

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 83 (2005)  
**Heft:** 5

**Rubrik:** Ihre Seiten

### **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:** 17.07.2025

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

# Zeitlupe, Postfach 2199, 8027 Zürich



BILDER: KEYSTONE, EMMANUEL AMMON/AURA, ZVC



## BUCH-PROJEKT POLYBALL

Haben Sie sich am Polyball verliebt? Haben sich Ihre Eltern am Polyball kennen gelernt? Wie sah Ihr Ballkleid aus? Welche Musik wurde gespielt? Die Polyballkommission sucht von ehemaligen Besucherinnen und Besuchern Erinnerungen an ihren Polyball: Mit persönlichen Geschichten, Fotos, Dokumenten, Informationen und Anekdoten möchte sie ein Buch über den Polyball illustrieren, das im November erscheinen wird. Wer kann weiterhelfen? Rebecca Sanders von der Polyballkommission nimmt gern entsprechende Hinweise entgegen: Kosta/Polyballkommission, Leonhardstrasse 25a, 8001 Zürich, Telefon 044632 4296 oder 076 587 11 86, Mail geschichte@kosta.ch

## UNTERSUCHUNG ZUM THEMA PARTNERVERLUST STUDIENANTEILNEHMENDE GESUCHT

Im Rahmen ihrer Lizenziatsarbeit an der Uni Bern führen Barbara Siegenthaler und Simone Walser eine Studie zum Thema Partnerverlust durch. Sie untersuchen, wie Betroffene einige Jahre nach dem Verlust ihre bisherige Bewältigung, ihr Leben und ihre Zukunftsperspektiven beurteilen und einschätzen. Gesucht werden Männer und Frauen zwischen 60 und 75 Jahren, deren Verwitwung mindestens zwei, maximal aber zehn Jahre zurückliegt. Ihre Aufgabe ist es, einen Fragebogen (Dauer etwa dreissig Minuten) auszufüllen. Alle Daten werden absolut anonym behandelt!

Interessierte Betroffene melden sich bitte bis 17. Mai montags oder mittwochs zwischen 10 und 12 Uhr unter der Nummer 031 332 98 36 (ansonsten bitte Namen und vollständige Adresse auf den Telefonbeantworter sprechen). Auch die Zeitlupe wird in der Juni-Ausgabe einen Schwerpunkt-Beitrag zum Thema «Verwitwung – wie weiter?» bringen.

## BERICHTIGUNG SEITENVERKEHRTER URNERSEE



Im Beitrag «Frühlingserwachen für Wetterfühlige» in der letzten Zeitlupe zeigen Sie ein Bild des Urnersees mit vom Föhn aufgepeitschten Wellen. Beim Betrachten der stimmungsvollen Aufnahme haben mir die Augen wehgetan: Seit der Jugendzeit hat sich in mir die Ansicht des Urnersees tief eingepägt, mit den markanten Gipfeln des Gitschen und des Urirotstocks auf seiner Westflanke. Das Bild in der Zeitlupe zeigt diese Berge links, also auf der Ostseite des aufgewühlten Sees. Mein Fazit: Wer die Aufnahme seitenverkehrt eingefügt hat, kennt leider den Urnersee nicht oder zu wenig. Ein Grund für ihn oder sie, diese schöne Gegend einmal näher kennen zu lernen! Die richtige Aufnahme zeigt den sich direkt vom See hinaufschwingenden

dunkeln Gitschen und die rechts davon im Ewigschnee liegende Gruppe des Urirotstocks.  
Fritz Jenni, Bremgarten BE

## WANDERJUBILÄUM 25 JAHRE SENIOREN-WANDERGRUPPE

Im September 1980 gründeten ein paar im Rentenalter stehende Wander- und Naturfreunde die Senioren-Wandergruppe der Kirchgemeinde Steffisburg. Drei Wochen später starteten zehn Personen zur ersten kleinen Wanderung. Seither wurden rund 480 Wanderungen durchgeführt, etwa hundert aktive Mitglieder sind eingeschrieben. Unser Wanderjahr beginnt jeweils mit einem gemeinsamen Gottesdienstbesuch im Kirchgemeinde-



haus und endet Anfang Dezember mit einer Jahreszusammenkunft mit besinnlicher Einleitung, Singen, Rück- und Ausblick, Unterhaltung und abschliessendem Zvieri. Ab März bis Oktober findet alle vierzehn Tage eine Wanderung statt. Ein paar wanderfreudige Seniorinnen und Senioren bilden das Team der Wanderleiterinnen und Wanderleiter; sie stellen ein Jahresprogramm zusammen und übernehmen abwechselungsweise die Gesamtleitung.

