**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz
**Band:** 78 (2000)
**Heft:** 9

**Rubrik:** Marktplatz

**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:** 29.06.2025

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

# Reisegeld – Papier, Plastik oder ...?

**Bargeld in der Landeswährung** oder in Schweizer Franken ist gemäss Umfragen nach wie vor des Schweizers liebstes Kind auf Auslandreisen. Doch Achtung: viel Bargeld mitzuführen, ist gefährlich, keine Versicherung deckt einen allfälligen Verlust. Für die Reise und die ersten Tage empfiehlt es sich, einen kleinen Betrag der Landeswährung in der Schweiz zu kaufen. Dies ist aber nur für europäische Währungen und US-Dollars ratsam, «exotische» Währungen sind hier wesentlich teurer als am Aufenthaltsort.

Mit Travellers Cheques kann auf der ganzen Welt auf sichere Weise Bargeld beschafft werden. Die unbeschränkt gültigen Travellers Cheques sind die ideale Ergänzung zum Plastikgeld, da sie weltweit und kostenlos, in der Regel innert 24 Stunden, ersetzt werden. Beim Kauf von Travellers Cheques wird eine Gebühr von einem Prozent verrechnet und für Fremdwährungen der im Vergleich dazu etwa ein bis zwei Prozent günstigere Devisenverkaufskurs verlangt.

Viele Schweizer Reisende haben lange Jahre den Postscheck zum günstigen Bargeldbezug in Europa benutzt. Ausländische Poststellen akzeptieren diesen Scheck nicht mehr. Mit der Postcard kann jedoch weltweit an Visa-Plus-Bancomaten Bargeld bezogen werden (Kosten: Fr. 3.– pro Bezug).

Ab Anfang 2002 heben die Banken die Kartengarantie der eurocheques von Fr. 300.– pro Scheck auf. In vielen Ländern wird er schon heute nicht mehr akzeptiert oder für die Einlösung eine hohe Kommission verlangt.

Mit ec-Karten kann in Europa und teils auch weltweit an Bancomaten Bargeld bezogen werden. Die Gebühren betragen rund fünf Franken pro Bezug. Neu ist die Maestro-Funktion auf den ec-Karten der UBS und der Kantonalbanken. Damit kann an rund 3,8 Millionen Verkaufspunkten direkt mit Pin-Code bezahlt werden, allerdings werden im Gegensatz zu Kreditkarten pro Transaktion etwa Fr. 1.50 verrechnet. Die ec-Karte wird bei Verlust im Ausland nicht ersetzt.

Die bekannten, internationalen Kreditkarten sind weltweit einsetzbar, für Hotelreservationen und Automieten sind sie unerlässlich. Zur Bargeldbeschaffung eignen sich Kreditkarten wegen der hohen Spesen nicht unbedingt. Es werden zwischen 2,5 und 4 Prozent des Gesamtbetrages, mindestens aber Fr. 10.– fällig. In der Regel werden die Kreditkarten bei Verlust innert 48 Stunden ersetzt.

*Infos: Über die ideale Zusammensetzung des Reisegelds gibt kostenlos rund um die Uhr Telefon 031 710 12 33 Auskunft. (www.swissbankers.ch)*

PRISMA

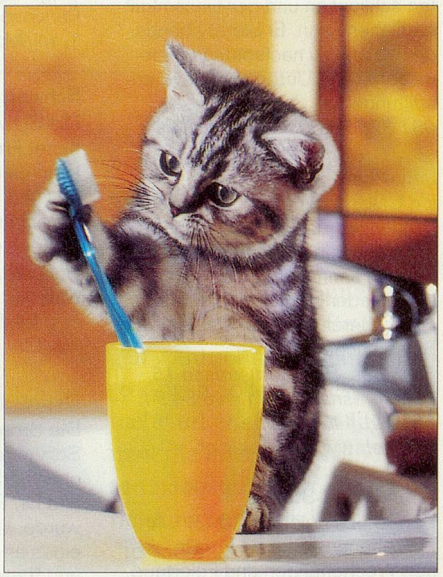
Reisegeld: Auf die richtige Mischung kommt es an, am besten etwas Bargeld, für die ersten Tage, Travellers Cheques und eine Kredit- oder ec-Karte.

