

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 89 (2011)
Heft: 1-2

Rubrik: Et cetera

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: 06.07.2025

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



Muba bringt Schwung ins Alter

Vom 4. bis 13. Februar steigt in Basel die Muba 2011. Unter dem Motto «Älter werden – aktiv bleiben» gibt es im Halbstundentakt Sonderpräsentationen mit viel Information, Unterhaltung und Musik – auch wieder die beliebten Modeschauen für Seniorinnen und Senioren. Die Cafeteria wird zum Treffpunkt der Generationen. Wie beschäftige ich mich im Alter? Mit wem werde ich älter? Wie bewege ich mich? Wie ernähre ich mich im Alter? Die Aussteller versuchen darauf Antworten zu geben. Auch die Zeitlupe ist in Basel dabei (Halle 2.1, Stand B 41).

Kultur für alle

Menschen mit Hör-, Mobilitäts- oder Sehbehinderung überlegen oft dreimal, ehe sie sich an einen Anlass wagen. Die Internet-Plattform www.zugangsmonitor.ch informiert nun rasch darüber, wie gut kulturelle Veranstaltungsorte zugänglich sind. Auch älteren Menschen wird die Website von Nutzen sein. Weil das von Procap (früher Schweizerischer Invaliden-Verband) konzipierte und von vielen Behindertenorganisationen unterstützte Projekt noch im Aufbau ist, sind die Initianten froh um Mithilfe, damit möglichst viele Veranstaltungsorte aufgenommen werden können. Informationen bei Procap, Frobürgstrasse 4, Postfach, 4601 Olten, Tel. 062 206 88 88, Mail info@zugangsmonitor.ch



Bild: Anne Bürgisser

Wie wollen wir im Alter wohnen?

Sind Heime noch zeitgemäss? Betagte, pflegebedürftige und behinderte Menschen, aber auch Kinder und Jugendliche leben oft isoliert unter sich. Dänemark hat schon 1987 einen Baustopp für Pflegeheime verhängt und die Privatisierung des Pflegemarktes eingeleitet. Bestehende Pflegeinstitutionen wurden in Gesundheitszentren mit Privatwohnungen und Pflegewohnungen umgebaut. Parallel dazu wurde ein kommunales Beratungsangebot mit präventiven Hausbesuchen eingeführt. Diese Entwicklung ist auch in der Schweiz im Gange, zumal 80 Prozent der Bevölkerung laut Umfragen nie in einem Heim leben möchten. Der Trend geht denn auch in Richtung Mehrgenerationenhäuser. In einer modernen und sozialen Gesellschaft sind also Wohnformen gefragt, in denen sich Junge, Alte, Gesunde, Behinderte und Pflegebedürftige durchmischen.

Um Modelle und Ideen zu diskutieren, lädt der Schweizer Berufsverband Fachperson Betreuung am 4. Februar 2011 zu einer Fachtagung ins KKL nach Luzern ein. Am Morgen nimmt ein Dutzend Experten Stellung, am Nachmittag geht es darum, in verschiedenen Workshops Lösungsansätze zu finden. Offiziell ist die Anmeldefrist bereits abgelaufen, Zeitlupe-Lesende können sich jedoch noch anmelden! Kosten für die Tagung: CHF 290.–, inkl. Zwischenverpflegung und Mittagessen (ohne Getränke). Weitere Informationen, das Tagesprogramm und ein Anmeldeformular finden sich auf www.fachperson-betreuung.ch. Organisation und Auskünfte: Ingrid Spiess, Püntenstrasse 7a, 8143 Stallikon, Telefon 044 700 11 67, ingrid.spiess@bluewin.ch

Wie man autonom bleiben kann

Die Stiftung Alterswohnungen der Stadt Zürich, die in ihren Liegenschaften über 2500 Mieterinnen und Mietern ein selbstbestimmtes Leben ermöglicht, stellt in ihrem neuen Buch «Leben, wie ich will» ihr gesamtes Erfahrungswissen zur Verfügung – interessant sowohl für Laien als auch für Fachleute. Einfühlsame Porträts mit berührenden Fotos zeigen, wie der Alltag in der eigenen Wohnung gemeistert werden kann. «Leben, wie ich will – Autonomes Wohnen im Alter» ist im Buchhandel erhältlich. 200 Seiten, 135 Fotos, CHF 36.–.



