Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 55 (1977)
Heft: 3

Rubrik: Mach mit - blyb fit!

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

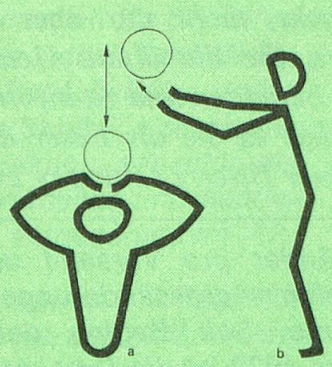
Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans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

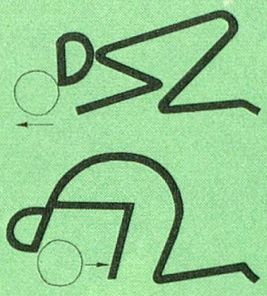
Download PDF: 06.07.2025

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

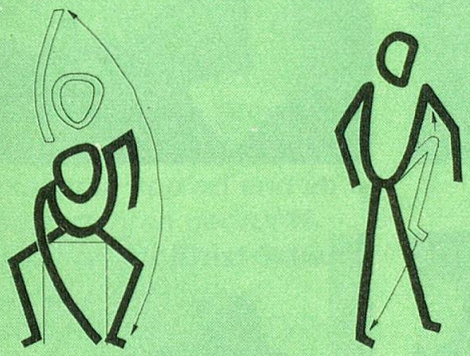
Mach mit – blyb fit!



Links: Stosswurf.
Rechts: Ball hochwerfen und fangen.



Unten: Ball mit dem Kinn nach vorne rollen (gerade Rücken).
Oben: mit der Stirn zurückholen (runder Rücken).



Links: Rechter Arm hochgestreckt: Rumpfbeugen vorwärts und linken Fuss berühren.
Rechts: Im Stand rechtes Knie gegen linke Schulter heben, abwechseln.

Diese Uebungen entstammen dem Turnkurs «Nid lugglah — wytermache!» von Marianne Imobersteg. Sie erhalten die Broschüre gegen Voreinzahlung von Fr. 2.— auf Postcheckkonto 30 - 35613 Schweiz. Vereinigung für Altersturnen, Bern. Bitte auf Rückseite vermerken «Turnkurs II».

Unsere neue Leserumfrage

Was halten Sie von einer Herabsetzung des Pensionierungsalters?

Bekanntlich haben extreme Linksgruppen (POCH und PSA) eine Volksinitiative eingereicht. Nach ihrem Willen würden die Männer ab 60 (bisher 65), die Frauen ab 58 (bisher 62) Jahren AHV-Renten erhalten. Der Bundesrat lehnt die Initiative ab. Er führt als Gegenargumente an, dass «es keineswegs feststeht, ob ein früheres Ausscheiden aus dem Erwerbsleben von der Mehrheit der Betroffenen gewünscht wird». Auch wären grosse neue Betreuungsaufgaben zu bewältigen. Vor allem aber würde die Neuerung drei zusätzliche Lohnprozente erfordern (und damit die Inflation entsprechend anheizen). Oder aber die Renten müssten um 23 % gekürzt werden.
Die Initiative verfolgt nicht zuletzt das Ziel, Arbeitsplätze für die Jungen freizuhalten.

Durch unsere Umfrage möchten wir die **Meinung der älteren Generation** zu dieser Initiative erfahren. Greifen Sie also zur Feder, und äussern Sie sich als Betroffene!
Umfang: Möglichst nicht über 30 Zeilen.
Einsendeschluss: 20. Oktober 1977.
Honoriert werden die im Dezemberheft abgedruckten Beiträge.

Zum Lachen

Ein amerikanischer Reporter, der als Sonderberichterstatter nach Marokko entsandt worden war, hatte ein Interview mit dem damals 108jährigen Grosswesir El Mokri. Am Ende der Unterredung verabschiedete er sich mit den Worten des Dankes und sprach den Wunsch aus, er hoffe, bei seinem nächsten Besuch in Marokko den alten Herrn noch ebenso rüstig anzutreffen und ihm seine Glückwünsche zum 109. Geburtstag aussprechen zu können.
«Aber warum nicht, junger Mann?» erwiderte der Grosswesir würdig lächelnd. «Sie scheinen sich doch bei bester Gesundheit zu befinden!» *C.*