Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 63 (1985)
Heft: 5

Buchbesprechung: Für Sie gelesen
Autor: [s.n.]

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: 12.07.2025

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

Dr. med. H.-G. Schmidt
So hilft die Natur bei Beinleiden
(Hädecke Verlag, 71 S., Fr. 9.80)

Krampfadern, Thrombosen, Durchblutungsstörungen und Kniearthrosen gehören gewiss zu den verbreitetsten Übeln im Alter. Natürlich kann niemand erst in den späteren Jahren mit vorbeugenden Massnahmen beginnen und völlige Wiederherstellung erwarten, aber manche Erleichterung kann doch erzielt werden, wenn das 7-Punkte-Programm konsequent durchgeführt wird. Kurz und leichtfasslich werden die häufigsten Beinleiden erklärt und auf die vordringlichsten Behandlungspunkte hingewiesen. Es fällt dann leicht, das entsprechende Kapitel aufzuschlagen, zu lesen und vor allem zu befolgen. Eine Kalorientabelle hilft bei der Umstellung der Ernährung, und dank der ausgezeichneten Skizzen ist es einfach, Fehler beim Hochlagern und beim Einbinden der Beine zu vermeiden. *es*

Julie Landis
Lieder aus der Kinderzeit
(AT-Verlag, 63 S., Fr. 22.–)

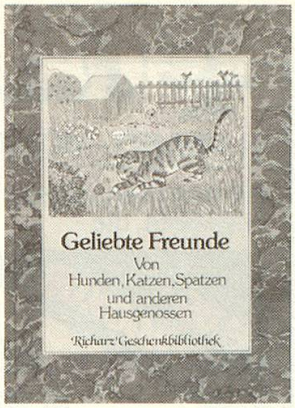
Julie Landis hat 37 bekannte Kinderlieder zusammengestellt, die sich sowohl zum Vorsingen als auch zum Mitsingen ausgezeichnet eignen. Die durchwegs gängigen Melodien können auch gut auf der Blockflöte gespielt werden. Grosses Einfühlungsvermögen verraten die reizvollen Illustrationen. Wer geschickte Finger hat, lässt sich wahrscheinlich verlocken, ähnliche Salzteigfiguren zu formen. Es lassen sich auch eigene Geschichten zu den Bildern erfinden. Ein herrliches Liederbuch für Kinder und phantasievolle Erwachsene, die sich ins Kindsein zurückträumen möchten. *es*

Heinz Görz
Das Kneipp-Buch
(Heyne-Taschenbuch, 191 S., Fr. 7.80)

Wer auf S. 30 der August/September-Nummer Pfarrer Sebastian Kneipp erkannt hat, seine Heilmethoden jedoch nicht oder nur ungenau kennt, lernt seine «klassische Wasser-Heilmethode und ihre moderne Anwendung» sicher gerne kennen. Wer den Anweisungen und Erklärungen genau folgt, kann mühelos daheim den Nutzen des «Kneippens» ausprobieren. Wer sich für Kneipp-Heilbäder oder Kneipp-Kurorte interessiert, findet auf den letzten Buchseiten eine übersichtliche Zusammenstellung. Viel Wissenswertes erfährt der Leser über die Heilwirkung von Pflanzen, und im Kapitel «Gesundheits-ABC» empfiehlt Kneipp den Arztbesuch und warnt vor dem «Herumdoktern» bei ernsthaften Erkrankungen. Amüsant lesen sich einige der alten Rezepte. *es*

E. Schneeberger/G. Zeller/P. Oppliger
Grossmutters Hausmittel
(AT-Verlag, 192 S., Fr. 16.80)

Drei Drogisten, alle drei in Heilkräuterkunde ausgebildet, haben gemeinsam dieses äusserst reizvolle Buch zusammengestellt. Es ist besonders verdienstvoll, dass Begriffe genau erklärt werden, die uns tagtäglich begegnen, zum Beispiel: natürlich, vollwertig, biologisch usw. Wer Unpässlichkeiten aller Art ungern mit Tabletten bekämpft, findet eine Unmenge von Rezepten aus der Kräuterküche, und so ganz nebenbei lernt man ungeheuer viel über das Leben und das Verhalten der Pflanzen. Hübsche Reproduktionen alter Stiche und Zeichnungen erfreuen das Auge. Wer das Buch zu einem persönlichen Geschenk aufwerten möchte, kann auf den letzten Seiten eigene Rezepte aus der Kräuterküche aufschreiben und vor dem Vergessenwerden bewahren. *es*



