

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 56 (1978)  
**Heft:** 3

**Rubrik:** Pro Senectute intern

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 02.02.2025

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

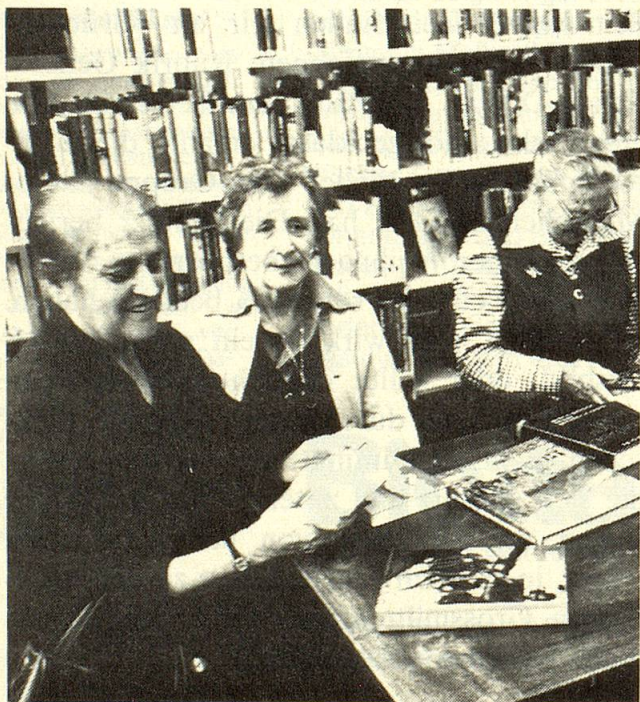


# PRO SENECTUTE INTERN

## Bibliothek-Besuch in Visp

Eine ausgezeichnete Idee setzte Fräulein B. Fux, unsere Sozialberaterin in Visp, in die Tat um: Sie lud die Seniorinnen in die Regionalbibliothek Visp ein. Die Bibliothekarin erklärte den zahlreichen Besucherinnen das reichhaltige Buchangebot und das Funktionieren des Freihand-Ausleihsystems. Bereichert wurde der Nachmittag durch ein Mundartgedicht und einen kleinen Imbiss im Arbeitsraum. Als sich die Gäste anschließend reichlich mit Lesestoff eindeckten, zeigte sich, dass der Werbenachmittag sein Ziel erreicht hatte: Die Scheu vor der «neumodischen» Bibliothek war überwunden. Eine nachahmenswerte Aktion!

*Foto Liselotte Kauertz*



Wo ist was?  
Ein praktischer Weg-  
weiser für Senioren.

PRO  
SENECTUTE

## Basler «Wegweiser für Senioren»

Vor vier Jahren gab Pro Senectute Basel-Stadt erstmals einen «Wegweiser für Senioren» heraus. Jetzt liegt eine zweite, verbesserte Auflage vor. Sie enthält auf 48 Seiten alle nützlichen Adressen über allgemeine Beratung, Fragen der Sozialversicherung, Wohnfragen, spezielle Dienste, Gesundheitsfragen, Freizeit, Rechtsberatung und Todesfall. Das hilfreiche Büchlein kann für 2 Franken bezogen werden bei Pro Senectute, Postfach 250, 4010 Basel.

# Arosa

Die windgeschützte Arosener Bergschale mit den duftenden Tannenwäldern bietet Ihnen eine faszinierende Landschaft für Spaziergänge und Wanderungen abseits von Hast und Lärm.

## HOTEL ORELLI

Das sympathische neurenovierte Hotel, nur wenige Minuten von Bahnhof und Bergbahnen entfernt, mit einmaligem Ausblick auf die Arosener Berge.

**SENIOREN-Preise** (Vollpension, alles inbegriffen)  
Zimmer mit fl. k. und w. Wasser+Tel. Fr. 38.—  
Zimmer mit Dusche/Bad+WC+Tel. Fr. 45.—

Termin: 3. Juni bis 30. Oktober 1978

**SENIOREN-Spezialwochen** (mit Hostesse)  
Juni: 12. bis 26. Juni 1978  
September: 3. bis 25. September 1978

Hotel Orelli - 7050 Arosa - Telefon 081 / 31 12 09





Mit typisch welschem Schwung dreht sich dieses Paar zur nostalgischen Musik.

