Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 58 (1980)
Heft: 2

Rubrik: Sie fragen - wir antworten

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: 20.07.2025

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

Sie fragen — wir antworten

AHV-Information

Heirat mit einem Ausland-Schweizer

Meine Schwester war immer berufstätig und bezieht jetzt seit 5 Monaten die einfache Altersrente von zurzeit 1012 Franken. Nun hat sie einen 63jährigen Auslandschweizer kennengelernt; er hat etwas Vermögen. Leider hat er sich aber während seiner 25jährigen Tätigkeit in Venezuela der freiwilligen Versicherung für Auslandschweizer **nicht** angeschlossen. Deshalb wird er vermutlich von der AHV nur eine Teilrente beanspruchen können.

Kann meine Schwester nach einer allfälligen Heirat ihre einfache Altersrente weiter beziehen? Ernst Z., Aarau

● *Die einfache Altersrente Ihrer Schwester wird auch nach ihrer Heirat weiterausbezahlt, aber nur bis zu dem Monat, in welchem ihr zukünftiger Mann das 65. Altersjahr vollendet.*

● *Vom nächsten Monat an* **fällt die einfache Altersrente Ihrer Schwester dahin;** *anderseits hat dann deren Ehemann Anspruch auf eine* **Ehepaar-***Altersrente.*

● *Weil er aber als (nicht freiwillig versicherter) Auslandschweizer eine grosse Beitragslücke aufweist, müsste die Ehepaarrente eigentlich im Verhältnis der fehlenden Beitragsjahre, also sehr stark gekürzt werden (Teilrente); sie wäre bedeutend kleiner als die einfache Rente Ihrer Schwester.*

● *Für solche Fälle ist Artikel 32, Absatz 3 des AHV-Gesetzes geschaffen worden: er schreibt vor, dass die* **Ehepaar***rente auf den Betrag der bisherigen einfachen Altersrente der Ehefrau* **erhöht** *wird. Das Ehepaar erhält also leider nicht mehr, aber immerhin auch nicht weniger, als Ihre Schwester allein bisher bezogen hat.*

Karl Ott

Der Jurist gibt Auskunft

Ist eine vorzeitige Entlassung aus dem Mietvertrag möglich?

Meine 75jährige Freundin meldete sich für eine neue Alterssiedlung in ihrem Quartier an, erhielt aber den Bescheid, dass sie mit einer

DB

Senioren-Pässe der Deutschen Bundesbahn

Damen ab dem 60. und Herren ab dem 65. Lebensjahr bietet die Deutsche Bundesbahn den **Senioren-Pass A** (Fr. 47.—) für Fahrten an Di/Mi/Do oder den **Senioren-Pass B** (Fr. 93.—) für Fahrten an allen Tagen. Mit dem Senioren-Pass können Sie 1 Jahr lang beliebig oft Billette 1. und 2. Klasse mit **50% Ermässigung** für Reisen nach Deutschland beziehen.

Weitere Auskünfte und Prospekte erhalten Sie bei den Auskunftsbüros der Deutschen Bundesbahn in Basel, Bad. Bahnhof, Tel. 061 33 76 76 in Schaffhausen, Tel. 053 5 45 79

Magerkäse

Wartezeit von drei Jahren rechnen müsse. So mietete sie — um aus ihrem zu grossen Haus wegzukommen — eine Einzimmerwohnung, die sie dann bezog. Kurz darauf erhielt sie eine Meldung des Verwalters, dass in der Alterssiedlung unvorhergesehenerweise eine Wohnung frei geworden sei und sie sofort einziehen könne. Froh über diese Gelegenheit zog sie Ende des Monats wieder um — doch das dicke Ende kam: ihr Vermieter teilte ihr mit, dass sie einen einjährigen Vertrag unterschrieben habe und deshalb noch elf Monate weiterzinsen müsse.
Gibt es keine Möglichkeit, diesen hohen Betrag nicht bezahlen zu müssen? *Frau E. B. in Z.*

Vermieter müssen Ersatzmieter akzeptieren

Ist ein Mieter genötigt, seine Wohnung vorzeitig zu verlassen, so kann der Vermieter nicht einfach zuwarten und auf den Ablauf der Kündigungsfrist neue Mieter suchen. Es ist vielmehr seine Pflicht, den durch die vorzeitige Kündigung entstehenden Schaden nach bestem Wissen und Gewissen zu vermindern, indem er sofort neue Mieter sucht.