## Gartentipp

**Wenn man Tulpenzwiebeln** während des Sommers im Boden lässt, sollten die Pflanzstellen nicht gegossen werden. Grund: Nach der Blüte und dem Einziehen der Blätter benötigen Tulpen eine Ruhepause an einem möglichst trockenen Standort. IZB

## Sollen Katzen Zähne putzen?

**Jede zweite Katze** zeigt Anzeichen von Zahn- und Zahnfleischproblemen. Werden die Symptome nicht frühzeitig



ZVG

behandelt, kann dies zu Zahnfleischerkrankungen oder Zahnausfall führen. Eine der häufigsten Ursachen dafür ist die Bildung von Plaque. Das ist ein Belag aus Bakterien, Nahrungsmittelresten und Speichel, der sich auf den Zähnen absetzt. Wird er nicht rechtzeitig entfernt, kann sich Zahnstein bilden.

Hartnäckiger Zahnstein kann nur vom Tierarzt entfernt werden. Dabei muss die Katze narkotisiert werden. Treten Anzeichen für Zahnprobleme auf wie Mundgeruch, erschwerte Nahrungsaufnahme und Verweigerung harter Futterbrocken, sollte ein Tierarzt konsultiert werden.

Die beste Vorsorge ist die regelmässige Pflege der Zähne mit einer speziellen Zahnbürste. Die Handhabung ist jedoch umständlich und erfordert Geduld. Neu gibt es nun Dentabits, kleine «Snacks» aus Fleisch, Reis und anderem Getreide. Während sie daran kauen, putzen sie sich gleichzeitig das Gebiss. Die Zähne

der Katzen dringen dabei tief in die «Stückchen» ein, der Abrieb-Effekt reduziert den Zahnbelag und vermindert den Aufbau von Zahnstein.

***Dentabits sind in der 100-Gramm-Dose im Detailhandel erhältlich.***

## Asthma und Übergewicht

**Ihr Leiden vermindern** können übergewichtige Asthmatiker, wenn sie abnehmen. Das ergaben Untersuchungen einer finnischen Forschergruppe an drei Dutzend freiwilligen Personen zwischen 18 und 60 Jahren. Die Hälfte von ihnen absolvierte ein Diätprogramm und nahm durchschnittlich um 15 Prozent ab. Verglichen mit den Personen, die ihr Gewicht nicht reduzierten, verbesserte sich ihre Lungenfunktion deutlich. Sie keuchten und husteten seltener. Auch benötigten sie weniger Medikamente.

Übergewicht ist keine anerkannte Ursache von Asthma. Wenn sich jedoch Asthma aus einer Allergie oder aus anderen Ursachen entwickelt, kann Übergewicht das Leiden verschlimmern. So drückt das Gewicht die Luftwege stärker zusammen, vor allem im Liegen. Auch fliessen saure Magensäfte häufiger in die Speiseröhre zurück, was die Atemnot verschlimmert. *azpd*

***Quelle: Stenius-Aarniala B et al.***

## Damit Scheiden nicht so weh tut

**Ehen werden im Himmel geschlossen,** auf Erden gelebt und vor dem Richter geschieden. Und das immer öfter: Vier von zehn Ehen gehen in die Brüche. In der Schweiz waren letztes Jahr 17 800 Paare betroffen.

Der K-Tip-Ratgeber «Damit Scheiden nicht so wehtut» informiert kurz und klar über alle rechtlichen Fragen und wie man eine Scheidung durchführt. So muss man die Verantwortung nicht Gerichten überlassen, sondern kann eigenständig handeln und Probleme selber lösen. Wichtig vor allem für Hausfrauen ist die Frage der Vorsorge. Das betrifft unter anderem auch die Pensionskasse. Im Normalfall wird das Guthaben halbiert, es gibt aber auch Ausnahmen. In speziellen Fällen kann das Gericht eine Teilung sogar verweigern.