Foto G. Bosshard

## Thé Dansant für Waadtländer Senioren

1977 startete der junge Direktor des Dancings «Hazyland» in Montreux, Roland Singer, in Zusammenarbeit mit Pro Senectute Waadt die Aktion «Tanztee für das 3. Alter». Zweimal monatlich treffen sich die tanzlustigen Senioren an einem Mittwoch von 15—18 Uhr in dem mondänen Lokal. Für Fr. 4.— Eintritt — bestimmt für die Kosten des Orchesters und des Animators — können sich die Gäste nach Herzenslust amüsieren. Nachdem in der Versuchsphase bereits rund 1000 Personen die Gelegenheit benützten, sind neuerdings auch alle Einzelpersonen — anfänglich waren nur Gruppen zugelassen — willkommen. Die Begeisterung für diese neue Möglichkeit geselligen Zusammenseins beweist nicht nur, dass viele Aeltere lebenslustig geblieben sind, sondern auch, dass offenbar das Altersturnen nicht alle Bedürfnisse deckt. Der Gesellschaftstanz scheint im Kommen zu sein!

## Senioren-Frühstück in Baden

Die Leiterin unserer Beratungsstelle in Baden, Frau Heidi Keller, offeriert den Senioren von Baden und Umgebung eine neue, originelle Kontaktmöglichkeit: Jeden zweiten Samstagmorgen ab 8.30 Uhr

trifft man sich im Restaurant Mazot an der Oberen Gasse in Baden zu einem reichhaltigen Frühstück (Preis Fr. 6.50). Die Wirtin, Frau Carusone, wird sich persönlich um das Wohl der Senioren kümmern. Nach dem Frühstück besteht im Lokal die Möglichkeit zu einem Jass, zu einem anderen Spiel oder ganz einfach zum Diskutieren. Anmeldung ist nicht nötig.

Wir finden die Idee ausgezeichnet. Den Mittagstisch kennt man schon vielerorts. Das Frühstück am Samstagmorgen eröffnet neue Möglichkeiten: Man kann vorher auf den Wochenmarkt oder sonst Einkaufen und dann beim Frühstück Bekannte treffen.

## AHV-Seminar in Delsberg

Wieder fanden — zum sechstenmal — die **Delsberger Tage** der Beratungsstelle der Pro Senectute Breitenbach statt. Sie sind allmählich zur Tradition geworden und bieten 60 älteren Menschen aus dem engeren Schwarzbubenland, aber auch aus der weiteren Schweiz ein so vielfältiges Programm an,



## WANDERWOCHEN IM ALETSCHEGEBIET

*besonders*

*preisgünstig*

|          |               |
|----------|---------------|
| Frühjahr | 10.6.— 8. 7.* |
| Sommer   | 12.8.—26. 8.* |
| Herbst   | 23.9.—17.10.* |

(\* je eine Seniorenwoche)

aut der autofreien Sonnenterrasse

# Riederalp

1 Woche, pauschal VP Fr. 245.— bis Fr. 380.—  
HP Fr. 210.— bis Fr. 345.—

1 Woche Ferienwohnungen zu Pauschalpreisen  
Studio Fr. 200.—/3 Pers. Fr. 250.—/4 Pers. Fr. 300.—/  
5 Pers. Fr. 350.—/6 Pers. Fr. 400.— (2 Wochen  $\cdot$  10%)  
Wanderführung usw. (nur für Teilnehmer) Fr. 50.—/25.—

## BON für GRATISPROSPEKTE

über die schöne Fussgängerzone am Aletschgletscher

Name \_\_\_\_\_

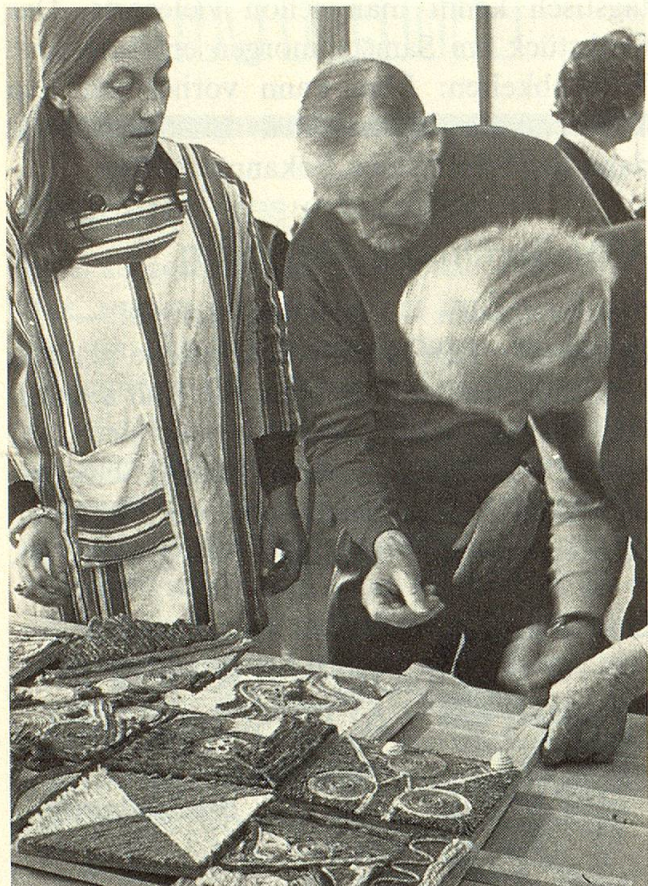
Adresse \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

