

Zeitschrift: Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich
Band: - (2003)
Heft: 4

Vorwort: Editorial
Autor: Keiser-Okle, Christine

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: 29.03.2025

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

Liebe Leserin, lieber Leser

«Sie ist unser ein und alles», sagen Kurt und Lina Heusser über die Katze Chuchu, die mit ihnen die Alterswohnung teilt. Auch wenn es ihm nicht gut gehe, versorge er die Katze regelmässig. Die Verantwortung für das Tier zu haben, tue ihm gut. Seine Frau, die an Parkinson leidet und im Rollstuhl sitzt, merkt sofort, wenn mit Chuchu etwas nicht stimmt. Dass Haustiere eine positive Wirkung auf die see-

lische und körperliche Verfassung von Menschen haben, hat der Zürcher Professor Dennis G. Turner wissenschaftlich nachgewiesen. Im Interview mit «visit» erklärt er, wie ein Haustier gerade älteren Menschen helfen kann, Einsamkeit und Isolationsgefühle zu verringern.

Selbständig bleiben, das wollen alle älteren Menschen. In der eigenen Wohnung, auf eigenen finanziellen Beinen wollen sie ihr Leben so einrichten, wie es ihren Bedürfnissen entspricht. Neu gibt es eine Methode, wie Selbständigkeit trainiert werden kann. SIMA (Selbständig IM Alter) heisst das Programm, das Pro Senectute im Kanton Zürich anbietet und das Gedächtnis und Bewegungsfähigkeit erhalten hilft. Und, ein nicht zu vernachlässigbarer Nebeneffekt: Wer das Training besucht, macht auch einen Schritt auf andere Menschen zu, ist Teil einer Gemeinschaft, knüpft Beziehungen, die vielleicht über den letzten Kurstag hinaus halten.

Lebensqualität heisst für Menschen jeden Alters, nicht alleine zu sein, jemanden zu haben, der für sie da ist, der sich um sie kümmert oder für den sie sorgen können. Wie körperliche und geistige Fitness kann man sich auch ein Beziehungsnetz zulegen. Die Kursangebote von Pro Senectute Kanton Zürich haben deshalb auch immer den Nebeneffekt, neben dem eigentlichen Kursinhalt auch neue Kontakte zu Gleichgesinnten zu vermitteln. Wir freuen uns, wenn Sie im neuen Jahr die Gelegenheit benützen, in Ihre Lebensqualität und in Ihr Beziehungsnetz zu investieren.

Selbständig bleiben, das wollen alle älteren Menschen. In der eigenen Wohnung, auf eigenen finanziellen Beinen wollen sie ihr Leben so einrichten, wie es ihren Bedürfnissen entspricht. Neu gibt es eine Methode, wie Selbständigkeit trainiert werden kann. SIMA (Selbständig IM Alter) heisst das Programm, das Pro Senectute im Kanton Zürich anbietet und das Gedächtnis und Bewegungsfähigkeit erhalten hilft. Und, ein nicht zu vernachlässigbarer Nebeneffekt: Wer das Training besucht, macht auch einen Schritt auf andere Menschen zu, ist Teil einer Gemeinschaft, knüpft Beziehungen, die vielleicht über den letzten Kurstag hinaus halten.

Lebensqualität heisst für Menschen jeden Alters, nicht alleine zu sein, jemanden zu haben, der für sie da ist, der sich um sie kümmert oder für den sie sorgen können. Wie körperliche und geistige Fitness kann man sich auch ein Beziehungsnetz zulegen. Die Kursangebote von Pro Senectute Kanton Zürich haben deshalb auch immer den Nebeneffekt, neben dem eigentlichen Kursinhalt auch neue Kontakte zu Gleichgesinnten zu vermitteln. Wir freuen uns, wenn Sie im neuen Jahr die Gelegenheit benützen, in Ihre Lebensqualität und in Ihr Beziehungsnetz zu investieren.

Selbständig bleiben, das wollen alle älteren Menschen. In der eigenen Wohnung, auf eigenen finanziellen Beinen wollen sie ihr Leben so einrichten, wie es ihren Bedürfnissen entspricht. Neu gibt es eine Methode, wie Selbständigkeit trainiert werden kann. SIMA (Selbständig IM Alter) heisst das Programm, das Pro Senectute im Kanton Zürich anbietet und das Gedächtnis und Bewegungsfähigkeit erhalten hilft. Und, ein nicht zu vernachlässigbarer Nebeneffekt: Wer das Training besucht, macht auch einen Schritt auf andere Menschen zu, ist Teil einer Gemeinschaft, knüpft Beziehungen, die vielleicht über den letzten Kurstag hinaus halten.

