Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 76 (1998)
Heft: 11

Rubrik: Mosaik

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: 11.07.2025

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

Neuer Kinderbuchverlag

Palazzo-Kinderbücher sollen Kindern helfen, unsere Welt besser zu verstehen.

«Das Buch ist (fast) das letzte Refugium der Stille, des Denkens und Träumens, das uns geblieben ist. Das Buch ist anspruchsvoll und unaufdringlich zugleich. Es redet erst, wenn ich es aufschlage und zu lesen und zu betrachten beginne.» Deshalb ist Ingrid Rösli, Gründerin und Leiterin des Kinderbuchverlags Palazzo, überzeugt, dass das Medium Buch auch in Zukunft bestehen bleibt. Und deshalb ist sie nach über fünfzigjähriger Lebenserfahrung und nach neunjähriger Tätigkeit als Verlagsleiterin bei pro juventute im Frühjahr 1998 das Wagnis der Verlagsgründung eingegangen. Unter dem Palazzo versteht sie einen verspielten, etwas schrägen Palast, bei dem die Türen weit offen stehen. Sorgfältig und liebevoll gemachte Bücher mit spannenden Geschichten sollen dort entstehen, die helfen, die Welt in und um uns ein wenig besser zu verstehen. Und diese Bücher müssen bestimmten Kriterien gerecht werden. Zum Beispiel: «Bücher sollen dem Kind Mut und Hoffnung zum Leben machen. Gemütswerte sollen sie vermitteln, Kreativität, Geschmack und Kunstverständnis fördern und einen Beitrag zum Zusammenleben von Erwachsenen und Kindern leisten.». Jedes Jahr will der Palazzo Verlag insgesamt acht Bilderbücher und erzählende Bücher herausgeben. Die ersten fünf sind diesen Herbst erschienen. Darunter die Geschichte des Rentners Herrn Seeger und der siebenjährigen Gina, die auf Seite 53 dieser «Zeitlupe» näher beschrieben wird. *ki*

■ *Palazzo Verlag, Obere Zäune 18, 8001 Zürich, Tel. 01 251 00 46, Fax 01 251 00 48*

In dieser Rubrik stellen wir Neues, Praktisches und Nützliches vor. Die Produktbeschreibungen beruhen auf Herstellerangaben, für welche die Redaktion keine Haftung übernimmt.

Gesellschaft für Muskelkranke

Die sogenannte Skelettmuskulatur hat im Wesentlichen zwei Aufgaben: die Fortbewegung und die Aufrechterhaltung der Statik. Erkrankungen der Muskeln, die Myopathien («Myos»=Muskel und «Pathie»=Leiden) haben eine zunehmende Schwäche (Lähmung) sowie eine Volumenabnahme (Atrophie) einzelner Muskeln oder Muskelgruppen zur Folge. Die Myopathien gehören zur grossen Gruppe der neuromuskulären Erkrankungen. Diese lassen sich unterteilen in die eigentlichen Muskelkrankheiten oder Myopathien, d.h. Erkrankungen mit Veränderungen der Struktur oder der Funktion der Muskelfasern, und die neurogenen, d.h. sekundären Muskellähmungen als Folge von Erkrankungen im übergeordneten Nervensystem. Die meisten Muskelkrankheiten sind erblich bedingt; manchmal beginnen sie schon im Kindesalter. Leider gibt es noch keine ursächliche Therapie; die Behandlung beschränkt sich auf physiotherapeutische und krankengymnastische Massnahmen. Die Schweizerische Gesellschaft für Muskelkranke SGMK befasst sich mit allen sozialen und medizinischen Problemen von Kindern und Erwachsenen, die an einer Muskelkrankheit leiden. Und sie setzt sich dafür ein, dass Betroffene ihr Leben selber gestalten und am gesellschaftlichen Leben teilnehmen können. Die Adresse ihrer Regionalgruppe und detaillierte Auskünfte erhalten Interessierte bei

Schweizerische Gesellschaft für Muskelkranke SGMK

Mitglied der European Alliance of Muscular Dystrophy Associations EAMDA

■ *Schweizerische Gesellschaft für Muskelkranke (SGMK), Kanzleistrasse 80, 8004 Zürich, Tel. 01 245 80 30, Fax 01 245 80 31*

Amateurfunk – nicht nur für Junge

Was mit dem Internet für jedermann möglich geworden ist, kennen Amateurfunker schon seit Jahrzehnten: Sie stellen weltweit Kontakte her, kommunizieren rund um den Erdball und er-

halten überraschende Informationen. Aber im Gegensatz zum Surfen im Internet und zum E-Mail-Verkehr ermöglicht der Amateurfunk den Anwendern via Äther den persönlichen Kontakt mit anderen Funkern. Sie können spontan mit dem Funkpartner Informationen und Gedanken austauschen. Über das Gespräch kommt der Funkamateur dem Funkfreund in Japan näher, lernt Freuden und Leiden eines Seglers auf der Transatlantik-Route kennen, kommt mit einem Indio in den bolivianischen Bergen oder einem Traktor-Ingenieur hinter dem Ural in Berührung. Sie alle verbindet das Interesse und der Reiz, sich per Funk drahtlos überall in der Welt kennen zu lernen. Und nicht selten bahnen sich auf diesem Weg Freundschaften an, die in gegenseitige Besuche münden.

