

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 85 (2007)  
**Heft:** 3

## Inhaltsverzeichnis

### **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:** 15.03.2025

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

**THEMA | FRAUENFREUNDSCHAFTEN**

6 «Wir sind halt einfach gern zusammen»

**INTERVIEW | STEPHANIE GLASER**

26 «Wenn Hollywood ruft, packe ich die Koffer!»

**ZEITSPIEGEL**

- 13 Der Caritas-«Sozialalmanach»: Plädoyer für die Solidarität
- 14 Ein Blick auf die Mondfinsternis
- 16 125 Jahre Gotthardbahn
- 20 Pro Senectute wird 90-jährig

**DAFÜR UND DAGEGEN**

23 Wolf, Luchs und Bär in der Schweiz?

**GARTEN**

24 Grosse Ideen für kleine Gärten

**BILDREPORTAGE**

38 Wie die Schlosserei zur Kunst wird

**WISSEN**

42 Wie man die Angst vor Spinnen verliert

**KULTUR**

- 48 «Die Zauberflöte» von zwei Seiten
- 49 Ein Film über die kleine grosse Edith Piaf
- 50 Die Sängerin La Lupa wird sechzig
- 51 Berns Kunstmuseum führt nach China

**UNTERWEGS**

52 Como: Italianità am Rand der Alpen

**GESUNDHEIT**

56 Trockene Augen sind zum Weinen

**RATGEBER AHV**

- 60 Ende der freiwilligen AHV in EU und Efta
- 61 AHV-Rente bei Wohnsitz in Deutschland

**RATGEBER GELD**

63 Auszahlung von Pensionskassenguthaben

**BESSER LEBEN**

64 Die Wonnen in der eigenen Wanne

**BEGEGNUNG**

84 Erika Heuberger schrieb für Carl Zuckmayer

**ERNÄHRUNG**

86 Der Schabziger hat die rechte Würze

**PRO SENECTUTE**

- 70 Renata Martinoni vertritt das Tessin
- 72 Kantonale Pro-Senectute-Organisationen
- 76 PS SG: Beckenbodentraining für Männer

**RUBRIKEN**

- 3 Impressum, Editorial
- 32 Ihre Seiten
- 35 Schweizerischer Seniorenrat
- 51 Bestelltalon
- 66 Kleinanzeigen
- 78 Rätsel & Spiel
- 83 Glückstreffer
- 88 et cetera



**DER SCHIENENWEG IN DEN SÜDEN**

Im Mai 1882, nach einer schweren Bauzeit, fuhr die erste Eisenbahn durch den Gotthardtunnel. Ein ehemaliger Lokführer erzählt der Zeitlupe aus früheren Zeiten.

Seite 16



**SACHTES HERANTASTEN AN ACHT BEINE**

Angst vor Spinnen ist vielen Leuten ein vertrautes Gefühl. Ush Vollenwyder hat sie dank einem Kurs verloren – oder zumindest gelernt, damit umzugehen.

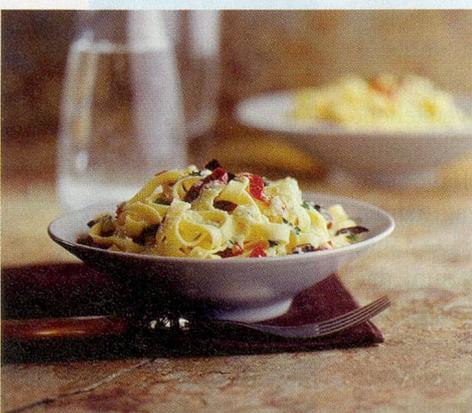
Seite 42



**ALPINER VORPOSTEN DES MITTELMEERS**

Como liegt gleich jenseits der Schweizer Grenze. Und vermittelt trotzdem einen Hauch vom Leben im Süden.

Seite 52



**DER WÜRZIGE AUS DEM GLARNERLAND**

Der Blaue Bockshornklee verleiht dem Schabziger seine unverwechselbare Würze – und damit auch den Schabzigernudeln mit Oliven und getrockneten Tomaten. Die einen lieben diesen Duft, für die anderen hat er fast zu viel der Kraft.

Seite 86

Titelbild: Gerry Ebner