

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 91 (2013)
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: 02.02.2025

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

Inhalt

- 6 Begegnung**
Julia Angehrn ist die Schlossherrin von Schloss Hagenwil
- 10 Bed & Breakfast**
Fremde Gäste bei sich zu Hause empfangen
- 18 Kräuter, Käse und Kultur**
Vier Tage mit der Zeittlupe ins schöne Appenzellerland
- 22 Zeittlupe-Plattform im Internet**
Regel Austausch auf www.zeitlupe.ch
- 24 Neue Grossmütter**
GrossmütterRevolution heisst ein vom Migros-Kulturprozent lanciertes Projekt
- 26 Spitzmaus**
Der Winzling mit dem grossen Appetit
- 28 Interview**
Udo Jürgens: «Das Schicksal wird den Klavierdeckel schliessen – nicht ich»
- 36 Unterwegs**
Ein Ausflug nach Genf ist wie eine Ferienreise
- 40 Kultur**
Beethoven-Gala in der Zürcher Tonhalle
- 41 Das Gotthelf-Zentrum in Lützelflüh**
- 42 Gesundheit**
Krampfadern vorbeugen und heilen
- 46 Ratgeber AHV**
Ergänzungsleistungen für pflegende Familienangehörige
- 54 Ernährung**
Tofu, der vielfältige Eiweiss-Lieferant
- 66 Meine Passion**
Kängurus sind Doris Herrmanns Schicksal

Pro Senectute

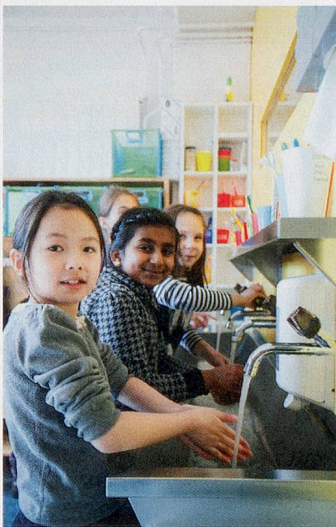
- 57 Pro Senectute Schweiz**
Ältere Migrantinnen und Migranten in der Schweiz
- 58 Pro Senectute Graubünden**
Filmnachmittage im Kino Rätia in Thusis
- 60 Kantonale Pro-Senectute-Organisationen**
- 64 Pro Senectute Kanton St. Gallen**
Das Projekt «Seniorinnen und Senioren in Schule, Kindergarten und Betreuung» bringt die Generationen zusammen

Rubriken

- 8 Et cetera**
- 34 Ihre Seiten**
- 44 Rätsel/Impressum**
- 48 Kleinanzeigen**
- 53 Leserangebot: Rock'n'Roll, Jazz und James Last in attraktiven CD-Boxen**



18 *Alpaufzug, Hackbrett und Käse – kommen Sie mit auf die Leserreise der Zeittlupe ins Appenzellerland.*



64 *Generationen begegnen sich über Mittag im «Rägäböga» gleich neben dem Schulhaus Engelwies in St. Gallen.*

54 *Es muss nicht immer Fleisch sein. Tofu bietet eine vielseitige und schlanke Alternative für den täglichen Eiweissbedarf.*



26 *Die Nase im Wind und immer unterwegs – die Spitzmaus sucht ständig nach Nahrung.*