Der ausziehende Mieter wird bei diesen Bemühungen mit Vorteil mithelfen. Gelingt es dem Mieter, einen oder wenn möglich mehrere geeignete Ersatzmieter zu finden, die bereit sind, die Wohnung auf seinen eigenen Auszugstermin hin neu zu übernehmen, so ist der Vermieter verpflichtet, von dieser Möglichkeit Gebrauch zu machen. Voraussetzung ist natürlich, dass ihm ein Mietverhältnis mit dem Ersatzmieter nicht unzumutbar ist. Das wäre sicher dann der Fall, wenn der neue Mieter beispielsweise zahlungsunfähig ist oder sonst keine Gewähr für die Einhaltung aller Bedingungen des Mietvertrages bietet. Natürlich können ausnahmsweise auch besondere Verhältnisse vorliegen, welche dem Vermieter einen Vertragsabschluss mit einem Ersatzmieter unzumutbar machen. Hat z. B. der Hauseigentümer schon immer vorgesehen, die nächste in seinem Hause frei werdende Wohnung einer erwachsenen verheirateten Tochter zu geben, so wird man ihm dies zubilligen müssen, auch wenn diese infolge der zu beachtenden Kündigungsfrist für ihre eigene Wohnung nicht sofort einziehen kann.

Im Prinzip gilt aber, *dass der Hauseigentümer eine rasche Neuvermietung der vertragswidrig gekündigten Wohnung anstreben und ihm genannte annehmbare Ersatzmieter berücksichtigen muss.* *Dr. iur. Hans Georg Lüchinger*

Aerztlicher Ratgeber

Wadenkrämpfe

Sie haben im Februarheft dieses Leiden behanhandelt (S. 46). Mein Vater, 85, hatte auch jede Nacht mit diesen Schmerzen zu kämpfen. Er hat jeweils die Beine gut eingerieben mit Kirsch. Er liess aber auch sein Zimmer im Altersheim auf Wasserstrahlen kontrollieren und «entstrahlen» (mit einer Kupferplatte). Seither kann er gut schlafen ohne Krämpfe.

Frau K. H. in O.

Ich empfahl Wechselfussbäder zur Anregung der Blutzirkulation in den Beinen. Kirsch (oder Franzbanntwein) kann da tatsächlich ebenfalls helfen.

Die Sache mit den Wasserstrahlen ist dagegen wissenschaftlich umstritten. Zwischen den Gelehrten herrscht da ein «Glaubenskrieg». Während die einen darauf schwören, tun es andere als Aberglauben ab. Wasserstrahlen gehören ins Gebiet der «Parapsychologie», das heute Mode ist. Es gibt aber auch viel unseriöse «Geschäftlimacher» in diesem Bereich.

SOCIÉTÉ SUISSE DES HOTELIERS · SCHWEIZER HOTELIER-VEREIN
Saison für Senioren

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. 031/46 18 81

Hallux valgus-Vorbeugung (Nr. 1, S. 18)
Ich möchte Sie auf einige gezielte Turnübungen aufmerksam machen, die ich mit grösstem Erfolg bei den ersten Anzeichen von Hallux valgus anwandte. Ob es möglich ist, eine fortgeschrittene Deformation auf diese Weise zu korrigieren, weiss ich nicht. Aber wenn ein beginnender Hallux valgus mit Turnübungen gestoppt werden kann, und wenn vor allem die Schmerzen und eine spätere Operation verhindert werden können, so lohnt es sich wohl, die täglichen Uebungen, die nur 2—3 Minuten beanspruchen, zu versuchen. Auf beiliegendem Blatt finden Sie die Uebungen.

Frau G. S. in B., 63jährig

Ich danke Ihnen für Ihren Hinweis. Wir stellen das Blatt mit den Uebungen gern Interessenten gegen Frankoumschlag zu. Aeltere Hallux-valgus-Patienten sollten sich zwar keine Illusionen machen. Sehr viele Betagte mit diesem Leiden können wegen Arthrose, Bein- und Rückenleiden kaum mehr den Zehenspitzen- oder Fersengang für einige Meter zustande bringen, vor allem nicht bei Uebergewicht. Die Uebungen können nur helfen im Anfangsstadium.

