

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 67 (1989)
Heft: 1

Rubrik: Mosaik

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.](#)

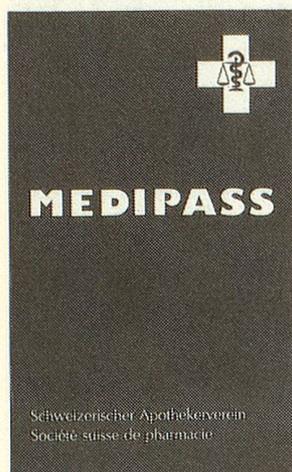
Terms of use

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: 18.03.2025

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

MOSAİK



Medipass

Der Schweizerische Apothekerverein (SAV) hat einen neuartigen Medikamentenpass herausgegeben. Arzt und Apotheker können damit einen besseren Überblick über den Medikamentenkonsum der Patienten gewinnen und einen Teil der Risiken, die mit der Einnahme von Arzneimitteln verbunden sind, vermeiden. Nach Erhebungen über den Medikamentenkonsum (1984 durchgeführt mit Unterstützung des Schweizerischen Nationalfonds) wird etwa jedes zwanzigste Medikament von Patienten angewendet, die es gar nicht verwenden dürften (zum Beispiel wegen Bluthochdrucks, Diabetes). Man stellte sogar fest, dass bei jedem fünften Arzneimittel die Gefahr von unerwünschten Wechselwirkungen mit andern gleichzeitig eingenommenen Mitteln besteht.

Im neuen Medipass können die vom Arzt verordneten oder in Selbstmedikation gekauften Medikamente eingetragen werden und ermöglichen so dem Arzt und dem Apotheker einen besseren Überblick.

Der Medipass kann in allen Apotheken gegen eine Schutzgebühr von Fr. 1.– bezogen werden.

Merkblätter der Schweizerischen Verkehrszentrale

Für Langläufer: Wo kann man sich telefonisch über die aktuellen Schnee- und Loipenverhältnisse in nahezu 240 Langlaufzentren informieren? Wo gibt es Loipen, die nachts beleuchtet sind? Wo darf der Hund zum Langlaufen mitge-

nommen werden? Wo sind spezielle Skatingpisten zu finden? Antwort auf diese Fragen geben die Informationsblätter «Loipenauskunftsdienste» und «Nachtloipen – Hundeloipen – Skatingpisten».

Für Schlittler: Über 350 km beträgt die Gesamtlänge der Schlittelbahnen und -wege in der Schweiz. Die wichtigsten Anlagen werden in der Publikation «Schlittelwege» vorgestellt, mit Angaben über Länge und Höhendifferenz, Möglichkeiten von Transportmitteln zum Start, Miete von Schlitten und Beleuchtung der Bahnen.

Für Wanderer und Spaziergänger: Eine Wanderung oder ein Spaziergang im Bergwinter trägt viel zur Entspannung und zum Wohlbefinden bei. Im Informationsblatt «Winterwandern» sind Orte aufgeführt, die über ein lokales, regelmässig gepfadetes und unterhaltenes Wanderwegnetz verfügen, das sich auf mindestens 10 km erstreckt. In einigen Orten werden spezielle Bahn-/Bus-Abonnemente für Winterwanderer angeboten.

Für Senioren: In welchen Gebieten Vergünstigungen auf Skiabonnemente gewährt werden, gibt das Merkblatt «Reduktion auf Skiabonnemente für Familien und Senioren» Auskunft.

Sämtliche Informationsblätter können gratis bei der Schweizerischen Verkehrszentrale, Postfach, 8027 Zürich, bezogen werden. Bestellung bitte mit Postkarte unter Angabe des oder der gewünschten Titel.

Frühlingsferien auf dem Twannberg für ältere Körperbehinderte

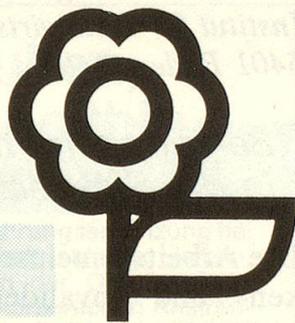
Auch dieses Jahr führt die Abteilung Sozialfragen des Migros-Genossenschafts-Bundes wieder die zur Tradition gewordenen Aktiv-Ferien für ältere Körperbehinderte vom 24. April bis 5. Mai 1989 durch. Das Feriendorf Twannberg ist rollstuhlgängig und liegt am Fusse des Chasserals mit herrlichem Blick auf den Bielersee. Unzählige – auch rollstuhlgängige – Wanderwege führen durch die weiten Felder der Gegend und durch den naheliegenden Wald. Dieses besondere Ferienzentrum verfügt über ein eigenes Hallenbad,

über einen Gymnastikraum sowie über gemütlich eingerichtete Aufenthaltsräume, eine Cheminée-Ecke und ein allen offenstehendes Restaurant. Die grosszügigen Zweierpavillons mit Dusche und WC sind modern eingerichtet.

