Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 59 (1981)
Heft: 3

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: 14.07.2025

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

Sie fragen — wir antworten

Hier beantworten Fachleute Fragen von Abonnenten, die auch für andere Leser von Interesse sind. Dieser Leserdienst ist für Sie unentgeltlich. Benützen Sie die Gelegenheit!

AHV-Information

Vorausberechnung einer Rente?

Von einem Bekannten in Freiburg i. Br. habe ich kürzlich gehört, dass dort Versicherte schon einige Jahre **vor** dem Rentenalter von der Landesversicherungsanstalt eine Berechnung der voraussichtlichen Altersrente verlangen können. In der Schweiz verweigern die Ausgleichskassen diesen «Dienst am Kunden». Warum wohl? Gibt es wenigstens eine «Faustregel», nach der man die spätere Rente schätzen könnte?

Herr P. E., Emmenbrücke

● *In Deutschland können Versicherte über 55 tatsächlich bei der Landesversicherungsanstalt eine «Rentenauskunft» einholen. Die Beitragsunterlagen werden nämlich* **zentral** *im Computer «gespeichert».* **In der Schweiz** *ist das aus folgenden Gründen* **leider nicht** *möglich:*

● *Die AHV wird bei uns* **nicht** *von einer zentralen Stelle durchgeführt, sondern von* **über 100 Ausgleichskassen** *(76 Verbandsausgleichskassen, 26 kantonale und 2 Ausgleichskassen des Bundes).*

● *Jede Ausgleichskasse, welche von einem Versicherten Beiträge entgegennimmt, eröffnet für ihn ein* **Konto;** *darauf wird jeweils das Jahreseinkommen eingetragen. Die Nummer der Ausgleichskasse wird auf dem grauen* **Versicherungsausweis** *vermerkt; die Adressen aller Ausgleichskassen sind auf der letzten Seite jedes Telefonbuches aufgeführt.*

● *Bei Erreichen des AHV-Renten-Alters werden alle auf dem Versicherungsausweis vermerkten Kassen aufgefordert, ihre für den Versicherten geführten Konten an die* **letzte** *Ausgleichskasse einzusenden. Jetzt erst kann das für die*

Anzeige

...für Sie notiert:

● Gegen Rheuma-, Muskel- und Gelenkschmerzen, Ischias oder Kreuz-, Gicht- und Nervenschmerzen hilft Balsam-Acht zum Einreiben. Mit diesem wirksamen Balsam-Acht schwinden die Schmerzen schnell, die Muskeln lockern sich, die Gelenke werden beweglicher. Balsam-Acht zum Einreiben, flüssig oder in der Tube.

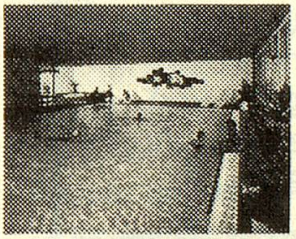
● Gegen Bronchialkatarrh mit Husten, starker Verschleimung und Heiserkeit bringt der gut schmeckende Schwarzwald-Tannenblut-Sirup rasche Hilfe. Der Hustenkrampf wird behoben, zähe Verschleimung gelöst, Auswurf gefördert. Schwarzwald-Tannenblut-Sirup kräftigt die geschwächte, reizempfindliche und oft entzündliche Atmungsschleimhaut. So bringt dieses bewährte Mittel sofort wohltuende Erleichterung bei Erkrankungen der Atmungsorgane (Bronchien, Luftröhre und Kehlkopf).

● Gegen schwere, müde und schmerzende Beine, bei Durchblutungsstörungen und Kreislaufbeschwerden in den Beinen kann Ihnen Venenkraft helfen, denn dieses wirksame Mittel fördert die Durchblutung in den Venen und verhindert das Auftreten von Venenstauungen, Müdigkeit, Schweregefühl, Einschlafen der Glieder, Krampfadern und lästigen, schmerzhaften Hämorrhoiden mit Juckreiz und Schwellungen. Venenkraft-Tonikum und Venenkraft-Dragées in Apotheken und Drogerien.

● Gegen Verstopfung hilft Dr. Richter's Kräutertee. Die Darmträgheit wird mühelos behoben. Neu: Dr. Richter's Kräutertee in Filterbeuteln und als wirksamer sofortlöslicher Instanttee. In Apotheken und Drogerien.