Peter Wildermuth, Kirchgemeinde Steffisburg BE

### ZUM NACHDENKEN

Zum letztjährigen Muttertag veröffentlichte die Zeitlupe das Gedicht «Augenblicke mit Mutter». Daraufhin schrieb uns eine Leserin: «Schön, wenn man solche Augenblicke mit der Mutter haben kann. Ich habe auch ein Muttertagsgedicht aus meinem Innersten heraus geschrieben. Es gehört nicht zu den gewöhnlichen, welches die Mütter preisen.» Die Zeitlupe veröffentlicht zum diesjährigen Muttertag gern dieses ungewöhnliche, berührende Gedicht:

#### Mutter

*Du warst von uns gegangen,  
Vom Freund zu fest umfangen.  
Der Vater konnts nicht fassen,  
Er wollt dich fort nicht lassen.  
Neun Jahre war ich damals alt,  
Und meine Hände blieben kalt!  
Ich konnte Vaters Liebe sehn,  
Den Hass der Mutter nicht verstehn.  
Noch heute weint es still in mir,  
Doch Mutter, ich vergebe dir,  
Du musstest deine Wege gehn,  
Es brauchte viel, das zu verstehn.  
Ich habe erst nach langen Jahren  
Deine Lieb zu mir erfahren.  
Da warst du krank, gingst bald dann fort  
An den uns unbekanntn Ort.  
Ich stand am Grab, der Pfarrer sprach  
Von einer Mutter, die stets wach  
Um ihre Kinder sorgend war,  
Trost spenden wollend, das war klar.  
Da konnte ich befreiend lachen  
Und endlich Frieden mit dir machen.*

I. S. aus L.

### LIEBE LESERIN, LIEBER LESER

Die Zeitlupe dankt Ihnen für Ihre Beiträge. Vor allem freut sie sich über Fotos, Bilder und Illustrationen. Doch bitte haben Sie Verständnis, wenn wir eine Auswahl treffen und Zuschriften – auch eingesandte Gedichte und Erinnerungen – kürzen müssen. Gefundene Lieder und Gedichte leiten wir gerne weiter. Unsere Adresse: Zeitlupe, Leserstimmen, Postfach 2199, 8027 Zürich, Mail [zeitlupe@pro-senectute.ch](mailto:zeitlupe@pro-senectute.ch)

### GEFUNDEN

Von den gesuchten Gedichten und Liedern in der letzten Zeitlupe konnten die folgenden gefunden werden:

- «Wenn einmal in fernen Tagen wird mein Name wohl genannt, sollst du gar nichts anderes sagen als: Den hab ich gut gekannt...» ist ein Tangolied. Text und Musik stammen von Charly Gaudriot und Hans Zeisner.
- Die Worte «... verschlosse wie ne Opferbüchs...» sind aus dem Gedicht «Die alte Schwyzer» von Meinrad Lienert, und nicht wie vermutet aus «D Äntlibuecher».
- Das Lied «Es ist alles nur geliehen auf dieser schönen Welt...», das Heinz Schenk im «Blauen Bock» vorgetragen hat, wurde von Franz Grothe komponiert.
- Das Lied «Vater, Mutter, Schwestern, Brüder...» ist aus der Oper «Undine» von Albert Lortzing.
- «Jetzt brennt das Licht drei Wochen lang»: Nicht nur drei, sondern vier Wochen lang brennt das Licht am Schluss des Gedichts «Der Urlaub» von Eugen Roth.
- Die Kurzgeschichte von den Tieren, die miteinander über das Wichtigste an

Weihnachten diskutieren, ist eine bekannte Weihnachtsfabel.

### GESUCHT

Leserinnen und Leser suchen ...

- Eine Leserin sucht das Lied «Bi eus im Säuliamt», das sie in den Fünfzigerjahren von Leuten aus Affoltern am Albis singen hörte.
- Wer kennt wohl das Lied «Hellblondes Tankstellenmädelein, stell deine Arbeit ein, fahre mit mir zum Lindenbaum, das ist mein schönster Traum...»?
- Von einem Wintergedicht weiss eine Leserin nur noch den Anfang: «Und wo me luegt, isch Schnee und Schnee, me gseht kei Wäg, kei Fuesswäg meh.»
- Wer findet für eine Leserin die Noten zum «Martinsglöggli»?
- Eine Leserin sucht ein Gedicht, von dem sie nur noch den Anfang «Äs het zwölfi gschlage ab äm Turm, ganz eiget, fierlech wird's eim z'Muet...» und den Schluss «...dass d'Ängeli und ds Jesuschind dä Wäg uf d Wält chönd finde» weiss.
- Ebenso geht es einem Leser: Der Anfang seines gesuchten Gedichts lautet «Der Bauer Kunz im Unterdorf, das war ein schlimmer Vetter...», am Schluss heisst es «...das kam, weil er den Wind vergass, zur Zeit der Weizenblüte».
- Von einem Gedicht, das sie irgendwann zwischen 1942 und 1948 in der Schule gelernt hatte, weiss eine Leserin nur noch den Inhalt: Eine Gesellschaft sitzt zu

