

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 77 (1999)  
**Heft:** 6

**Vorwort:** Liebe Leserinnen und Leser  
**Autor:** Kilchherr, Franz

### **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:** 02.02.2025

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

## Mentale Mobilität

- 8 Testen Sie Ihr Gehirn!
- 10 Je früher eine Diagnose gelingt, desto besser
- 12 Das gesunde Gehirn: Sein Aufbau – ein Wunder
- 14 Heiteres Gedächtnistraining

## Medizin und Gesundheit

- 16 Altersdemenzen: woher und wohin?

## Aktuell

- 20 Eurag-Kongress in Graz
- 21 INAG: Ein Institut für das Alter und für Generationenbeziehungen
- 24 1. Schweizerische Senioren-Landsgemeinde

## Aktiv

- 26 Ein Hoch auf Edinburgh und die Highlands
- 28 Reisetipps
- 30 Lange Flugreisen mit Vorsicht geniessen
- 34 «Am liebsten ab ins Eis»
- 42 Mit 79 voll im Einsatz für die Mutterschaftsversicherung

## Zusammenleben heute

- 36 Geborgenheit im Tageszentrum – Entlastung zu Hause
- 50 Das Tagesheim, eine willkommene Entlastung

## Soziale Sicherheit

- 44 Die Mutterschaftsversicherung
- 45 Zähes Ringen um Viertelsrente

## Kultur

- 76 Ausstellungen
- 78 Video, Musik

## Leserservice

- 46 Gedichte
- 47 Kulturstädte Dresden und Weimar
- 52 Ratgeber
- 60 Bücher
- 70 Mosaik
- 72 Kleinanzeigen
- 75 «Welt der Bücher – Freude am Lesen»

## Rubriken

- 5 Forum
- 6 Umfrage:  
Lernen – so wichtig wie Essen und Trinken
- 40 Zeitdokumente: 1962 – Arrivederci Antonio!
- 48 Denkzeit
- 62 Rätsel
- 64 Pro Senectute
- 68 Senioren-Organisationen
- 79 Impressum

Das Magazin von Pro Senectute Schweiz erscheint im 77. Jahrgang

[www.zeitlupe.ch](http://www.zeitlupe.ch)

**ZEITLUPE** Zeitlupe, Schulhausstr. 55,  
Postfach 642, 8027 Zürich  
Tel. 01 283 89 00, Fax 01 283 89 10,  
E-Mail: [zeitlupe@pro-senectute.ch](mailto:zeitlupe@pro-senectute.ch)

## Liebe Leserinnen und Leser



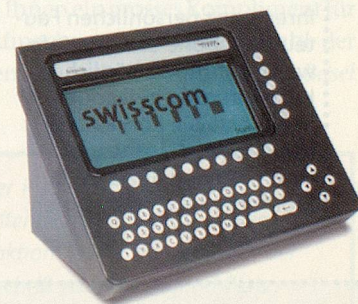
Franz Kilcherr

**W**ir alle haben schon öfters erlebt, dass wir einen Namen, einen Ausdruck nicht sofort präsent hatten. Dabei lag er uns doch gerade noch auf der Zunge ... Gewisse Situationen – zum Beispiel Stress oder Desinteresse oder sogar Verliebtheit – lassen uns vergesslicher werden als gewöhnlich. Dies muss kein Alarmzeichen sein. Wenn wir uns zudem bewusst sind, welche ungeheure Zahl von Daten unser Gehirn speichert, so sind diese «Vergesslichkeiten» zu vernachlässigen. Ältere Menschen achten jedoch sehr stark auf ihre Vergesslichkeit, ist doch eine ihrer grössten Sorgen die Angst vor dem Verlust der geistigen Fähigkeiten, insbesondere vor der Alzheimer-Demenz. Eine gross angelegte Aufklärungskampagne will erreichen, dass sich Personen ab 60 Jahren regelmässig einem Check-up der «mentalen Mobilität» unterziehen. Auf der einen Seite vermittelt dieser Check-up Sicherheit, auf der anderen Seite bremst eine medikamentöse Behandlung bei frühzeitiger Diagnose den Verlauf der Krankheit. Als interessante Ergänzung zeigen wir Ihnen in einfachen Grundzügen den Aufbau und die Funktionsweise des Gehirns und lassen Sie auch an einem Gedächtnistrainingskurs teilnehmen.



**A**uf den Reiseseiten machen wir auf gewisse Risiken aufmerksam, die man als älterer Mensch auf langen Reisen eingeht. Dass man dabei auch gut reisen kann, demonstriert die 86-jährige Marie-Louise Lüscher, die bereits 66 Länder auf der ganzen Welt besucht und deren Reiselust kein bisschen nachgelassen hat.

**S**tanden Sie kürzlich in einer Telefonkabine und wollten in den «guten alten» Telefonbüchern nach einer Nummer suchen, fanden aber statt diesen nur ein kleines elektronisches Kästchen? Das ist kein Grund, den Ort fluchtartig zu verlassen, denn die Handhabung ist auch für computerungewohnte Benutzer sehr einfach.



*Franz Kilcherr*

**Titelbild:** Nervenzellen bilden ein komplexes Netzwerk im menschlichen Gehirn.

Bild: Aus dem Buch «Alzheimer-Patienten erkennen und behandeln» von Alexander Kurz aus der Reihe «Aktuelles Wissen Hoechst»