Lebensqualität heisst für Menschen jeden Alters, nicht alleine zu sein, jemanden zu haben, der für sie da ist, der sich um sie kümmert oder für den sie sorgen können. Wie körperliche und geistige Fitness kann man sich auch ein Beziehungsnetz zulegen. Die Kursangebote von Pro Senectute Kanton Zürich haben deshalb auch immer den Nebeneffekt, neben dem eigentlichen Kursinhalt auch neue Kontakte zu Gleichgesinnten zu vermitteln. Wir freuen uns, wenn Sie im neuen Jahr die Gelegenheit benützen, in Ihre Lebensqualität und in Ihr Beziehungsnetz zu investieren.

Selbständig bleiben, das wollen alle älteren Menschen. In der eigenen Wohnung, auf eigenen finanziellen Beinen wollen sie ihr Leben so einrichten, wie es ihren Bedürfnissen entspricht. Neu gibt es eine Methode, wie Selbständigkeit trainiert werden kann. SIMA (Selbständig IM Alter) heisst das Programm, das Pro Senectute im Kanton Zürich anbietet und das Gedächtnis und Bewegungsfähigkeit erhalten hilft. Und, ein nicht zu vernachlässigbarer Nebeneffekt: Wer das Training besucht, macht auch einen Schritt auf andere Menschen zu, ist Teil einer Gemeinschaft, knüpft Beziehungen, die vielleicht über den letzten Kurstag hinaus halten.

Lebensqualität heisst für Menschen jeden Alters, nicht alleine zu sein, jemanden zu haben, der für sie da ist, der sich um sie kümmert oder für den sie sorgen können. Wie körperliche und geistige Fitness kann man sich auch ein Beziehungsnetz zulegen. Die Kursangebote von Pro Senectute Kanton Zürich haben deshalb auch immer den Nebeneffekt, neben dem eigentlichen Kursinhalt auch neue Kontakte zu Gleichgesinnten zu vermitteln. Wir freuen uns, wenn Sie im neuen Jahr die Gelegenheit benützen, in Ihre Lebensqualität und in Ihr Beziehungsnetz zu investieren.

Selbständig bleiben, das wollen alle älteren Menschen. In der eigenen Wohnung, auf eigenen finanziellen Beinen wollen sie ihr Leben so einrichten, wie es ihren Bedürfnissen entspricht. Neu gibt es eine Methode, wie Selbständigkeit trainiert werden kann. SIMA (Selbständig IM Alter) heisst das Programm, das Pro Senectute im Kanton Zürich anbietet und das Gedächtnis und Bewegungsfähigkeit erhalten hilft. Und, ein nicht zu vernachlässigbarer Nebeneffekt: Wer das Training besucht, macht auch einen Schritt auf andere Menschen zu, ist Teil einer Gemeinschaft, knüpft Beziehungen, die vielleicht über den letzten Kurstag hinaus halten.

Lebensqualität heisst für Menschen jeden Alters, nicht alleine zu sein, jemanden zu haben, der für sie da ist, der sich um sie kümmert oder für den sie sorgen können. Wie körperliche und geistige Fitness kann man sich auch ein Beziehungsnetz zulegen. Die Kursangebote von Pro Senectute Kanton Zürich haben deshalb auch immer den Nebeneffekt, neben dem eigentlichen Kursinhalt auch neue Kontakte zu Gleichgesinnten zu vermitteln. Wir freuen uns, wenn Sie im neuen Jahr die Gelegenheit benützen, in Ihre Lebensqualität und in Ihr Beziehungsnetz zu investieren.

Selbständig bleiben, das wollen alle älteren Menschen. In der eigenen Wohnung, auf eigenen finanziellen Beinen wollen sie ihr Leben so einrichten, wie es ihren Bedürfnissen entspricht. Neu gibt es eine Methode, wie Selbständigkeit trainiert werden kann. SIMA (Selbständig IM Alter) heisst das Programm, das Pro Senectute im Kanton Zürich anbietet und das Gedächtnis und Bewegungsfähigkeit erhalten hilft. Und, ein nicht zu vernachlässigbarer Nebeneffekt: Wer das Training besucht, macht auch einen Schritt auf andere Menschen zu, ist Teil einer Gemeinschaft, knüpft Beziehungen, die vielleicht über den letzten Kurstag hinaus halten.