Das neue Scheidungsrecht regelt auch die Schuldfrage neu. Sie spielt praktisch keine Rolle mehr. Wie Mann und Frau das Vermögen trennen, was Ausländerinnen und Ausländer und/oder Doppelbürgerinnen und Doppelbürger beachten müssen, wie Paare Krach um die Wohnung vermeiden, wird in diesem Ratgeber behandelt.

***Der Ratgeber «Damit Scheiden nicht so wehtut» kostet 24 Franken inklusive Versandkosten und kann bezogen werden bei K-Tip, Postfach, 9401 Rorschach. E-Mail: dossier@loepfe-benz.ch, Tel. 071 844 04 04***

# AGENDA

## Kurse und Tagungen

**Schwarzenberg LU**
15./16.9.: «Kreatives Gedächtnistraining für Frauen», *Bildungszentrum Matt, 6103 Schwarzenberg, 041 497 20 22, bzmatt@swissonline.ch*

**Männedorf**
9.–13.10.: «55+ Für neue Erlebnisse offen» – Kurswoche für die Lebensgestaltung im Übergang zur Pensionierung, *Boldern, evangelisches Tagungs- und Studienzentrum, 8708 Männedorf, 01 921 71 20, tagungen@boldern.ch*

**Winterthur**
19.9.: «Tai Chi» – Gratis-Vorführung und selber einfache Bewegungen ausführen, Einführungskurse ab 24.10. *Tai Chi Schule Winterthur, Wartstrasse 12, 8400 Winterthur, 052 318 11 83*

## Fachkurse, Fachtagungen

**Pro Senectute Schweiz**
*Das Kursprogramm 2000 kann gratis bezogen werden bei Pro Senectute Schweiz, Lavaterstrasse 60, Postfach, 8027 Zürich, 01 283 89 89, fachstelle@pro-senectute.ch*

**Sommerakademie zur Gerontologie**
4.–8.9.: «Altersbilder und ihre Bedeutung in Praxisfeldern» (Universitäres Institut «Alter und Generationen», INAG in Sion). *Infos: Pro Senectute Schweiz, Lavaterstr. 60, Postfach, 8027 Zürich, 01 283 89 89, fachstelle@pro-senectute.ch*

## Diverses

**Grossmütter und Grossväter schreiben Geschichte(n)**
(Fortlaufendes Oral-history-Projekt) Erzähl-, Erinnerungs- und Schreibwerkstatt
Fr/Sa, 27./28. Oktober 2000
Fr/Sa, 1./2. Dezember 2000
Fr/Sa, 12./13. Januar 2001
Einstieg jederzeit möglich
*Elternbildungszentrum Zürich, 01 252 82 81, Fax 01 252 82 86*

**Memoiren schreiben**
Schreib- und Erinnerungswerkstätten
*Atelier EigenArt, Ria Isler Riess, Zürich 01 860 44 19, Fax 01 860 44 69*

**viva – Zeit für Neues**
14.–29.10.: Das Migros-Kulturprozent bietet unter der programmatischen Titel «The American Way of Retirement» einen Studienaufenthalt speziell für Menschen ab 55 an. Die Reise führt an die Westküste Floridas, logiert wird im Eckerd College in St. Petersburg. Ein vielfältiges Bildungsprogramm über amerikanische Geschichte und Kultur bietet nicht nur Wissen an – auch wertvolle Kontakte zu amerikanischen Senioren können geknüpft werden. *Migros Kulturprozent Life & Work, «viva – Zeit für Neues», Postfach, 8031 Zürich, 01 277 2173*

**IFAS 2000**
24.–27.10.: Fachmesse für Arzt- und Spitalbedarf (Messe Zürich). – Die vordergründig für Mediziner und Verwaltungsfachleute innerhalb der Medizinbranche konzipierte Messe steht auch interessierten und kritisch besorgten Privatpersonen offen. Es wird Gelegenheit geboten, Umfang und Qualität medizinischer Heilmassnahmen in einer Zeit grosser Sparmassnahmen zu hinterfragen. *Reed Messen (Schweiz) AG, Bruggacherstrasse 26, 8117 Fällanden, 01 806 33 77, www.reed.ch*