

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 66 (1988)  
**Heft:** 1

## Werbung

### 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

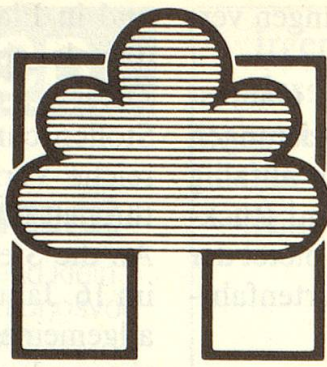
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### 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:** 02.04.2025

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



**AKTIVES  
ALTER**

# 5. Schweizerische Senioren-Messe

6.-10. April 1988, 9-18 Uhr

## Züspa-Gelände Zürich

Beim Hallenstadion: Halle 7, 8  
Grosses Rahmenprogramm  
im Stadthof 11

**E**s ist wieder soweit: Die 5. Senioren-Messe öffnet ihre Tore. Ein buntes, vielfältiges Angebot steht auf dem Messe-Programm. Ganz dem Motto «Gesund und natürlich» verpflichtet. Lassen Sie sich von den Möglichkeiten des Rahmenprogramms inspirieren und begeistern: Vom gemeinsamen Singen, Tanzen, Lachen, Bewegen. Von Informationen und Tips. Vom Sich-Treffen und -Kennenlernen. Denn Alter ist keine Frage der Jahre.

Aktives Alter:

### **Eröffnungsfest.**

Mittwoch, 6. April 1988.  
Punkt 10 Uhr geht's los. Mit einem Fest als Startschuss.

### **Komm, mach mit.**

Schaukochen, Turnen für alle, offenes Singen, Informationen... und die Zeit verfliegt.

### **Gesund sein, gesund bleiben.**

Vorbeugen ist besser als heilen. Präventivmediziner referieren über die neuesten Erkenntnisse. Und beantworten alle Fragen.

### **Medizinische Tests.**

Lassen Sie Ihren Blutdruck, Blutzucker überprüfen. Darmkrebstest... und für jede Frau: Brustvorsorgeuntersuchung. Selbstverständlich alles kostenlos.

### **Gutscheinheft.**

Gratis für jeden Messebesucher. Mit Überraschungs-Bons für Geschenke und Rabatte.

### **Die Natur im Kochtopf.**

Richtige, biologisch gesunde Ernährung im Alter ist keine Hexerei. Aber lebenswichtig. Ernährungsberaterinnen wissen, wovon sie reden. Hören Sie ihnen zu.

### **Ferien- und Reisetips.**

Auch «Reisläufer» unserer Zeit kommen auf ihre Kosten: Informieren Sie sich über interessante Ferenziele in nah und fern und geniessen Sie die Qual der Wahl.

### **Gute Laune mit Musik.**

Sonntag, 10. April 1988, 11-12 Uhr: Frühschoppenkonzert der Kavalleriemusik Zürich und Umgebung.

### **Eintritt**

Tageskarte Fr. 6.-  
(AHV-Bezüger Fr. 4.-)  
Dauerkarte Fr. 10.-

Für Gruppen ab  
12 Personen Fr. 4.-

Die Eintrittskarte berechtigt zur Teilnahme an allen Veranstaltungen.

Organisation:  
Mediag Messe-Dienst AG  
Postfach 757  
8037 Zürich  
Telefon 01/362 23 00  
oder 01/312 09 84



# Naturreisen 1988

**Texel/Holland-Lüneburger Heide**  
Vogelpark Walsrode  
29. Mai-4. Juni 1988 7 Tage HP Fr. 649.-

**Camargue/Südfrankreich**  
17.-20. März 1988 4 Tage HP Fr. 499.-

**Vogelpark Walsrode/Norddeutschland**  
22.-24. April 1988 2½ Tage HP Fr. 195.-

**Ostern in Assisi und Rom**  
mit Vatikan- und Rom-Reiseleitung  
31. März-4. April 1988 4½ Tage Fr. 449.-

**Vereidigung der Schweizergarde in Rom**  
mit Vatikan- und Rom-Reiseleitung  
3.-8. Mai 1988 6 Tage Fr. 558.-

**Athen/Griechenland**  
12 Tage HP inkl. Ausflüge  
5.-16. März Fr. 859.-/9.-20. April Fr. 889.-

**Südtirol**  
mit Weindegustationen  
8.-11. Sept. 1988 4 Tage HP Fr. 279.-

**Tirol/Österreich**  
29. Sept.-2. Okt. 1988 4 Tage HP Fr. 279.-

Verschiedene Wein-Spezialreisen, geführt durch Weinfachmann.  
WIR 30%.