Zur Erholung und für Ihre GESUNDHEIT, darum MEHR als nur Ferien im

Hotel Flamingo mit Soleschwimmbad 34°



7-Tage-Arrangement pauschal 320.– (Zimmer mit Dusche/WC: Fr. 350.–). Frühstücksbuffet, Abendessen, Eintritt ins Solebad. Sonniger, industriefreier Ort mit viel Wald im Toggenburg. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Fam. M. Thomasius, SOLEBAD-HOTEL FLAMINGO, 9621 Oberhelfenschwil SG, Tel. 071/55 12 56

Gutschein an Ihre Reisekosten ab 14-Tage-Arrangement pro Person **Fr. 30.–**

Verstopfung?

Dr. med. Knobels

Knobeltee

mit der Heilkraft naturbelassener Kräuter wirkt zuverlässig. Auch im praktischen Filterbeutel, als Tabletten oder Dragées.

In Apotheken und Drogerien

für Leute, die nicht mehr alles hören oder verstehen. So könnte man unsere neuartigen ImOhr-Hörhilfen nennen, die ganz in der Ohrmuschel – am natürlichen Ort – getragen werden.
Mit dem für Sie persönlich angefertigten ImOhr-Gerät erzielen Sie ausgezeichnete Hörresultate. Als erstes Fachgeschäft in der Schweiz stellt micro-electric im eigenen Labor optimal abgestimmte ImOhr-Geräte her.
Unsere Fachakustiker beraten Sie gewissenhaft und freundlich über Hörhilfen jeder Art. Unverbindlicher Hörtest und Abgabe von Hörgeräten auf Probe. Wir senden Ihnen gerne Unterlagen.

micro-electric

Micro-Electric Hörgeräte AG

Zürich, Schweizergasse 10
Basel, Steinenvorstadt 8
Bern, Storchengässchen 6
Luzern, Tribschenstr. 78
St. Gallen, St. Leonhardstr. 32
Winterthur, Theaterstr. 3

Wir sind Vertragslieferanten der IV und AHV und helfen Ihnen bei der Anmeldung.

Rentenberechnung massgebende **durchschnittliche** *Jahreseinkommen* **seit 1948** *ermittelt werden.*

● *Weil dieser Durchschnitt infolge der früher sehr bescheidenen Löhne ziemlich tief liegt, muss er zur* **Anpassung** *an das Lohn***niveau bei Rentenbeginn** *aufgewertet werden; der Aufwertungs***faktor** *wird aber entsprechend der Lohnentwicklung vom Bundesrat jedes Jahr* **neu** *festgesetzt. Deshalb heisst es im Merkblatt über die Berechnung der Renten:*
«Die Berechnung einer **künftigen** *Rente ist in der Regel* **nicht** *möglich, weil die Höhe der bis dahin zu leistenden Beiträge und ihre Anrechnung (bzw.* **Aufwertung) noch gar nicht feststeht.»**

● *Leider gibt es auch* **keine «Faustregel»** *zur Berechnung einer* **künftigen** *Rente. Aber von der* **Grössen***ordnung einer späteren Rente kann man sich wenigstens ein* **ungefähres** *Bild machen, wenn man die Berechnungsregeln für die im Jahr* **1981** *beginnenden Renten kennt.*

● **Beispiel**
Ein im **April 1916** *geborener alleinstehender Versicherter erreicht 1981 das AHV-Renten-Alter von 65 Jahren. Sein durchschnittliches beitragspflichtiges Jahreseinkommen in den 33 Jahren 1948–1980 betrug z. B. 14 400 Franken. Dieser Durchschnitt wird zur Anpassung an das* **Lohnniveau 1981** *verdoppelt auf 28 800 Franken. Die* **einfache** *Altersrente* **ab 1. Mai 1981** *setzt sich zusammen aus:*

– *einem* **festen** *Rententeil von*	*Fr. 440*
– *1/60 des* **jährlichen** *Durchschnittslohns von 28 800 Franken oder* **20%** *des* **Monats***lohns von 2400 Franken*	*Fr. 480*
Monatliche **einfache** *Altersrente also*	*Fr. 920*

(**Mindest***betrag: Fr. 550,*
Höchst*betrag: Fr. 1100)*

● *Die* **Ehepaar***rente für einen 65jährigen Versicherten mit einer 62jährigen Frau beträgt* **150%** *der obigen Ansätze.*
Ein 65jähriger Ehemann mit einer Ehefrau im Alter von 55 bis 61 Jahren bekommt dagegen neben seiner **einfachen** *Altersrente eine* **Zusatzrente** *von* **30%** *für seine Ehefrau, zusammen also 130% der obigen Ansätze.*

● *Beitrags***lücken** *führen zu einer* **Kürzung** *der Rente im Verhältnis der fehlenden Beitragsjahre.*

