Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 56 (1978)
Heft: 4

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: 13.07.2025

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

sorten, auch sie wachsen stetig und sind mit wenig zufrieden; doch einen hellen Standort verlangen sie schon. Von meinem Ur-Efeu habe ich schon unzählige neue Pflanzen gezogen: einfach Ranken abschneiden und ins Wasser stellen — die frisch abgeschnittenen Triebe ergeben eine wunderhübsche Tischdekoration, die bei allen Gästen grossen Erfolg hat. Stehen die Ranken in einem Glas, so können Sie buchstäblich zusehen, wie sich weisse Wurzeln entwickeln und wie sich die einzelnen Ausläufer elegant neigen. Problemlos pflanzen Sie dann die zarten Wurzeln in Erde und — machen bald wieder jemandem eine kleine Freude mit ihrem Efeu-Ableger.

Beim Wiederdurchlesen alter Briefe

So wichtig also ist das alles einst gewesen? —
Man schüttelt leis den Kopf und lächelt
vor sich hin.
Zurückerhaltne Briefe sollte man nicht
lesen;
es steht zu viel uns fremd Gewordenes darin.

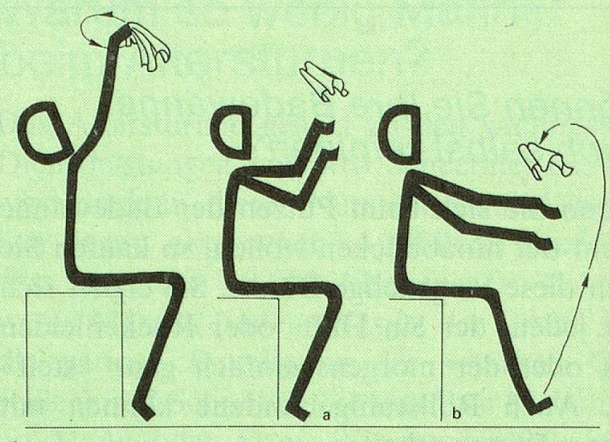
Da wimmelt es von falschen lyrischen
Vergleichen,
von tragikomisch übersteigertem Gefühl.
«Ich liebe Dich!!!!!!!» — (Wahrhaftig —
sieben Ausrufzeichen?)
Post festum wirkt das Ganze rührend
ridikül.

Was war man für ein Minnesänger und
Rhapsode,
Boccaccio, Werther, Faust und Schmalspur-
Schmalzpoet!
Es ist, als sei man jetzt sein eigner Antipode,
der seinen Code nicht mehr zu dechriffiern
versteht.

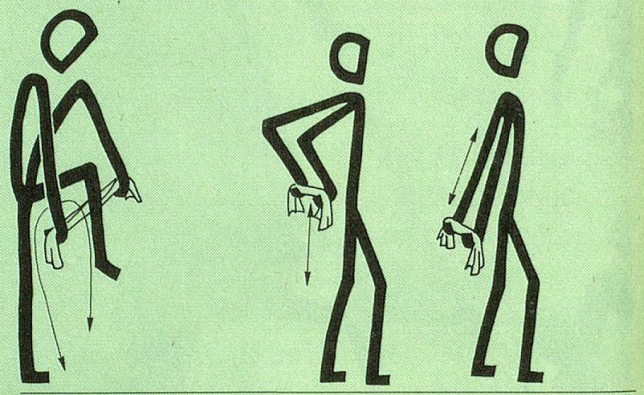
Hat man die Hieroglyphen wirklich selbst
geschrieben? —
Man ist schockiert fast über seinen Sturm
und Drang
und möchte trotzdem wieder gern einmal so
lieben
wie Anno dazumal . . . Schon lang ist's
her — schon lang! —

Fridolin Tschudi

Mach mit – blyb fit!



Links: Mit der rechten Hand Tuch fassen und hochhalten: aus lockerem Handgelenk kreisen lassen.
Rechts: a) Tuch aufwerfen und fangen; b) mit den Füssen aufwerfen und fangen.



Links: Im Stand: Tuch mit beiden Händen aussen fassen: ein- und aussteigen.
Rechts: Im Stand: Tuch mit beiden Händen hinter dem Rücken fassen: Arme nach unten strecken.

Diese Uebungen entstammen dem Turnkurs «Nid lugglah — wytermache!» von Marianne Imobersteg. Sie erhalten die Broschüre gegen Voreinzahlung von Fr. 2.— auf Postcheckkonto 30 - 53613 Schweiz. Vereinigung für Altersturnen, Bern. Bitte auf Rückseite vermerken «Turnkurs II».