Doch im Gegensatz zum Umgang mit dem Internet erfordert der Amateurfunk eine Lizenz, die nur mit einer Prüfung erworben werden kann. Wer nicht gerade vom Fach ist, muss bis zur Prüfungsreife ein erhebliches Pensum an Wissen verarbeiten. Dafür erhält er dann vom Bakom (Bundesamt für Kommunikation) eine weltweit gültige Sendelizenz. Danach hat er die Möglichkeit, mit mehr als zwei Millionen Funkamateuren auf der ganzen Welt in Kontakt zu treten.

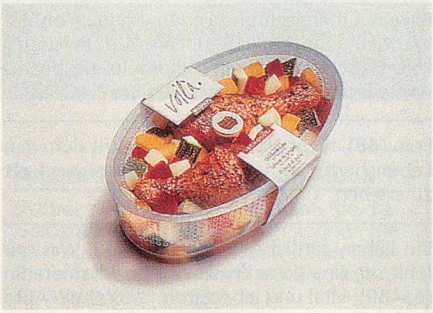
Seit über 15 Jahren bietet die ILT-Schule (Amateurfunk-Schule) in Zürich Ausbildungsgänge für künftige Funkamateure an. Bisher haben sich dort gegen 500 Absolventen aller Altersstufen das Rüstzeug für die Amateurfunk-Lizenprüfung geholt. Und viele ILT-Schüler haben ihre Sende- und Empfangsgeräte vollständig selber gebaut.

Die ILT-Schule hat sich zum Ziel gesetzt, im kommenden Kursjahr vermehrt Senioren und Seniorinnen zu motivieren, sich dieses faszinierende und geistig anregende Hobby anzueignen. Eventuell soll eine besondere Seniorenklasse geführt werden.

■ *ILT Schule, Amateurfunk-Schule, Hohlstrasse 612, 8048 Zürich, Tel. 01 431 77 30, Fax 01 431 77 40*

Bongoût – Migrosmenü für die Mikrowelle

Hinter «Bongoût» steht die Idee, zwei bewährte Garmethoden zu einer einzigen, besonders schnellen zu verbinden – die Methoden von Dampfkochtopf und Mikrowelle. Daraus entsteht die schonendste Zubereitungsart für Geflügel, Fisch, Meeresfrüchte und Gemüse: Die Mahlzeiten sind vitaminreich, kalorienarm, gesund und wohlschmeckend. Das Gericht kann in der Einzelportionenschale in den Mikrowellenherd gegeben und – je nach Menü – während vier bis sechs Minuten



bei 650 Watt gegart werden. Anschliessend ist die fein gewürzte Frischmahlzeit servierbereit und kann auch direkt aus der Schale gegessen werden.

Zum «Bongoût»-Startangebot, das seit kurzem in allen Filialen der Migros Zürich eingeführt wird, zählen sieben Vollwert-Mahlzeiten zu Verkaufspreisen von Fr. 6.– bis Fr. 6.70: drei Fisch- und Gemüsegerichte (Lachs, Fischspiessli, Kabeljau), drei verschiedene Poulet- und Gemüsegerichte und ein reines Gemüsemenü. Dieses Angebot soll in rascher Folge um weitere attraktive Menüs ergänzt und laufend aktualisiert werden.

Mit der «Bongoût»-Linie, die nach und nach von allen Migros-Genossenschaften eingeführt wird, lanciert die Migros das Label «Voilà – Zeit zu geniessen». Es steht für ein breites Gourmet- und Wellness-Fertiggerichte-Sortiment in Traiteur-Qualität, das sich in einer grossen Angebotsvielfalt entwickeln soll. Die Migros will damit dem Bedürfnis jener Menschen entgegen kommen, die bei aller Eile gepflegt, bekömmlich und gesund essen möchten.

Wer länger lebt, lebt besser

Ein gesunder Lebensstil verlängert das Leben, doch viele Menschen befürchten, ein längeres Leben bringe auch mehr Altersbeschwerden mit sich. Eine Untersuchung an fast zweitausend Absolventen der Universität Pennsylvania beweist das Gegenteil. Die Studienjahrgänge 1939/40 waren gründlich medizinisch untersucht und in späteren Jahren wiederholt beobachtet worden. Jene, die 1986 noch lebten, wurden sogar jährlich untersucht. Die Forscher wollten wissen, ob die alt gewordenen Uni-Absolventen noch selber aufstehen, sich anziehen und pflegen, essen, gehen, Gegenstände ergreifen und Einkäufe besorgen konnten. Jene mit der gesündesten Lebensweise waren dazu fünf Jahre länger in der Lage als jene, die ihre Gesundheit aufs Spiel gesetzt hatten. Zwar stieg der Behinderungsgrad auch bei den Gesundheitsbewussten mit zunehmendem Alter an. Er erreichte jedoch nie derart hohe Werte wie bei jenen, die viel rauchten, starkes Übergewicht hatten oder sich nur selten bewegten. Auch hatten die Gesunden, die inzwischen verstorben waren, in ihrem letzten Lebensjahr nur halb so starke Behinderungen erlebt wie jene mit den meisten Risikofaktoren.

(Astra-Pressedienst)