### SCHREIBWETTBEWERB

«Ein perfekter Tag»: «Ü 70» heisst ein neuer Schreibwettbewerb, der gezielt auf ältere Menschen zugeschnitten ist. Schreiberinnen und Schreiber über 70 Jahre (Jahrgang 1935 und älter) können je einen Text zu einem vorgegebenen Thema einreichen. Dann wählt eine Jury acht Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus, die als Preis zu einer professionell geführten Schreibwoche nach St. Moritz eingeladen werden. Das Thema des Wettbewerbs lautet «Ein perfekter Tag». Das Thema kann – in deutscher Sprache – als Erzählung, Betrachtung, Bericht, Gedicht usw. behandelt werden. Der eingereichte Text darf höchstens fünf A4-Seiten oder 20 000 Zeichen umfassen. Einsendeschluss ist der 15. Juni 2005. Die Schreibwoche mit den Preisträgerinnen und Preisträgern findet vom 10. bis 17. September 2005 im Hotel Laudinella, St. Moritz, statt. Sponsor des Wettbewerbs ist die Stiftung Kreatives Alter.

**Wettbewerbsbeiträge sind bis zum 15. Juni zu richten an:**

Literaturagentur Hermes Baby, Wagnergasse 6, 8008 Zürich

Tische, ein Stück Brot fällt hinunter, einer der Anwesenden bückt sich danach...»

➤ «Das Leben ist ein Würfelspiel, wir würfeln alle Tage. Wer immer sich zum Kampfe stellt, ein fester Wille zwingt die Welt...» Wer kennt das ganze Gedicht und den Autor?

➤ Ein ehemaliger Lehrer sucht das Gedicht «O lieb, solange du lieben kannst...»

➤ Für seine Frau sucht ein Leser das Gedicht «Die einzige Kerze», das mit den Worten beginnt: «Gar emsig sitzt ein Mägdelein, reiht Sticklein an Sticklein...»

### LESER SUCHEN VERGRIFFENE BÜCHER

Wer helfen kann, setze sich doch bitte direkt mit den Suchenden in Verbindung.

➤ Ich würde mich freuen, wenn ich das Büchlein von C.A. Loosli «Die Schattmattbauern» finden könnte.

Klara Bürgi-Bärtschi, Morgartenstrasse 1, 3014 Bern

➤ Ich suche aus dem AT Verlag Aarau-Stuttgart von Ernst Roth «Schwyzerörgeli» – eine Instrumentenkunde und Wegleitung für Volksmusikliebhaber.

Elisabeth Sohm, Ringweg 16, 3661 Uetendorf

➤ Ich suche ein literarisch ausserordentliches, aber leider vergriffenes Buch mit Katzenskizzen von Jan Balet: «Die Leihkatze oder Wie man Katzen lieben lernt» von Otto Schönberger, ISBN 3-922249-02-7, Windecker Winkelpresse 1981.

Hedi Nydegger, Schulstrasse 8, 2558 Aegerten

➤ Ich suche das Buch «Stundenbuch für Jungesellen». Leider kenne ich weder Autor noch Verlag.

Ruth Rudolf, Lommiswilstrasse 36, 4512 Bellach

➤ Ich suche die beiden Bücher «Im Zeichen des Wassermannes» und «Berufung». Beide Bücher sind von Helene Christaller.

Martha Seemann, Lindenberglweg 3 8630 Rütli

### TIPP AUS DER LESERSCHAFT GEDICHTSUCHE IM INTERNET

Im Internet habe ich via die Suchmaschine Google die Stichworte zu den gesuchten Gedichten aus der Zeitlupe 3/05 eingegeben: «wie gross – baum – klopfet – kaiser karl – schweigen – schinderhannes». Damit habe ich die entsprechenden Gedichte gefunden. Die Bücher fand ich mit den Stichworten «collodi – kammerzofe» bei [www.zvab.org](http://www.zvab.org). Fazit: Im Internet findet man fast alles. Kein Internet? Aber einen Sohn, Enkel, Neffen, Götlibuben, der damit umgehen kann.