Unsere Feriengäste werden von Migros-Lehrlingen und einem erfahrenen Leiterteam betreut. Auch dieses Jahr wird wieder ein reichhaltiges Programm zusammengestellt. Am Morgen stehen das Schwimmbad und die Turnhalle zur Verfügung. Am Nachmittag werden Ausflüge und Spaziergänge unternommen, oder es wird gemeinsam getöpft und gebastelt. Die Teilnahme an allen Aktivitäten ist selbstverständlich freiwillig. Das Wichtigste während diesen Ferien ist jedoch der Kontakt zwischen jungen und älteren Menschen, der vielfach nach den gemeinsam verbrachten Ferien weiter gepflegt wird.

Preis (ohne Hin- und Rückreise): Fr. 450.-. In begründeten Fällen sind Preisreduktionen möglich. Anmeldeschluss: 1. März 1989.

Prospekt bei Migros-Genossenschafts-Bund, Abteilung Sozialfragen, Postfach 266, 8031 Zürich, Tel. 01/277 21 71.



Azaleen mögen's feucht und kühl

Azaleen kauft man am besten mit dicken Knospen, weil noch nicht voll ausgebildete Knospen beim Transport gerne abfallen. Zu Hause stellt man den Topf vorerst in einen kühlen Raum und dann allmählich wärmer, jedoch niemals wärmer als 21 °Celsius. Der Wurzelballen darf niemals austrocknen. Deshalb sind Kunststofföpfe gegenüber Tontöpfen von Vorteil, weil sie die Feuchtigkeit besser bewahren. Generell gilt: Regelmässig giessen, dabei jedoch unbedingt Stau-nässe vermeiden. Die Azalee ist sehr kalkempfindlich! Damit auch die Luftfeuchtigkeit im Zimmer stimmt, sollte die Umgebung der Pflanze am besten täglich mit einem Wasserzerstäuber eingenebelt werden. Die Pflanze selber aber darf nicht besprüht werden, weil ihre Blätter sonst hässliche braune Flecken bekommen.

Fly-Rail-Gepäck

Die Schweizerischen Bundesbahnen und die Swissair bieten in Zusammenarbeit mit Privatbahnen, PTT und Fluggesellschaften eine neue, weltweit einzigartige Gepäckdienstleistung an. Reisegepäck, das an irgendeinem ausländischen Flughafen via Zürich oder Genf aufgegeben wird, kann künftig als sogenanntes Fly-Rail-Gepäck bis zu jeder für den Gepäckverkehr geöffneten Bahn- oder Postautostation in der Schweiz befördert werden, ohne dass sich sein Besitzer beim Umsteigen vom Flugzeug auf die Eisenbahn noch darum kümmern muss. In umgekehrter Richtung, nämlich von Schweizer Bahnhöfen ins Ausland, funktioniert die durchgehende Beförderung von Fly-Gepäck zum Zielflughafen bereits seit bald zehn Jahren. Die dritte gemeinsame Dienstleistung, das Check-in für Swissair-Flüge an grösseren SBB-Bahnhöfen, ist im Frühling 1988 eingeführt worden.

In der Schweiz sind Fly-Rail-Etiketten mit Abfertigungspapier zum Preis von neun Franken bei den SBB erhältlich, im Ausland in den Agenturen der Swissair und der Schweizerischen Verkehrszentrale sowie bei bestimmten Reisebüros. Das Check-in für Swissair-Flüge kann seit dem 1. Mai letzten Jahres bereits am Bahnschalter vorgenommen werden. Wer von dieser Weltneuheit Gebrauch macht, erhält seine Bordkarte mit fester Sitznummer zwei bis 24 Stunden vor Abflug an den SBB-Bahnhöfen in Bern, Genf, Lausanne, Lugano, Luzern, Neuenburg, St. Gallen oder Zürich.

Kreativferien für Senioren

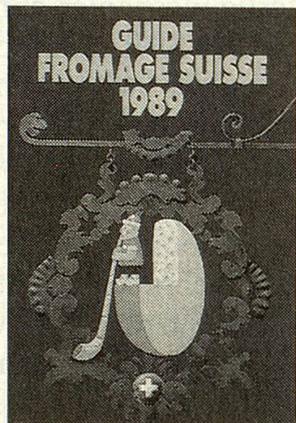
bietet das Berghotel Maienberg in Wangs-Pizol (1050 m ü.M.) an. Malen, Zeichnen, Modellieren mit Ton, Schnitzen, Bauernmalen, Kunstschmieden, Nähen, Weben, ja sogar Kochen stehen auf dem Programm. Dazu besteht die Möglichkeit, sich in Sprachen weiterzubilden. Dies alles in der prächtigen Naturlandschaft des Sarganserlandes, das Ausgangspunkt für zahlreiche Wanderungen ist. Das Hotel bietet Zimmer mit fliessendem Wasser oder Bad/WC und Balkon an, die Preise liegen zwischen 35 und 50 Franken pro Person und Tag. Nähere Auskunft erteilt:

Kreativzentrum Maienberg, 7323 Wangs, Telefon 085/2 53 56.