Vereint gegen Trockenheit und Falten



Im Winter lechzt jede Haut nach Feuchtigkeit. Auch die reifere, die an sich meist trocken ist, wodurch sich Fältchen und Falten noch mehr abzeichnen. Eine neue Spezialpflege der Dermo-kosmetik-Marke Eucerin schafft Abhilfe bei trockener bis sehr trockener Haut und glättet gleichzeitig Falten. Zwei bewährte Substanzen –

Urea (Harnstoff) und Hyaluronsäure – wurden dafür erstmals in einer Gesichtsscreme vereint, welche die Haut praller erscheinen lässt und Spannungs-gefühle mindert. Eucerin Hyal-Urea-Anti-Falten-Creme gibt es als Tages- oder als Nachtpflege. Erhältlich in Apotheken für je CHF 38.90 (Preisempfehlung).

Vom Erben und Vererben

Das Erbrecht hat seine Stolpersteine. Wie Sie zu Lebzeiten klare und faire Verhältnisse schaffen oder was Sie als Erbe wissen



sollten, wird im vollständig neu erarbeiteten Beobachter-Ratgeber «Testament, Erbschaft» ausführlich erklärt. Wie berechnen sich die Erbteile? Wie hoch ist der Pflichtteil? Wann ist eine Enterbung gerechtfertigt? Wie

lassen sich Erbschaftssteuern sparen? Was tun, wenn Schulden da sind? Wie lässt sich die Ehefrau oder der Lebenspartner optimal begünstigen? Ist das Testament korrekt verfasst? Der Band ist im Buchhandel erhältlich oder kann bestellt werden bei Beobachter-Buchverlag, Förrlibuckstr. 70, 8021 Zürich, 043 444 53 07. Online-Shop: www.beobachter.ch

Benno Studer: «Testament, Erbschaft», Beobachter-Ratgeber, 280 Seiten, broschiert, CHF 38.–.

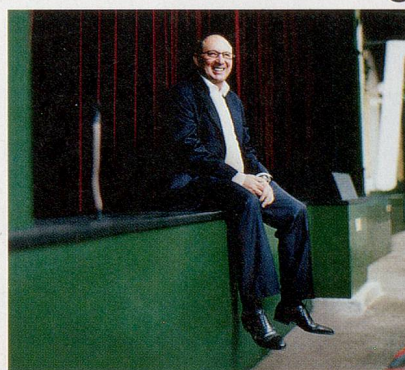


Im Buch durch die Lüfte

Spielen auch Sie immer wieder mit dem Gedanken, einmal eine Ballonfahrt zu machen? Der neue Mondo-Bildband «Ballonreisen – vom Genfersee ins Emmental» könnte Ihrem Wunsch neuen Auftrieb geben. Von Château-d'Oex aus, der Hauptstadt des Heissluftballons im alpinen Raum, haben der Zürcher Pilot Adrian Kriesi, der Fotograf Markus Aebischer und die Journalistin Erika Schumacher einige der schönsten Regionen der Schweiz überflogen. Das Vorwort geschrieben hat der Weltrekordhalter Bertrand Piccard. 1999 flog er mit einem Ballon in 19 Tagen, 21 Stunden und 47 Minuten um die Welt.

Der Bildband kann direkt bestellt werden bei Mondo-Verlag AG, Postfach 720, 1800 Vevey oder unter www.mondo.ch zum Preis von CHF 34.90 + 240 Punkte. Im Buchhandel kostet er CHF 59.–. Format 35 x 22,5 cm, 96 Seiten, 200 Bilder.