Ernst Wolfer, Wädenswil ZH

### MEINUNGEN ANTI-AGING

ZL 3/05

In der März-Zeitlupe las ich über «Gesund bleiben im Alter» oder über den von mir weniger geliebten Ausdruck «Anti-Aging». Seit ungefähr zehn Jahren treffe ich mich regelmässig mit zwei oder drei Senioren zu einem wöchentlichen Saunagang. An diesen Abenden erfahre ich (52) viel übers Alter – und was Männer um die 70 beschäftigt. Diese regelmässigen Saunatreffen tragen sehr zu einer guten Lebensqualität bei. Willi Schudel, einer der Teilnehmer an diesen Saunagängen, hat dazu das folgende Gedicht verfasst:

#### *Idylle auf Stadtgebiet*

*Die speziellen Saunafreuden*

*Lassen wir uns nicht verleiden.*

*Wir steigen freudig in die Gelte,*

*Trotz der sichtbar grossen Kälte.*

*Man zählt auf zehn – und wieder raus*

*zur Sauna, flugs, im Hinterhaus.*

*Gesellig dann, nach drei, vier Runden*

*lassen wir das Bierli munden.*

Thomas Kunz, Gemeindliche Altersarbeit, Winterthur

### TITELBILD

ZL 3/05

Dem Interview mit Paola Felix in der Zeitlupe 3/2005 kann man entnehmen, dass sie keine Mühe mit dem Alter hat. Mit 55 Jahren hatte ich damit auch noch keine Mühe. Bei mir fing es erst mit 70 Jahren an. Ich bin jetzt 73 Jahre alt und seit zwölf Jahren verwitwet. Mein Mann starb nach langem Leiden an Krebs. Wir hatten weniger Glück als das Ehepaar Felix. Ihr Beitrag über die 107-jährige Frau Näf in der Januar-Zeitlupe hat mich wesentlich mehr angesprochen und gefreut.

R. Portmann, St. Gallen

### SOZIALALMANACH

ZL 3/05

Sind wir tatsächlich auf dem Weg zur Ego-Gesellschaft? Ich bin solidarisch: Obschon ich kein Auto habe, nicht rauche, mir kein Übergewicht anesse, keine Haustiere füttere und auch keinen Fernseher habe, bezeichne ich mich nicht als arm – und zahle trotzdem überproportional hohe Steuern und Krankenkassenprämien. Und ich bin mit diesem Verhalten nicht allein. Allerdings nimmt die Zahl der Solidaritätsausübenden ab und die Zahl der Solidaritätsnutznießer zu. Sind wir Schweizer tatsächlich eine Ego-Gesellschaft? Ich kann es angesichts der Fakten nicht glauben.

Richard Scholl, Ebertswil ZH

### ALZHEIMER

ZL 4/05

Heidi Trümpler aus Uster schickte uns das folgende Gedicht, das eine Teilnehmerin an ihrem Schreibzyklus über ihren alzheimerkranken Bruder geschrieben hatte. Die Einsenderin meint dazu: «Dieses Gedicht ist so schlicht und einfühlsam und unsentimental. Ich denke, dass es viele Leserinnen und Leser berühren wird.»

*In der Stadt am Fluss,*

*Wo ich geboren wurde,*

*Steht noch unser Haus.*

*Dort wohnt mein Bruder*

*In Alzheimer-Dämmerung,*

*Weiss kaum, wer er ist.*

*Mit Geduld umorgt*

*Sucht sein Gehirn nach Dingen,*

*Die ihm entfallen.*

*Es wird nur schlimmer,*

*Hoffnung auf Heilung gibts nicht.*

*Warten auf den Tod.*

Christa Haldimann, Glattfelden ZH

### KREUZWORTRÄTSEL 3 · 2005

**35 Flaschen Strath im Wert von CHF 43.20 haben gewonnen:** Yvonne Anderegg, Brugg AG; Gisela Baumann, Zeiningen AG; Margrit Bertschi, Boniswil AG; Beatrice Braun, Zürich; Sonja Brem, Oberengstringen ZH; Edy Bühler, Luzern; Magdalene Egloff, Buchs SG; Monika Euthum, Fehraltorf ZH; Marta Farine, Cortaillod NE; Heidi Federspiel, Uetikon ZH; Gerda Fischer, Meisterschwanden AG; Margrith Frieden, Hindelbank BE; Gertrud Gattiker, St. Gallen; Pius Gauch, Gümligen BE; Emmi Gempeler, Sigriswil BE; Maria Hörler, Appenzell; Erna Hügli, Brislach BL; Elisabeth Kaufmann, Ebmatingen ZH; Frieda Kaufmann, Iseltwald BE; Rösly Kocher, Therwil BL; Alois Kohler, Marbach SG; Rosemarie Kotas, Biel; Ruth Kunz, Ersigen BE; Robert Leutwyler, Baar ZG; Blanca Luder, Langenthal BE; Ursula Maurer, Bazenhaid SG; Yvonne Mutti, Burgdorf BE; Eva Prandini, Glarus; Elisabeth Roost, Männedorf ZH; Rita Rüttimann, Fribourg; Ida Scheiwiler, Ebnet-Kappel SG; Margrit Senn, Densbüren AG; Erica Tratschin, Neuenhof AG; Lotti Weber, Jens BE; Norbert Widmer, Wallisellen ZH.