Lebensqualität heisst für Menschen jeden Alters, nicht alleine zu sein, jemanden zu haben, der für sie da ist, der sich um sie kümmert oder für den sie sorgen können. Wie körperliche und geistige Fitness kann man sich auch ein Beziehungsnetz zulegen. Die Kursangebote von Pro Senectute Kanton Zürich haben deshalb auch immer den Nebeneffekt, neben dem eigentlichen Kursinhalt auch neue Kontakte zu Gleichgesinnten zu vermitteln. Wir freuen uns, wenn Sie im neuen Jahr die Gelegenheit benützen, in Ihre Lebensqualität und in Ihr Beziehungsnetz zu investieren.

Selbständig bleiben, das wollen alle älteren Menschen. In der eigenen Wohnung, auf eigenen finanziellen Beinen wollen sie ihr Leben so einrichten, wie es ihren Bedürfnissen entspricht. Neu gibt es eine Methode, wie Selbständigkeit trainiert werden kann. SIMA (Selbständig IM Alter) heisst das Programm, das Pro Senectute im Kanton Zürich anbietet und das Gedächtnis und Bewegungsfähigkeit erhalten hilft. Und, ein nicht zu vernachlässigbarer Nebeneffekt: Wer das Training besucht, macht auch einen Schritt auf andere Menschen zu, ist Teil einer Gemeinschaft, knüpft Beziehungen, die vielleicht über den letzten Kurstag hinaus halten.

Lebensqualität heisst für Menschen jeden Alters, nicht alleine zu sein, jemanden zu haben, der für sie da ist, der sich um sie kümmert oder für den sie sorgen können. Wie körperliche und geistige Fitness kann man sich auch ein Beziehungsnetz zulegen. Die Kursangebote von Pro Senectute Kanton Zürich haben deshalb auch immer den Nebeneffekt, neben dem eigentlichen Kursinhalt auch neue Kontakte zu Gleichgesinnten zu vermitteln. Wir freuen uns, wenn Sie im neuen Jahr die Gelegenheit benützen, in Ihre Lebensqualität und in Ihr Beziehungsnetz zu investieren.

Selbständig bleiben, das wollen alle älteren Menschen. In der eigenen Wohnung, auf eigenen finanziellen Beinen wollen sie ihr Leben so einrichten, wie es ihren Bedürfnissen entspricht. Neu gibt es eine Methode, wie Selbständigkeit trainiert werden kann. SIMA (Selbständig IM Alter) heisst das Programm, das Pro Senectute im Kanton Zürich anbietet und das Gedächtnis und Bewegungsfähigkeit erhalten hilft. Und, ein nicht zu vernachlässigbarer Nebeneffekt: Wer das Training besucht, macht auch einen Schritt auf andere Menschen zu, ist Teil einer Gemeinschaft, knüpft Beziehungen, die vielleicht über den letzten Kurstag hinaus halten.

Lebensqualität heisst für Menschen jeden Alters, nicht alleine zu sein, jemanden zu haben, der für sie da ist, der sich um sie kümmert oder für den sie sorgen können. Wie körperliche und geistige Fitness kann man sich auch ein Beziehungsnetz zulegen. Die Kursangebote von Pro Senectute Kanton Zürich haben deshalb auch immer den Nebeneffekt, neben dem eigentlichen Kursinhalt auch neue Kontakte zu Gleichgesinnten zu vermitteln. Wir freuen uns, wenn Sie im neuen Jahr die Gelegenheit benützen, in Ihre Lebensqualität und in Ihr Beziehungsnetz zu investieren.

Selbständig bleiben, das wollen alle älteren Menschen. In der eigenen Wohnung, auf eigenen finanziellen Beinen wollen sie ihr Leben so einrichten, wie es ihren Bedürfnissen entspricht. Neu gibt es eine Methode, wie Selbständigkeit trainiert werden kann. SIMA (Selbständig IM Alter) heisst das Programm, das Pro Senectute im Kanton Zürich anbietet und das Gedächtnis und Bewegungsfähigkeit erhalten hilft. Und, ein nicht zu vernachlässigbarer Nebeneffekt: Wer das Training besucht, macht auch einen Schritt auf andere Menschen zu, ist Teil einer Gemeinschaft, knüpft Beziehungen, die vielleicht über den letzten Kurstag hinaus halten.