Günstiger Taxi fahren

Aufgrund eines neuen Tarif-Konzepts fahren Senioren in Basel mit den «33er-Taxi» günstiger. Allen AHV- und IV-Bezüglern wird eine Reduktion vom Fahrpreis bis zu 10% gegenüber dem Normaltarif gewährt. Als Ausweismittel akzeptiert die Taxifirma das vergünstigte AHV-/IV-Abonnement des Tarifverbundes Nordwestschweiz. Wer kein solches Abonnement besitzt, kann einen persönlichen Senioren-Pass bestellen. Um in den Genuss der Vergünstigung zu kommen, muss einer dieser Ausweise vor Beginn der Fahrt vorgezeigt werden. Eine Bitte hat die Taxifirma: Wenn möglich die morgendliche Hochbetriebszeit meiden (06.30 bis 08.30 Uhr).

Den Seniorenpass erhalten Sie bei der 33er Taxi AG, Jägerstrasse 5, 4058 Basel, Tel. 061/66 66 66.



Guide Fromage Suisse 1989

Der überarbeitete Gratis-Restaurantführer der Schweizerischen Käseunion enthält als praktisches Nachschlagewerk die Liste von 1200 Gaststätten in der ganzen Schweiz, die Käsespezialitäten besonders pflegen. Damit man diese Restaurants auch findet, umfasst die handliche Broschüre im Westentaschenformat aber auch eine Schweizer Strassenkarte mit speziellen Markierungen. Ergänzt wird sie mit Käsekunde, Hinweisen auf Fondue-Fahrten auf Schiffen, den Standorten von Schaukäseereien und Käse-Museen. Der «Guide» ist viersprachig (deutsch, französisch, italienisch, englisch) und dürfte nicht nur Touristen auf eine unserer Landesspezialitäten gluschtig machen.

Erhältlich ist das Büchlein bei Verkehrsbüros, Autobahn-Raststätten oder direkt bei der

Schweizerischen Käseunion AG, Postfach 8273, 3001 Bern.

Umweltbedrohung aus der Spraydose und dem Kühlschrank



FKW: In diesen drei Buchstaben steckt die Bedrohung, die aus den Spraydosen, den Kühlschränken, Hartschaum-Isolationsplatten und aus technischen Reinigungsmitteln kommt: der Fluorchlorwasserstoff. Eine Sonderpublikation des Schweizerischen Instituts für Hauswirtschaft SIH stellt die schädlichen Auswirkungen auf die Ozon-Schutzhülle in der Stratosphäre dar und zeigt aktuelle Alternativen zu den FKW-Produkten auf. Ebenfalls wird der Frage nach einer korrekten und umweltfreundlichen Entsorgung von Kühlschränken und Tiefkühlaggregaten nachgegangen.

Das Heft «Auf Nummer sicher» kann zum Preis von Fr. 7.50 bezogen werden beim Schweizerischen Institut für Hauswirtschaft SIH, Baselstrasse 15, 5401 Baden, Telefon 056/20 14 01.

Behinderten-Transportdienste in der Schweiz

Die Arbeitsgemeinschaft Schweizerischer Kranken- und Invaliden-Selbsthilfeorganisationen (ASKIO), der Verkehrs-Club der Schweiz (VCS) und die Schweizerische Vereinigung Pro Infirmis haben in diesem Jahr ein Verzeichnis für die Behinderten-Transportdienste in der Schweiz herausgegeben. Das Verzeichnis ist nach Kantonen gegliedert und bildet das Resultat mehrerer Anfragen bei Behinderten-Institutionen. Es orientiert über Domizil, Rufnummer, Fahrgebiet, Anmeldefristen, Fahrpreise und andere Daten der einzelnen Transportdienste.

Bezugsadressen für das Verzeichnis:

- ASKIO, Effingerstrasse 55, 3008 Bern, Tel. 031/25 65 57;
- Pro Infirmis, Zentralsekretariat, Feldeggstrasse 71, Postfach 129, 8032 Zürich, Tel. 01/ 251 05 31;
- VCS-Mitfahrzentrale, Bahnhofstr. 8, Postfach, 3360 Herzogenbuchsee, Tel. 063/61 26 26.