Verlangen Sie die Reiseprogramme bei:

**Vogelsang Willi, Natur- und Spezialreisen, 5415 Nussbaumen**  
Tel. 056/82 58 48 oder 056/26 01 19

**Atem- und Bewegungsschule** Alice Portner, dipl. Atempädagogin

## Gesundheit Lebenskraft



durch rhythmisch-therapeutische Übungen:  
- Kräftigung der inneren und äusseren Muskulatur  
- Pflege der Statik (Wirbelsäule, Gelenke)  
- Verbesserung der Herz- und Lungentätigkeit und des vegetativen Nervensystems  
- Verhinderung von Fehlatmung (Asthma, Emphysem)  
- Förderung des Kreislaufs und Stoffwechsels zur Prophylaxe und Heilung bei Arthrose und Rheuma  
Kurstätigkeit in kleinen Gruppen aller Altersstufen beider Geschlechter.

... und dazu Ferienfreuden in anerkannt angenehmer Ambiance

### im Parkhotel Gunten am Thunersee

23.-30. April / 30. April-7. Mai  
24. September-1. Oktober / 1.-8. Oktober  
Preis pro Woche (Vollpension) ab Fr. 610.-

Gleiche Kurse in:

**Montana**, Hotel Bella Lui: 23.-30. Jan. / 30. Jan.-6. Febr. / 6.-13. Febr. / 3.-10. Sept. / 10.-17. Sept.

**Glion sur Montreux**, Hotel Righi Vaudois: 31. März-9. April (über Ostern) / 30. Juli-6. Aug. (1.-Aug.-Feier)

**Zurzach**, Zurzacher Hof: 4.-11. Juni / 11.-18. Juni / 5.-12. Nov. / 12.-19. Nov. (bei Reservation von zwei Wochen reduzierter Preis für die zweite Woche)

Hotelpreise auf Anfrage

Auskunft, Prospekte und Anmeldung:  
Frau Alice Portner, Zofingerstr. 456, 4805 Brittnau  
Tel. 062/51 32 76, oder Sr. Bethli, Tel. 062/26 43 12



## Soll ich jetzt meine Aktien verkaufen?

«Grüss Gott, Herr Keller!»

«Grüezi, Frau Huber; schön, Sie nach so langer Zeit wieder zu sehen! Wie geht's?»

«Ganz gut, danke. – Nur: Ein bisschen ärmer bin ich seit dem *«Börsenkrach»* schon geworden. Wie konnte dies passieren?»

«Ja, am 19. Oktober nahm eine fünf Jahre dauernde Aufschwungperiode ein jähes Ende. Namentlich in den USA und in Japan zeichnete sich damals eine Wirtschaftsüberhitzung ab. Man kann feststellen, dass die Börsenkurse nur auf das Niveau von Mitte 1985 (in der Schweiz und in Deutschland) oder Ende 1986 (in den USA und Japan) *«abgestürzt»* sind.»

«Ich habe gelesen, dass die Börse die Wirtschaftsentwicklung anzeigt wie das Barometer das Wetter. Geraten wir jetzt wie anno 1929 in eine Krise?»

«Sicher ist, dass das Wirtschaftsklima nach dem *«Krach»* am 20. Oktober nicht schlimmer war als einen Tag vorher. Börse und Wirtschaft werden jedoch auch von Emotionen gesteuert, nicht nur von realen Gegebenheiten – schon allein die Furcht vor einer Krise kann einen dämpfenden Einfluss haben. Weltweit versucht man dem mit wirtschaftspolitischen Gegenmassnahmen entgegenzusteuern.»

«Soll ich meine Aktien jetzt verkaufen?»

«Der *«wirkliche»* Wert einer Aktie wird einerseits am Kurs/Gewinn-Verhältnis gemessen und andererseits an den Obligationenrenditen. Diese Zahl gibt an, wie oft der Gewinn einer Firma pro Aktie im Börsenkurs enthalten ist. Gegenwärtig sagt diese Zahl aus, dass gute Schweizer Aktien wie Banken, Versicherungen, Versorgungswerte (Nestlé, Jacob Suchard) zurzeit unterbewertet sind. Diese würde ich behalten. Andere, deren Gewinne wegen des schwachen Dollars gefährdet sind (z.B. Exportindustrien), sollten Sie im Auge behalten. Was Sie wann konkret tun sollten, besprechen Sie am besten mit unserer Anlagerberatung.»

«Vielen Dank und auf Wiedersehen!»

«Auf Wiedersehen, Frau Huber – auf bald!»

Dr. Emil Gwalter