Hartfried Voss (Hrsg.)
Geliebte Freunde
(Verlag Hans Richarz, Grossdruck, 154 S., Fr. 17.60)

Die geliebten Freunde sind die Tiere, die Tiere im Haus und ums Haus herum. Hunde und Katzen gehören dazu, aber auch Vögel, sei es Spatz oder Kanarienvogel, und Pferde. Es macht Freude, den Namen Richard Katz, Thomas Mann und Konrad Lorenz zu begegnen und zu geniessen, was sie über ihre bevorzugten Tiere zu berichten haben. Mit viel Anteilnahme liest man die Geschichte der kleinen Schimpansin «Ulla», deren kurzen Lebensweg Hildegard Grzimek schildert. Traurig und fröhlich, heiter oder ein bisschen sentimental (aber nicht etwa rührselig) sind die Begegnungen mit Tieren, ohne die unser Leben viel einsamer wäre. *es*

Benno Studer
Testament, Erbfolge, Erbschaft
(Ein Ratgeber aus der Beobachter-Praxis, 144 S., Fr. 19.80)

In allen Fragen, die Testament und Erbschaft betreffen, herrscht grosse Unsicherheit. Dieser klar verständliche und übersichtlich gegliederte Leitfaden kann mit seinen vielen praktischen Beispielen eine grosse Hilfe sein. Die Besonderheiten in den einzelnen Kantonen werden im Anhang aufgeführt. Die vorgeschlagenen Änderungen im neuen Eherecht werden in diesem Führer bereits berücksichtigt. Ein weiterer Pluspunkt dieses Ratgebers: Die einzelnen Fragen werden kurz beantwortet, niemand braucht sich nutzlos mit Paragraphen herumzuschlagen. Das Buch ist nicht bloss informativ, es ist beinahe spannend geschrieben. Dass bei schwierigen Rechtsfragen oder heiklen Erbteilungen trotzdem der Fachmann zu Rate gezogen werden soll, betont der Autor im Vorwort ausdrücklich. *es*

Bestellcoupon ZL 585

Einsenden an: «Zeitlupe», Postfach, 8027 Zürich

___Ex.	Dr. med. H.-G. Schmidt So hilft die Natur bei Beinleiden	Fr. 9.80
___Ex.	Julie Landis Lieder aus der Kinderzeit	Fr. 22.—
___Ex.	Heinz Görz Das Kneipp-Buch	Fr. 7.80
___Ex.	Schneeberger/Zeller/Oppliger Grossmutters Hausmittel	Fr. 16.80
___Ex.	Hartfried Voss Geliebte Freunde	Fr. 17.60
___Ex.	Benno Studer Testament, Erbfolge, Erbschaft	Fr. 19.80

(Keine Ansichtssendungen, bitte weder Bargeld noch Briefmarken senden)

Frau/Frl./Herrn _____

Vorname _____

Strasse/Nr. _____

PLZ/Ort _____

Die Auslieferung erfolgt **mit Rechnung** durch **Impressum Buchservice Dietikon**

Erna Binz
Abenteuer Afrika
(Benteli-Verlag, 183 S., Fr. 28.–)

Die fünf Abenteurer(innen) zählen zusammen 320 Jahre. Alle – mit einer Ausnahme – sind AHV-Berechtigte, alle geniessen die Freiheit der späten Jahre, die Unabhängigkeit, das Reisen, insbesondere das Reisen in Afrika. Humor haben alle und den brauchen sie wahrhaftig, denn was sich sehr vergnüglich und heiter liest, war in Wirklichkeit manchmal gefährlich und nicht immer lustig, dafür richtig abenteuerlich. Erna Binz, die mit den gesammelten Steinen wunderschöne Stein-Bilder zu gestalten weiss, nimmt den Leser mit auf die Reise nach Afrika, weckt Reiselust und Sehnsucht nach Ferne, schenkt weiter etwas von ihrer leidenschaftlichen Liebe zum Land und den Menschen. Ein liebenswertes und spannendes Buch, das einen die glatte Schönheit der Reiseprospekte vergessen lässt. *es*

Frau Binz ist so freundlich, das Buch für Zeitlupe-Abonnenten zum ermässigten Preis von ***Fr. 23.–*** *(inkl. Porto) abzugeben. Das Buch ist direkt bei der Autorin zu bestellen: Frau Erna Binz, 3654 Gunten. Sie legt der Sendung einen Einzahlungsschein bei.*