Karl Ott

Der Jurist gibt Auskunft

Vom Sinn des erbrechtlichen Pflichtteils

Eine Tante meines Mannes hat diesem und mir je zur Hälfte ein älteres Haus in Zürich vermacht. Wir verfügen über einen gegenseitigen Ehevertrag. Danach können die beiden Söhne, welche sehr gut dastehen, das Erbe erst nach dem Ableben beider Eltern antreten. Für den Fall, dass ich allein zurückbleiben sollte, möchte ich folgende Frage stellen: Kann ich frei über meinen Hausteil in Zürich verfügen, oder bin ich an Gesetze gebunden? Ich möchte dieses Erbe anstatt dem einen Sohn seinen beiden Töchtern zuhalten, eventuell auch meiner jüngeren Schwester etwas zusprechen, die invalid ist. *Frau H. A.*

Nach dem Schweizerischen Zivilgesetzbuch kann ein Erblasser seinen allernächsten Angehörigen einen Teil seines Erbnachlasses nicht entziehen. Das ist der sog. Pflichtteil. Dieser Pflichtteil wird in der Weise berechnet, dass man in einem ersten Schritt feststellt, welcher Erbanteil den nächsten Angehörigen von Gesetzes wegen, d. h. ohne ein Testament, zufallen würde. Mit dem Pflichtteil wird sodann ein bestimmter Bruchteil dieses gesetzlichen Erbanteils fest gesichert, nämlich

- *für einen Nachkommen ¾ des gesetzlichen Erbanteils*
- *für einen Elternteil die Hälfte des gesetzlichen Erbanteils*
- *für den überlebenden Ehegatten den ganzen erbrechtlichen Eigentumsanspruch.*

Der überlebende Ehegatte erhält beispielsweise von Gesetzes wegen nach seiner freien Wahl die Hälfte des Erbnachlasses zur lebenslänglichen Nutzniessung oder einen Viertel des Nachlasses zu Eigentum. Dieser Eigentumsviertel kann dem überlebenden Ehegatten durch Testament nicht entzogen werden.

Das erbrechtliche Pflichtteilsrecht liegt im hohen Wert begründet, den der schweizerische Gesetzgeber der Familie beimisst. Zur Familie gehört auch die Pflicht zur Sorge für die Zukunft der nächsten Angehörigen. Das mag heute, da viele Nachkommen in finanziell guten, oft sogar besseren Verhältnissen leben als ihre Eltern, nicht mehr so wichtig erscheinen. Trotzdem entspricht das Pflichtteilsrecht und die damit anerkannten Bande der Familie sicher immer noch den Auffassungen des weit überwiegenden Teils unseres Volkes. Die Tatsache des Pflichtteilschutzes dient im übrigen auch darum dem Frieden und dem Zusammenhalt der Familie, weil er die grobe Benachteiligung einzelner Familienangehöriger und das Intrigieren um Erbvorteile unterbindet.

Auch die Söhne von Frau A. sind durch den gesetzlichen Pflichtteil geschützt. Von Gesetzes wegen werden sie je die Hälfte des ganzen Erbnachlasses ihrer nach dem Vater versterbenden Mutter erhalten, also auch die Hälfte des Liegenschaftsanteils in Zürich. Ihr geschützter Pflichtteil beträgt je drei Viertel dieses gesetzlichen Erbanspruches. Der verbleibende Viertel ist die sog. freie Quote, über welche Frau A. durch Testament frei verfügen kann, beispielsweise zugunsten ihrer behinderten jüngeren Schwester. *Dr. iur. Hans Georg Lüchinger*

B-13-72

Bei Magenbeschwerden und Verdauungsstörungen, Aufstossen, Unwohlsein, Reiseübelkeit nehme ich

Zellerbalsam

Man spürt rasch die lindernde Wirkung und merkt, wie die balsamischen Heilpflanzen-Wirkstoffe den Magen besänftigen. Ob rein oder auf Zucker eingenommen... Zellerbalsam wird auch Ihnen helfen und Sie von Magenbeschwerden und Verdauungsstörungen erfolgreich befreien.

Angenehm auch als Mund- und Gurgelwasser

Flaschen zu 50, 130 und 250 ml in Apotheken und Drogerien

Salatsaucen für Zuckerkranke

Ich bin zuckerkrank und hätte gerne, dass mir jemand ein paar Salatsaucenrezepte empfiehlt. Ich habe immer das Gefühl, dass ich zuviel Oel verwende. Ich nehme Sonnenblumenöl.

Frau H. H. in H.