Hitzewallungen (Februarnummer S. 47)
Ich litt auch unter starken Hitzewallungen, und zwar Tag und Nacht, wurde ganz nass dabei und konnte deswegen auch nicht mehr schlafen. Ich nahm während 7 Wochen 3 × täglich nach jeder Mahlzeit je 30 Tropfen Salvia Zyma. Dazu in der 1.—3. Woche alle 1—1½ Std. je 15 Omida-Wechseljahrtropfen, ebenso nachts bei Schlaflosigkeit. In der 4.—7. Woche alle 2 Std. je 15 Omida-Wechseljahrtropfen. Während der ganzen 7 Wochen war von einem Nachlassen der Hitzewallungen nichts zu spüren. Aber ich habe durchgehalten, und nach 7 Wochen waren die Hitzewallungen schlagartig weg. Ich nehme heute weiter täglich 3 × nach den Mahlzeiten je 30 Salvia Zyma-Tropfen und noch 4 × täglich je 15 Omida-Wechseljahrtropfen. Wenn die Hitzewallungen später auftreten sollten, würde ich sofort die ersterwähnte Kur wieder machen.

Frl. Y. M. in Z.

Besten Dank für Ihre Erfahrungen. Tatsächlich ist die Konsequenz und Ausdauer in der Anwendung homöopathischer Mittel wie der Omida-Wechseljahrtropfen Voraussetzung für einen Erfolg.

Dr. med. E. L. R.

Bücher für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlergehen

(Bitte Gewünschtes ankreuzen! ☐)

☐ **VADEMEKUM DER NATURHEILKUNDE in Theorie und Praxis.** Das Handbuch in der Familie, von Dr. med. E. Meyer-Camberg, 175 Seiten Fr. 6.—

☐ **Kleines Praktikum der KRÄUTERHEILKUNDE** mit Farbtafeln, 120 Seiten. Von P. Häusler Fr. 6.—

☐ **Herz- und Kreislaufkrankheiten** Von Dr. med. K. Suter, Dussnang Fr. 9.—

☐ **Auf dem Wege zu sich selbst** 52 Wochenmeditationen zur Selbstfindung und Entfaltung der Persönlichkeit. Von E. Steiger Fr. 14.—

☐ **Nervöse Kreislaufstörungen** Vegetative Dystonie – Wege zur Besserung und Heilung Fr. 8.—

☐ **Gottes Segen in der Natur** Ein Handbuch der Naturheilkunde. Von Bruno Vonarburg Fr. 25.—

☐ **Gesund mit Bircher-Benner** Von R. Kunz-Bircher (Neuerscheinung) Fr. 19.80

☐ **Neue Erkenntnisse in der Naturheilbehandlung.** Mit Angaben über die berühmten Kuhnebäder. Von Dr. med. A. Rosendorff, Wien Fr. 18.80

☐ **Stoffwechselleiden** – Rheuma, Arthritis, Fettsucht, Magersucht, Zuckerkrankheit. Von P. Häusle Fr. 6.—

☐ **Akupressur** – erfolgreiche Selbstbehandlung bei Schmerzen und Beschwerden. Von Dr. med. F. R. Bahr Fr. 28.—

☐ **Das Glück der besten Jahre** – Die Kunst, bewusst, gesund und glücklich älter zu werden. Von Ernst Steiger Fr. 12.50

☐ **Die Selbstbemeisterung** durch bewusste Autosuggestion. Von Coué Fr. 9.—

☐ **Die Zukunft des Alters.** Stark – lebensfroh – selbstbewusst. Von A. Comfort Fr. 29.80

☐ **Der kleine Doktor.** Hilfreiche Ratschläge aus der schweizerischen Volksheilkunde. Von Dr. A. Vogel Fr. 39.—

☐ **Denk an Deine Seele.** Von Dr. H. Schmidhauser Fr. 28.—

Viele weitere Bücher! Auch zur Ansicht!
Bücherverzeichnis und Probenummern der «Volksgesundheit» auf Verlangen gratis erhältlich.

Verlag «Volksgesundheit», Splügenstrasse 3, Postfach, 8027 Zürich, Telefon 01 / 202 34 33 [Abt. Z]

Adresse des Bestellers: _____