«Beni National» ganz privat



Seit vierzig Jahren ist Bernard Thurnheer in den Medien allgegenwärtig. Der All-rounder beim Schweizer Fernsehen gibt für einmal sehr persönliche Einblicke in sein Leben. Auf der neuen Hör-CD «Bernard Thurnheer erzählt» schaut er zurück auf seine Kindheit und Jugend, auf Studentenzeit und Vaterrolle, er spricht über Glück, Weisheit und das Älterwerden und erwähnt auch die Schattenseiten seines Lebens in der Öffentlichkeit. In der «Edition erlebt &

erinnert» erschienen ist auch je eine CD von Bertrand Piccard und Trudi Gerster. Sie sind im Buchhandel erhältlich oder können im Internet unter folgender Adresse bestellt werden: www.swissandfamousverlag.ch – dort gibt es auch Musterli zum Anhören.

«Bernard Thurnheer erzählt», 68 Minuten, Schweizerdeutsch, CHF 28.90.

«Bertrand Piccard erzählt», 59 Minuten, Deutsch, CHF 28.90.

«Trudi Gerster», 45 Minuten, Schweizerdeutsch, CHF 28.90.



Blühende Farbtherapie

Zur Winterszeit erfreuen sich Aug und Seele ganz besonders an bunten Farben – eine Orchideenausstellung wird beispielsweise zum Aufsteller. Vom 17. bis zum 20. Februar zeigt die Stadtgärtnerei Bern in der Elfenau eine grosse Vielfalt dieser edlen Gewächse. Gestaltet wird das Farbenfest von den Regionalvereinen der Schweizerischen Orchideengesellschaft, verstärkt durch zahlreiche Züchterinnen und Züchter aus dem In- und Ausland. Die besondere Neuheit: Ikebana mit Orchideen!

Show, Verkauf, Gastronomie: Stadtgärtnerei, Elfenauweg 94, 3006 Bern.

Inserat

Das Beste für Ihr Gehör.

Wie beraten Sie jederzeit gerne – unverbindlich und kostenlos.

Unsere Leistungen im Überblick:

- Gratis Hörtest
- Persönliche Beratung rund um Ihr Gehör
- Kostenloses Probetragen
- Service und Reparatur aller Hörgeräte-Marken

Gratis-Nummer:
0800 800 881
www.amplifon.ch

 **amplifon**
Immer in Ihrer Hörweite.



Kleines Land, grosse Helden

Erinnern Sie sich noch? Gian Simmen, Karl Molitor, Russi, «Maite», Bibi Torriani, Fritz Tschannen, Albert Giger, Denise Biellmann ... Aber auch unsere jüngsten Helden und Heldinnen (von Carlo Janka bis Simon Ammann) kommen im neuen Buch «Schweizer Wintersporthelden» zu Ehren. Es wurde Zeit, ihnen endlich ein Denkmal zu setzen. Und wer hätte dies besser tun können als Sepp Renggli, die grosse Sportreporterlegende. Zusammen mit seinem Sohn Thomas legt er ein reich bebildertes Buch mit spannenden Texten vor – ein wahres Wintermärchen! Vorwort: Karl Erb – wer denn sonst! «Wintersporthelden – Von den Anfängen bis heute», 185 Seiten, 120 Bilder, Faro Verlag, CHF 34.90.



Kreieren Sie Ihre eigene Schokolade!



Ist heute ein trüber Tag? Dann machen Sie doch einen Ausflug nach www.MySwissChocolate.ch. Dort können Sie als Chocolatier tätig werden und Ihre individuelle Schoggi zusammenstellen. Sie wählen als Basis weisse, zart-bittere oder Vollmilchschokolade,

und dann kann es losgehen. Sie wählen bis zu vier Zutaten aus unendlich vielen verschiedenen Möglichkeiten: Nüsse, Früchte, Körner, Gewürze ... Auch das Dekor wählen Sie selbst aus – ein Foto der Liebsten gefällig? – und sogar die Verpackung. Alles per Mausclick. Stets ist der Preis Ihrer Kreation eingblendet. Und in drei, bis vier Tagen liegt die Schokolade dann bei Ihnen im Briefkasten.