Benützen Sie für Ihre Salatsaucen Distelöl mit etwas Zitrone, Joghurt, Gemüsesalz und frische Kräuter. Es gibt in Reformhäusern auch Fertig-Salatsaucen mit Angabe der genauen Broteinheiten und mit wohlschmeckenden Gewürzen. Bei strenger Diät kann man sich die frischen Blätter oder geriebenen Wurzelgemüse (Sellerie, Rüebli, rohe Randen) nur mit Joghurt, Milch, Zitrone und Kräutern anrichten, also auf das Oel ganz verzichten. Nebenbei: Distelöl empfiehlt sich für Seniorenkost besonders, weil es leicht verdaulich und das linolsäurereichste Oel ist, welches ein wichtiges «Lebervitamin» darstellt und erhöhte Blutfettwerte normalisieren hilft (100 ml enthalten 3500 kJ).

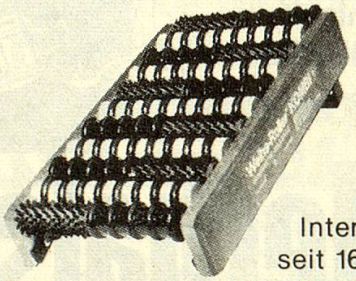
Unangenehme Sturzfolgen

Im letzten Herbst, nach einem Sturz, enstand relativ rasch ein Unterschenkelgeschwür, zum Glück noch nicht offen. Salbenkompressen und entzündungshemmende Dragées brachten nur mässigen Erfolg. Zudem machen mir am andern, relativ intakten Bein neuerdings die dritte und vierte Zehe zu schaffen: es treten auch stechende Schmerzen auf wie mitunter beim Unterschenkelgeschwür, gefolgt von einem Gefühl der Unempfindlichkeit. Offenbar sehr mangelhafte Durchblutung. Könnte da gar Altersbrand entstehen? Ich bin 63jährig, 1,69 m und wiege 66 kg. Ich bin nicht Diabetikerin, bin rheumaanfällig, schwimme und laufe aber gern und machte in den letzten 10 Jahren regelmässig Badekuren. Ich bin Nichtraucherin. — Voriges Jahr hatte ich drei Unfälle, stets Stürze. Könnten da auch die verschiedenen Arzneien, die ich zu schlucken hatte, eine Rolle spielen?

Frau L. V. in B.

WEIHS-ROLLER®

Kein Strom – Keine Vibration
Die natürliche Gymnastik-Massage



- Fuss
- Bein
- Rücken
- Körper
- MASSAGE

KOMBI S
Automatic
Intern. Patente
seit 16 Jahren in
der Praxis bewährt

Schweizer Fabrikat
10 Jahre Fabrikgarantie
5 verschiedene Modelle am Lager
Verlangen Sie kostenlose Erklärung

Fa. Jules Bachmann
6030 EBIKON-LUZERN

Toilettensitzerhöhung WIGMORE

Für alle, die nur mit Mühe absitzen und aufstehen können. Ganz aus abwaschbarem Kunststoff hergestellt. Im Nu aufgesetzt oder abgenommen. Stört die Normalbenützer nicht. Leicht geneigte Sitzfläche. Angenehmes Sitzgefühl. Verlangen Sie unsern Gesamtkatalog über weitere Hilfsmittel für Körperbehinderte.

Dr Blatter + Co
Succ. E. Blatter

Staubstrasse 1
8038 Zürich
Telefon 01 / 45 14 36

Arthritis

Gelenkschmerzen, Gichtknoten und Gelenkverdickungen, da helfen die homöopathischen

OMIDA-Arthritistropfen

in Apotheken und Drogerien Fr. 6.50/Fr. 9.80

Homöopathische OMIDA-Heilmittel seit 1946

Offenbar leiden Sie z. Zt. an einer schlechten zirkulatorischen Versorgung Ihrer Beine. Solche Phasen können vorübergehend sein. Wichtig ist die gewissenhafte, in Ihrem Falle noch intensivere entlastende Beinpflege: Kalte Unterschenkelduschen morgens und mittags, warme Schwefelfussbäder abends, während 30 Minuten (gegen Rheuma, Stechen in den Zehen, Gefühllosigkeit), sowie tägliches Einsalben mit Hemeran-, Hirudoid- oder ähnlichen Salben zur Anregung der Beinzirkulation. Vor allem die tägliche, den unteren Kreislauf entlastende gründliche Darmentleerung und die Kräftigung und Entkrampfung der Lendenwirbelsäule (Massagen, Bürsten, Turnen, Fangopackungen) sind wichtig. — Möglicherweise haben Sie sich bei den mehrfachen Stürzen im Bereich der unteren Wirbel doch eine gewisse Quetschung und Prellung zugezogen, die sich nun durch die von Ihnen beschriebenen Beinbeschwerden bemerkbar macht.