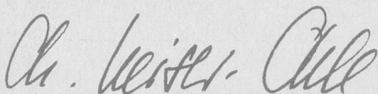
Lebensqualität heisst für Menschen jeden Alters, nicht alleine zu sein, jemanden zu haben, der für sie da ist, der sich um sie kümmert oder für den sie sorgen können. Wie körperliche und geistige Fitness kann man sich auch ein Beziehungsnetz zulegen. Die Kursangebote von Pro Senectute Kanton Zürich haben deshalb auch immer den Nebeneffekt, neben dem eigentlichen Kursinhalt auch neue Kontakte zu Gleichgesinnten zu vermitteln. Wir freuen uns, wenn Sie im neuen Jahr die Gelegenheit benützen, in Ihre Lebensqualität und in Ihr Beziehungsnetz zu investieren.

Selbständig bleiben, das wollen alle älteren Menschen. In der eigenen Wohnung, auf eigenen finanziellen Beinen wollen sie ihr Leben so einrichten, wie es ihren Bedürfnissen entspricht. Neu gibt es eine Methode, wie Selbständigkeit trainiert werden kann. SIMA (Selbständig IM Alter) heisst das Programm, das Pro Senectute im Kanton Zürich anbietet und das Gedächtnis und Bewegungsfähigkeit erhalten hilft. Und, ein nicht zu vernachlässigbarer Nebeneffekt: Wer das Training besucht, macht auch einen Schritt auf andere Menschen zu, ist Teil einer Gemeinschaft, knüpft Beziehungen, die vielleicht über den letzten Kurstag hinaus halten.

Lebensqualität heisst für Menschen jeden Alters, nicht alleine zu sein, jemanden zu haben, der für sie da ist, der sich um sie kümmert oder für den sie sorgen können. Wie körperliche und geistige Fitness kann man sich auch ein Beziehungsnetz zulegen. Die Kursangebote von Pro Senectute Kanton Zürich haben deshalb auch immer den Nebeneffekt, neben dem eigentlichen Kursinhalt auch neue Kontakte zu Gleichgesinnten zu vermitteln. Wir freuen uns, wenn Sie im neuen Jahr die Gelegenheit benützen, in Ihre Lebensqualität und in Ihr Beziehungsnetz zu investieren.

Selbständig bleiben, das wollen alle älteren Menschen. In der eigenen Wohnung, auf eigenen finanziellen Beinen wollen sie ihr Leben so einrichten, wie es ihren Bedürfnissen entspricht. Neu gibt es eine Methode, wie Selbständigkeit trainiert werden kann. SIMA (Selbständig IM Alter) heisst das Programm, das Pro Senectute im Kanton Zürich anbietet und das Gedächtnis und Bewegungsfähigkeit erhalten hilft. Und, ein nicht zu vernachlässigbarer Nebeneffekt: Wer das Training besucht, macht auch einen Schritt auf andere Menschen zu, ist Teil einer Gemeinschaft, knüpft Beziehungen, die vielleicht über den letzten Kurstag hinaus halten.

Mit vorweihnachtlichen Grüssen



Christine Keiser-Okle

Geschäftsleiterin Pro Senectute Kanton Zürich

Pro Senectute Kanton Zürich: Über uns	
Kochen mit Alice Vollenweider	4
Neue Technologien im Alter nutzen	7

Fokus ALTER

Senior/innen im Klassenzimmer	12
Foxtrott und Walzer im Stadtsaal	13

Präsidial

Sterben im heissen Sommer	15
---------------------------	----

Wir sind für Sie da

Pro Senectute Wetzikon stellt sich vor	16
----------------------------------------	----

Thema

Mensch und Tier	18
-----------------	----

Wissenswert

Wenn Angehörige dement werden	22
An die nächste Steuereklärung denken	24

Pro Senectute Kanton Zürich – aktiv

Selbständig im Alter	25
Kurs- und Ferienangebote 2003/2004	28
Leser/innen-Angebot:	
Gratis ins Opernhaus	32

Persönlich

Ernst Scheidegger:	
Fotograf, Verleger, Maler	38

Gesundheit

Grauer Star: durch den Schleier sehen	43
Aktuelles zur Kniearthrose	45

Service

Rätsel	49
Kleinanzeigen	50
Impressum	50

Titelbild «3 Generationen»

von Susanne Städler