Armin Amrein Prominente aus aller Welt mit seinen kulinarischen Kreationen. Schweizweit bekannt wurde er mit dem «Coop-Mittwochstudio», das zwischen 1993 und 2005 im Schweizer Fernsehen ein Millionenpublikum erreichte. Im grossen Interview erzählt der Sternekoch, weshalb er mit 60 sein eigenes Gourmetrestaurant eröffnet hat, was ihm sein Enkel Miguel bedeutet und warum er ungern an die Pensionierung denkt. Im Ratgeberteil erfahren Sie, wie man **rückenfreundlich gärtner kann**, wie entzündete Schleimbeutel behandelt werden und wie sich das **Cushing-Syndrom bei Hunden** auswirkt. Sie lesen auch, welche Vorteile die Bezahl-App Twint hat, wie man seine Ersparnisse sicher anlegt und wie die Website Melani hilft, sich vor Gefahren im Netz zu schützen.

In dieser Ausgabe nehmen wir Sie überdies auf eine **gemütliche Gastro-Winterwanderung durch das Unesco-Biosphärenreservat Entlebuch** mit, wir stellen Ihnen den farbenprächtigen Gimpel vor und zeigen Ihnen, wie man mit Grünkern einen feinen Frühlingssalat zubereiten kann.

Marianne Noser, Chefredaktorin

ps.

KOMMEN SIE MIT
AUF S ZEITLUPE-LISMI-SCHIFF

Am 24. April 2019 heisst es zum ersten Mal: Leinen los für das Zeitlupe-Lismi-Schiff auf dem Zugersee! Die Rundfahrt startet um 15.15 Uhr ab Zug Bahnhofsteg und endet um 17.30 Uhr. Detailinformationen zum geselligen Nachmittag unter Gleichgesinnten finden Sie auf Seite 63. Für EL-Bezügerinnen und -Bezüger ist die Teilnahme kostenlos.



STÖCKLIN
bequem und sicher reisen

Ihr Katalog für
wellness-, Kur-
und Badeferien

In dieser
zeitlupe!



Stöcklin Reisen AG

Dorfstrasse 49
5430 Wettingen
www.stoecklin.ch
info@stoecklin.ch

Buchungstelefon

Wettingen 056 437 29 29
Basel 061 693 30 07



Die vielfältige
Sardinien-Rundreise!

Traumhafte Buchten & Landschaftsbilder



Porto Cervo an der Costa Smeralda

Farbiges Alghero

8 Reisetage
ab nur

Fr. 1199.-
REISEHIT
176

Sardiniens Hauptstadt Cagliari



Leistungen - Alles schon dabei!

- ✓ Fahrt mit dem komfortablen Extrabus
- ✓ Fähriüberfahrt Genua-Porto Torres inkl. Übernachtung in 2-Bettkabinen Innen & Frühstück
- ✓ Fähriüberfahrt Porto Torres-Genua inkl. Übernachtung in 2-Bettkabinen Innen & Frühstück
- ✓ 5 Übernachtungen in 4-Sterne Hotels auf Sardinien
- ✓ 5 x Frühstück in den Hotels
- ✓ 5 x Nachtessen in den Hotels
- ✓ Typisch sardisches Hirtenmittagsessen inkl. Wein & Wasser im Gebirge
- ✓ Stadtführung in Cagliari & Alghero
- ✓ Malvasia-Wein Degustation in Bosa
- ✓ Schöne Bootsfahrt entlang der Küste zur Neptungrotte
- ✓ Eintritt Grotta di Nettuno (bei ruhiger See)
- ✓ Eigene Schweizer Reiseleitung während der ganzen Reise

Grosse Sardinien-Rundreise

Einmal um die Insel - Zwischen Hirtenleben & Luxusjachten

Sardinien ist ein wahres Paradies – türkisblaue Buchten, feinsandige Strände, atemberaubende Panoramastrassen und fantastische Schätze aus der bewegten Vergangenheit. car-tours.ch hat für Sie die Insel intensiv bereist und tolle Leistungen zu einer herrlichen Rundreise kombiniert, die Ihnen nicht nur den bekannten Norden, sondern auch den wunderschönen Süden näherbringt.

Ihr tolles Reiseprogramm:

1. Tag – Anreise nach Genua

Fahrt im komfortablen Extrabus nach Genua, wo am Abend unsere Fähre Richtung Sardinien ablegt. Übernachtung an Bord.