senden an: **Verkehrsbüro 3981 Riederalp** ☎ 028/27 13 66



dass man von einem eigentlichen AHV-Seminar sprechen kann. Wieder hatte Frau Agnes Rauber jede Anstrengung auf sich genommen, um die richtigen Leiter oder Referenten zu ihren Themen zu finden, «denn», so meint sie, «nur die besten sind für unsere alten Leute gut genug!» Und diese Achtung vor den älteren Kursteilnehmern, dieses sie Ernstnehmen, wird aus der ganzen Wochenveranstaltung spürbar.



Frau G. Palenstijn, Werklehrerin, und die Herren Dr. Hans Winter und H. R. Balmer, der berndeutsche Mundartdichter, stellen die Schnurquadrate zusammen.

Foto H. P. Klausner

Es sprach ein Ethnologe über das Vorrecht, alt zu werden, ein Chorleiter sang gemeinsam mit den begeisterungsfähigen Senioren, die Basler Wohngemeinschaft für Betagte stellte sich vor, und schliesslich wurde gemeinsam ein Ausflug in eine Klostersgemeinschaft in Solothurn gemacht. Sozusagen als Kitt der Gemeinschaft wurden in vielen Stunden zwei Gemeinschaftsarbeiten gestaltet: das eine waren 30×30 cm grosse Felder, die nach einer alten indianischen Technik aus Schnurresten jeder Dicke und Herkunft geklebt wurden, um nachher auf Lat-

ten zu einem grossen, unerhört wirksamen Wandbehang zusammengefügt zu werden. Das andere waren zwei beklebte Kuben aus lauter Drechsler-Abfällen, etwas, das die Männer als Arbeit bevorzugten.

Zu keiner dieser Veranstaltungen aber wurden die Kursteilnehmer gezwungen, sie sollten ihre Entscheide auch hier freiwillig und selbständig — als mündige Senioren — selber treffen können. mk

## Senioren-Volkstanz in Basel

Sie erinnern sich: In der letzten Nummer der «Zeitlupe» orientierte Ernst Hess über Seniorentanz als ideales Mittel zur Aktivierung älterer Menschen.

Nun, in der Stadt Basel hat diese Idee bereits gezündet. Die rege, mit Pro Senectute verbundene Arbeitsgemeinschaft für Altersturnen in Basel hat nach dem Turnen, Schwimmen, Wandern und Langlaufen als neueste sportliche Disziplin den Volkstanz für Senioren in ihr Angebot aufgenommen. Vor einem Jahr entstanden in der Stadt und

## Senioren-Ferienfahrten

Salzburg — Donau — Wachau — Wien — Neusiedlersee mit Donaufahrt durch die Wachau  
Reise-Termine: 19.—25. Juni / 10.—16. Juli / 31. Juli—6. Aug.  
● + 9.—15. Oktober 1978 ●

**7 herrliche Reisetage inkl. Fahrt + Hotel**  
jeweils mit Nachtessen, Übernachten/Frühstück  
**tatsächlich nur Fr. 515.—**

Zustiegsmöglichkeiten: Basel/Olten/Aarau/Zürich/Rapperswil/Wattwil/Buchs SG und unterwegs an Strecke

**Verlangen Sie bitte die ausführlichen Programme mit vielen weiteren Angaben und den schönen Prospekten und Landkarten. Gratis-Zustellung!**

**Achtung:** Auf der Fahrt von Innsbruck nach Salzburg verbringen wir einen halben Tag im Berchtesgadnerland und am herrlichen KÖNIGSSEE! (Fakultative zweistündige Seewanderung zum herrlichen Malerwinkel.)

und die grosse Sensation:

**Während der drei Tage in Wien wohnen wir im Trapp-Martinsschloss, einem der schönsten BAROCK-SCHLÖSSER Österreichs. Während der Wiener Jahre der «singenden Familie des Barons von TRAPP», deren Residenz; heute ein Erstklass-Hotel mit allem Komfort. Wenn Sie den Film Sound of Music sahen, dann sahen Sie auch das Trapp-Schloss. Ist es nicht herrlich, dass wir während 3 Tagen darin wohnen!!!**