Benetzen Sie die Stelle am Unterschenkel mit Omidalin-Wundtinktur, netzen Sie gemäss Gebrauchsanweisung den kleinen Verband oft nach, tragen Sie darüber gute Venenstützstrümpfe wie bisher. Recht guten Erfolg und baldige Besserung!

Muskelverspannung im Nacken

Muskelverspannung im Nacken ist mein Problem. Seit einem halben Jahr plagt mich ein Halswirbelsyndrom. Früher schon hatte ich mal Torticollis (auch Lumbago), die ich aber mit Salben und teilweise auch zusätzlich Realin immer rasch zum Abklingen bringen konnte. Diesmal aber ist die Sache im wahrsten Wortsinne hartnäckiger. (Im Juni 1980 hatte ich eine angesichts einer Prostata-Resektion erforderliche Intubationsnarkose: Könnte sie auslösender Faktor der Nackenmuskelgeschichte gewesen sein? Ich erwähne dies nur für alle Fälle, da mir sonst gar kein Grund in den Sinn kommt.) Die Beschwerden treten vor allem auf beim Bewegen, Drehen des Kopfes, strahlen indessen nicht auf Schultern und Arme aus. Ich habe es schon mit den verschiedensten Salben versucht, auch mit Symphosan (Dr. Vogel) — ohne Erfolg. Auch Umschläge mit Décongestine (das ich bei Hüftschmerzen früher einmal mit grossem Erfolg angewendet habe) brachten nichts. Das einzige Mittel, das mir einigermassen geholfen hat, ist Voltaren, das ich, wenn es schlimmer ist, 1—2mal täglich nehme. Abgesehen davon, dass es recht teuer ist, verursacht es mir immer wieder Aufstossen und ist auch auf die Dauer keine Lösung (vielleicht wäre Realin besser?). Wie denken Sie über Akupunktur oder Akupressur oder über Cantharidenpflaster? Wissen Sie mir bessern Rat?

Herr W. S. in A.

Es ist möglich, dass ein Zusammenhang mit jener Narkose besteht, gleichzeitig war jedoch eine Prädisposition (Veranlagung) vorhanden durch Ihre früheren Torticollis-(«Halskehri»-) schübe. Entscheidend jedoch ist die Behandelbarkeit des Nackensyndroms. Am sichersten erzielen Sie Besserung durch allmorgendliche konsequente, intensive Bürstenmassagen mit anschliessenden harmonischen rotierenden Nakken-Gymnastikübungen. Zudem lohnt sich ein Versuch mit einer Serie Fango-Packungen und Nackenmassagen. Akupunktur dürfte wohl sofortige Erleichterung bringen (vielleicht aber nicht auf die Dauer). Mit Akupressur sollte man gewissenhaft und gekonnt umgehen. Cantharidenpflaster kann kleinflächig (punktuell an den besonders schmerzhaften Stellen) benützt werden. Wichtig ist die gute Lagerung von Nacken und Kopf während der Nacht. Die Schultern sollen auf der Matratze ruhen, der Nacken leicht vom Kissen unterstützt sein, der Kopf in einer vorgeformten Mulde liegen, frei von jedem stauchenden Druck von oben. Ein Versuch mit einem Spezialkissen (z. B. Lako-Vital-Kissen) wäre empfehlenswert. — Realin sollte nur kurzfristig verwendet werden (Cortisongehalt!). Benützen Sie lieber Alcacyl oder Brufen. Sicher wissen Sie, dass Realin, Voltaren und Brufen rezeptpflichtig sind.

Dr. med. E. L. R.

Zum Lachen

Als der Chefarzt durch den Klinikgarten geht, legen Arbeiter neue Steinplatten auf den Weg, die sie wie üblich mit einer Schicht Sand überdecken. Bissig fragt der Arzt: «Damit wollen Sie wohl Ihre Pfuscharbeit zudecken?» Schlagfertig meint der Vorarbeiter: «Bei Ihnen, Herr Professor, ist es wohl üblich, die Pfuscharbeit mit Erde zuzudecken, bei uns aber nicht!»

Der kleine Hans hat die Masern. Die Tante tröstet ihn: «Masern sind gar nicht schlimm. Fast jedes Kind bekommt sie.»
«Ja», sagt Hänschen wütend, «das stimmt schon, aber alle kriegen sie während der Schulmonate und nicht wie ich in den Ferien.» cpr