

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 84 (2006)  
**Heft:** 10

## Werbung

### 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:** 15.07.2025

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

# ZEITLUPE-GLÜCKSTREFFER

## Gewinnen Sie...

...eines von 25 Küchen-Trios aus der Kollektion «Revival» von Meyer-Mayor im Wert von je CHF 60.–.



### Eine für alle

Ob Sie gross oder kleiner sind – diese Schürze passt stets perfekt. Denn mit dem seitlichen Tunnelzug für den Schürzenbändel lässt sie sich stufenlos verstellen und sieht wie massgeschneidert aus. Die pflegeleichte und farbechte Schürze aus der Kollektion «Revival» von Meyer-Mayor ist aus 65 Prozent Polyester und 35 Prozent Baumwolle, ihr Latz ist in klassischer Manier mit einer liebenswerten Tierfigur bestickt. Dieselbe Stickerei findet sich auch auf dem dazu passenden Küchentuch aus Halbleinen. Das Küchen-Trio besteht aus einer Latzschürze in Rot mit Stickerei Hahn oder in Blau mit Stickerei Huhn und je einem Küchentuch bestickt und unbestickt in derselben Farbe. Ein kleines Stück klassische Küchenkultur, das noch lange Freude bereitet. Küchenwäsche von Meyer-Mayor ist im Fachhandel und in guten Warenhäusern erhältlich und im Online-Shop auf [www.meyer-mayor.ch](http://www.meyer-mayor.ch)

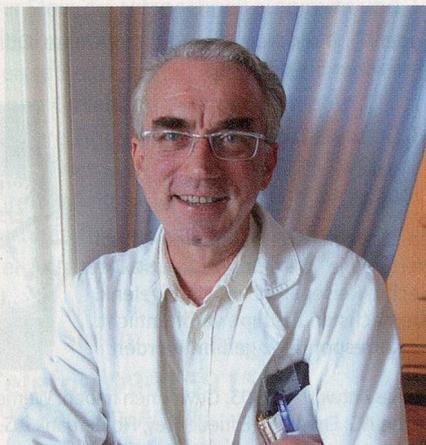
Und so sind Sie bei der Verlosung dabei: Senden Sie eine Postkarte mit Ihrem Namen und Ihrer Adresse an: Zeitlupe, Glückstreffer Oktober 2006, Postfach, 8099 Zürich. Einsendeschluss ist der 10. Oktober 2006. Bitte angeben, ob «Küchen-Trio rot» oder «Küchen-Trio blau» gewünscht wird.



## GEWINNER UND GEWINNERINNEN AUS DER ZEITLUPE VON JULI/AUGUST 2006

Je ein orthopädisches Nackenkissen vom EMPFI im Wert von je CHF 169.– ging an: Alice Aeberhard, Münsingen BE; Hansjörg Allemann, Dulliken SO; Angela Heuser, Dübendorf ZH; Margrit Junker, Worb BE; Max Meister, Hinwil-Hadlikon ZH; Hedy Pasche, Muri BE; Paul Schmid, Suhr AG; Barbara Schmidiger, Baar ZG; Rosé-Marie Sigg, Thayngen SH.

INSERAT



Ernährungsmediziner und WeightCoach  
Dr. med. Joachim Schawalder

## «Stopf Dich voll und werde dünn!»

### Was ist WeightCoaching?

WeightCoaching ist nachhaltige Gewichtsreduktion unter ärztlicher Begleitung und Betreuung: «Der Weg ist das Ziel» (sagt Buddha).

Der sichere Erfolg zu Ihrem Wohlfühlgewicht: WeightCoaching ist ein einfaches und sicheres Konzept zur Gewichtsreduktion unter ärztlicher Betreuung, Begleitung und Überwachung. In erster Linie geht es dabei um eine individuelle Optimierung der Essgewohnheiten und des Essverhaltens.

### Die 7 Forderungen die Dr. Schawalder an sein WeightCoaching-Konzept stellt:

1. Messbarer und objektiver Erfolg.
2. Freude und Lust am richtigen Essen.
3. Einfachheit und Machbarkeit des Programms.
4. Integrierbarkeit ins Alltagsleben.
5. Ein zunehmendes, subjektives Wohlfühlgefühl.
6. Abnehmen muss Spass machen.
7. Nachhaltigkeit! Das ist das allerwichtigste

Basierend auf seiner langjährigen Erfahrung als Allgemeinmediziner und Ernährungsspezialist begleitet Dr. med. Joachim Schawalder erfolgreich seine Patientinnen und Patienten auf dem Weg zu einer nachhal-

tend richtigen Ernährung. Nebst des intensiven und persönlichen Coachings finden auch regelmässig verschiedene WeightCoaching-Anlässe wie Kochveranstaltungen und Intensivwochenenden statt.

### Kostenlose Informationsseminare:

jeden Montag von 17 - 18 Uhr in der Praxis an der Gartenstrasse 38 in Zürich. Bitte um telefonische Anmeldung, da die Platzzahl eingeschränkt ist.

**WeightCoaching**  
Dr. med.  
Joachim Schawalder  
Gartenstrasse 38  
8002 Zürich  
Tel. 043 311 08 18  
[www.weightcoaching.ch](http://www.weightcoaching.ch)