2. Tag – Porto Cervo, Costa Smeralda

Frühmorgens legt unser Schiff in Porto Torres an. Entlang der Küste erreichen wir Castelsardo, ein wunderschönes Örtchen, das spektakulär über dem Meer thront. Durch die zauberhafte Macchialandschaft Nordsardiniens geht es an die weltbekannte Costa Smeralda. Atemberaubende Felsformationen, zuckerweisse Traumstrände und ein Hauch von Luxus in den Küstentorten werden Sie begeistern. Übernachtung in Orosel.

3. Tag – Ein Besuch bei den Hirten im wildromantischen Herz der Insel

Heute verbringen wir schöne Stunden im landschaftlich wunderbaren Herz der Insel. Inmitten der herrlichen Bergidylle sind wir zum Mittagessen bei den Hirten eingeladen. Wir geniessen traditionell sardische Köstlichkeiten mit Wasser und Wein – ein unvergessliches Erlebnis in bester Gesellschaft! Übernachtung im Hotel vom Vortag.

4. Tag – Übers Gennargentu-Gebirge nach Cagliari

Heute bezaubert uns das Gennargentu-Gebirge mit seinen grünen Gipfeln und der Gola di Gorropu, einem der tiefsten Canyons Europas. Auf kurvigen Strassen geht es bis auf 1100m in die Berge. Spektakulär ist dann die Abfahrt zurück auf Meereshöhe – Serpentinien mit schönen Ausblicken auf die Berge und das Meer bringen uns nach Tortoli. Über Muravera erreichen wir am Abend den Raum Cagliari.

5. Tag – Cagliari & Tharros

Heute morgen zeigen wir Ihnen Sardinien Hauptstadt bei einer kurzen Stadtführung. Freuen Sie sich auf Monumente, die eine tausend jährige Geschichte von Invasoren und verschiedenen Kulturen erzählen. Auf unserer Weiterfahrt nach Alghero treffen wir auf der Halbinsel Sinis die beeindruckenden Ausgrabungsstätten der Hafenstadt Tharros (Eintritt fakultativ). Übernachtung in Alghero.

6. Tag – Bosa & der Malvasia

Entlang der zauberhaften Westküste fahren wir nach Bosa, ein kleines Handwerks- und Weinstädtchen. Das Städtchen ist unglaublich hübsch und wurde in die Liste der „10 schönsten Dörfer Italiens“ aufgenommen. Wir sind zu Gast in einer typischen Osteria und lassen es uns bei typisch sardischen Malvasia gut gehen. Übernachtung im Hotel vom Vortag.

7. Tag – Alghero & Schifffahrt zur Neptungrotte

Bei einem gemütlichen Rundgang in Alghero fühlen Sie sich heute morgen in die spanische Vorherrschaft zurückversetzt. Am Nachmittag laden wir Sie zum Abschluss zu einer tollen Schifffahrt entlang der Küste ein. Bei ruhiger See wird die weltberühmte Grotta di Nettuno angefahren. Am Abend Einschiffung auf die Fähre nach Genua. Übernachtung an Bord.

8. Tag – Heimreise

Am Morgen erreichen wir wieder Genua, von wo aus wir die Heimreise antreten.

reka:3 Noch mehr sparen - bis 100% REKA-Checks!

REISEGARANTIE

Organisation: Holiday Partner, 8852 Altendorf

Wählen Sie Ihr Reisedatum

Reise a: 19. - 26. April 2019 (Ostern)

Reise j: 24. - 31. Mai 2019

Reise c: 16. - 23. Sept. 2019

Reise d: 29. Sept. - 6. Okt. 2019

Unser Sonderpreis für Sie:

Preis pro Person im Doppelzimmer
in 4-Sterne-Hotels **Fr. 1199.-**

Nicht inbegriffen/zusätzlich wählbar:
Einzelzimmerzuschlag (Hotels): Fr. 280.-
Kabinenzuschläge Fähre
- Doppelkabine aussen Fr. 50.-
- Einzelkabine innen: Fr. 95.-
Buchungsgebühr: Fr. 20.- pro Person

Sie wählen Ihren Bus-Einsteigeort:
Aarau, Basel, Bern, Bellinzona, Luzern,
Pfäffikon SZ, Sargans, St. Gallen, Thun,
Winterthur, Zürich

car-tours.ch
Erstklassige Busreisen mit Schweizer Reiseleitung

Limitierte Plätze! Sofort buchen & profitieren! Tel. 0848 00 77 88 www.car-tours.ch