**Herrlicher Tagesausflug zum Neusiedlersee, in die PUSZTA und ins WWF-Natur- und Vogelschutzgebiet. Ebenso dabei ist ein Spezial-Menü in der grossartigen STORCHENMÜHLE bei Eisenstadt, wo wir zu Zigeuner-Musik (Wunschkonzert) speisen. Anschliessend grosser Besuch in der Storchentadt Rust. Bademöglichkeit im stets warmen Neusiedlersee (nur 1,20 m tief!). Ein HERRLICHER TAG in der PUSZTA.**

**Detail-Programme + Auskünfte durch:**  
**SENIORENREISEN Rudolf Weber**  
Postfach 546, 4005 Basel 5,  
Tel. 061 / 33 40 40/33 91 91



in Riehen fünf Volkstanzgruppen. Nach zögernden Anfängen konnten sie ihre Teilnehmerzahl bereits verdoppeln.

Kürzlich fand ein erstes Treffen aller Volkstanzgruppen im grossen Saal des Pfarreiheims St. Anton statt. Ueber hundert muntere ältere Damen stellten sich ein, um zu zeigen, was sie gelernt, und ihr neu- oder wiederentdecktes Hobby in grösserem Kreis zu praktizieren. Herren hatten Seltenheitswert — wie übrigens bei all diesen Aktivitäten — aber beim Volkstanz spielt das keine Rolle. Man ist nicht auf einen tanzwilligen Partner angewiesen. Wie viele ältere Frauen kommen hier zum Tanzen, die nie oder schon lange nicht mehr die Möglichkeit dazu gehabt haben.

Der Anlass geriet zu einem überaus fröhlichen Happening. Jede Gruppe hatte einen Tanz vorbereitet und führte ihn vor. Bei der Wiederholung durften dann alle mitmachen, die Lust hatten. Und ob sie Lust hatten! Wie früher in der Tanzstunde stürzte man sich ins Getümmel, bewegte sich vor und zurück, nach links und nach rechts, drehte sich umeinander und wechselte zum nächsten Partner. Was tat's, wenn man sich gegenseitig auf die Füsse trat und eine «Wirrlete» entstand; mit der Zeit wurden die Figuren doch erkennbar und gerieten immer besser.

Voraussetzung war, dass die Tänze in allen Gruppen gleich instruiert worden waren. Die Leiterinnen hatten sich ihr Rüstzeug in den Kursen auf dem Balmberg und im Schloss Hünigen erworben, von denen Ernst Hess berichtet hat. Sie alle sind selbst «angefresene» Tänzerinnen und führten als Einlage einen rassigen «Amerikaner» vor, bei dem die Röcke nur so flogen. Natürlich durfte in



So munter ging es zu am Volkstanztreffen vom Februar 1978. Foto J. Leutwyler

der Pause ein gutes Zvieri nicht fehlen, gespendet von Pro Senectute. Ein klein wenig offiziell ging es auch noch zu: Frau Elsbeth Scheibler, die für alle neuen Ideen stets offene administrative Leiterin der Arbeitsgemeinschaft für das Altersturnen, und die Technische Leiterin Elisabeth Barth richteten einige Worte an die tanzbegeisterten Senioren.

Das Tüpfchen auf dem i war das Röslein, das am Schluss jeder mit heimnehmen durfte. Dieser Schluss kam für alle viel zu früh.

R. M.

*Wer Lust bekommen hat auf eine solche Tanzausbildung, kann sich für einen weiteren Kurs vom 15. bis 19. Oktober 1978 im Schloss Hünigen anmelden.*

*Auskunft durch Irma und Ernst Hess, Römerstrasse 17, 4512 Bellach, Telefon 065 / 38 11 37.*

Redaktion Peter Rinderknecht



## Günstige Ferienzeit – günstiger Hotelpreis

400 Hoteliers, Mitglieder des Schweizer Hotelier-Vereins, bieten in der ruhigen Ferien- und Reisezeit vorteilhafte Preise für Unterkunft und Frühstück, Halb- oder Vollpension an.

Die Ermässigungen geniessen alle Inhaber des Altersbahnabonnements und deren Ehegatten!

**Das Verzeichnis der beteiligten Hotels erhalten Sie am SBB- Bahnschalter, in Ihrem Reisebüro oder mit diesem Inseratcoupon.**

Name

Strasse

PLZ, Ort

**Schweizer Hotelier-Verein,  
Postfach 2657, 3001 Bern  
Tel. 031/461881**