

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 88 (2010)  
**Heft:** 5

## **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:** 05.05.2025

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

# Inhalt

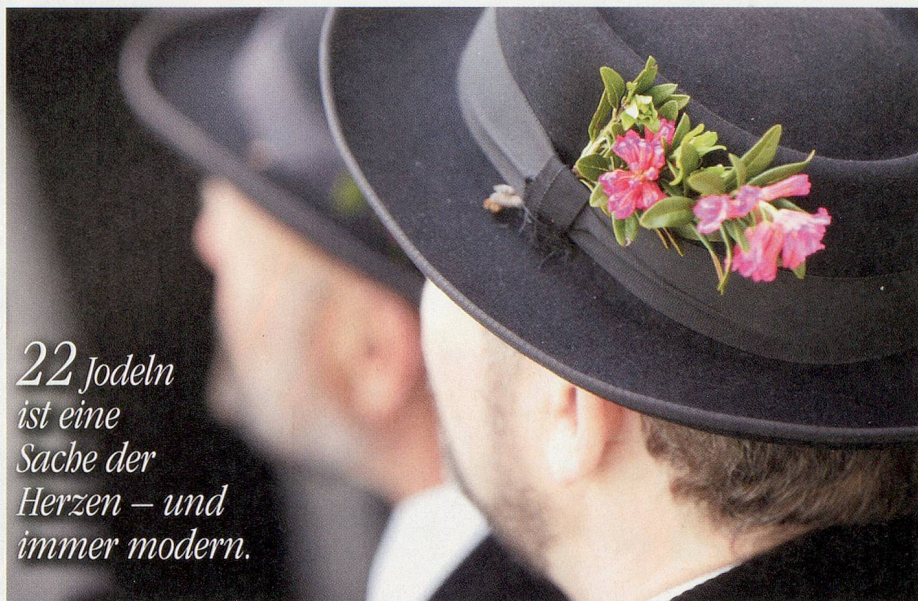
- 6 Begegnung**  
Guillermo Bleichner, ein bolivianischer Schweizer und musikalischer Samariter
- 11 Ratgeber «Wege zur Hilfe», Teil 2**  
«Und plötzlich braucht man Hilfe»
- 12 Thema**  
Sandwichgeneration: rundum gefordert
- 20 Pensionierung**  
Ehepaar Kläuslers Tanz ins neue Leben
- 22 100 Jahre Jodlerverband**  
«Jodeln ist eine Herzensangelegenheit»
- 26 AHV-Ratgeber**  
«Muss das Bankkonto erst leer sein?»
- 28 Interview**  
Modedesignerin Christa de Carouge:  
«Meine Kleider müssen bewohnt werden»
- 32 Generationen-Wettbewerb**  
Das schönste Eile-mit-Weile-Spiel
- 34 Bildreportage**  
Dorothee Meier kreiert Opernhüte
- 36 Jonglieren**  
Wie man Körper, Geist und Seele fit hält
- 40 Kultur**  
Film und Ausstellungen
- 42 Unterwegs**  
Wo sich die Geologie erwandern lässt
- 44 Ernährung**  
Leicht und wunderbar: die Forelle
- 50 Gesundheit**  
Harninkontinenz – zu Unrecht Tabuthema
- 58 Wissen**  
Die Bären kehren in die Alpen zurück
- 74 Liebesgeschichte**  
Christine und Heinz Binder lieben es musikalisch – mit Wiener Liedern

## Pro Senectute

- 65 Studie**  
Die Generationen können gemeinsam
- 66 Radioprojekt Seniorama**  
Von und für Seniorinnen und Senioren
- 68 Kantonale Pro-Senectute-Organisationen**
- 72 Fitnesszentrum in Basel**  
Der ganz besondere Kraftraum

## Rubriken

- 8 Et cetera**
- 18 Leserangebot zum Thema Hören**
- 46 Leserbrief und Rätsellösungen**
- 52 Leserangebot Doro-Handy**
- 54 Leserangebot K-tel-CDs**
- 56 Rätsel und Impressum**
- 61 Kleinanzeigen**



*22 Jodeln  
ist eine  
Sache der  
Herzen – und  
immer modern.*



*44 Forellen sind  
sowohl in kühlen  
Bächen als auf  
heissen Tellern  
immer  
gern gesehen.*



*58 Bären gehören  
seit Jahrhunderten  
in den Alpenraum.  
Jetzt erhalten sie  
ihren Platz zurück.*



*12 Wenn man sowohl für  
die eigenen Kinder als auch für die  
eigenen Eltern verantwortlich ist.*