

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 70 (1992)
Heft: 1

Rubrik: Mosaik

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>

M

O

S

Xundheitstage 1992

Die Schweizer Privatversicherungen der Schweizerischen Vereinigung privater Kranken- und Unfallversicherer führen seit 1986 «Xundheitstage» in Zusammenarbeit mit einem lokalen Organisationskomitee durch, das in vielen Fällen von einem Samariterverein gestellt wird. 1991 haben 7000 Personen an «Xundheitstagen» teilgenommen. Es werden unter anderem vier Tests gratis angeboten: Grösse und Gewicht, Blutdruck, Lungenfunktionen, Blutzucker und Cholesterin. Mit diesen Aktionen wollen die Privatversicherungen einen konkreten Beitrag an die Gesundheitsvorsorge leisten.

In diesem Jahr finden «Xundheitstage» in Flüelen/Brunnen (auf einem Vierwaldstätterseeschiff am 4.4.), an der Seniorenmesse Zürich (28.4.–3.5.), in Adliswil (16.5.), Thun (31.5.), Binningen (24.10.), Frauenfeld (12.9.) und St. Gallen (21.11.) statt.

Alkohol, ein Dickmacher

Die Schweizerische Fachstelle für Alkoholprobleme in Lausanne erinnert daran, dass die alkoholischen Getränke wesentliche Kalorienspender sind. Ein Gramm Alkohol liefert dem Körper 7 Kalorien oder 29 Joule. Dabei sind Alkohol-Kalorien besonders «anhänglich», weil es sich um sogenannte «leere» Kalorien handelt, die vom Körper nicht sinnvoll genutzt werden können. Fast ein Zehntel der Energieaufnahme besteht beim Durchschnittsschwei-

zer aus Alkohol. Prof. Dr. med. Jean-Pierre von Wartburg verdeutlicht die Wirkung der Alkohol-Kalorien: «Die aufgenommene Kalorienmenge eines Deziliters Weiss- oder Rotwein entspricht etwa dem Energieverbrauch während einer Viertelstunde Radfahren oder Schwimmen. Alkohol ist nach Fett der stärkste Kalorienlieferant.»

Parkinson-Selbsthilfegruppen

An vielen Orten in der Schweiz bestehen Selbsthilfegruppen für Parkinsonpatienten und/oder ihre Angehörigen. Wer sich für die Teilnahme an einer solchen Gruppe interessiert, wende sich direkt an das

Zentralsekretariat, Frau Lydia Schiratzki-Grassi, Schweizerische Parkinsonvereinigung, Forchstrasse 82, 8128 Hinteregg, Tel. 01/984 01 69 (von 10–11.30 Uhr).

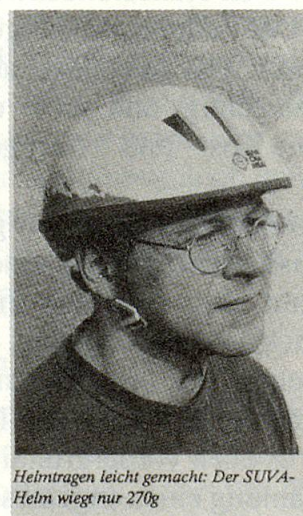
Gut hört, wer mit beiden Ohren hört

Untersuchungen belegen es: Die beidseitige Hörgeräte-Versorgung – auch binaurale oder stereophone Versorgung genannt – weist für rund drei Viertel aller Hörgeschädigten beträchtliche Vorteile auf. Dies nicht nur im Interesse des Hörkomforts und einer möglichst guten Erhaltung des Resthörvermögens, sondern auch der Sicherheit. Leider kostet die beidseitige Versorgung fast doppelt so viel. Dies fällt besonders bei Hörgeräteträgern im Pensionierungsalter ins Gewicht. Denn während die Invalidenversicherung bei den im Er-

werbsleben stehenden Personen die ganzen Kosten übernimmt und auch nach dem Übertritt der Betroffenen ins Pensionierungsalter die Kosten weiterer Massnahmen trägt, leistet die AHV bei hochgradiger Schwerhörigkeit lediglich einen Pauschalbetrag – und zwar unabhängig davon, ob es sich um eine monaurale oder eine beidseitige Versorgung handelt. Dies bedeutet, dass erst nach der Pensionierung versorgte Hörgeschädigte finanziell benachteiligt sind. (Antragsformulare bei der AHV-Ausgleichskasse einreichen, welche die Altersrente ausbezahlt.)

Aus der Broschüre «gut hören», erhältlich beim Informationszentrum für gutes Hören, Lavaterstrasse 57, 8002 Zürich, Tel. 01/202 81 38.

SUVA Velohelm-Aktion



Helmtrogen leicht gemacht: Der SUVA-Helm wiegt nur 270g

Ab März führt die SUVA zum fünftenmal eine Velohelm-Aktion durch. Bei ungefähr einem Drittel der Velounfälle treten Kopfverletzungen auf, die durch das Tragen eines Velohelms oft verhindert werden könnten. Der SUVA-Helm

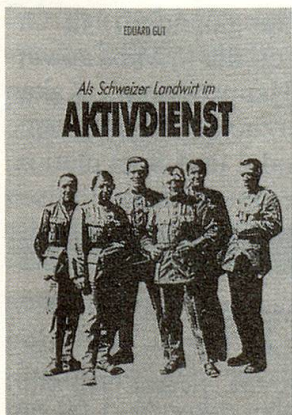
A

92 entspricht den neusten Erkenntnissen. Er wiegt nur noch 270 g und sieht eleganter aus als die Velohelme der ersten Stunde. Der Preis beträgt Fr. 75.– für Erwachsene und Jugendliche, Fr. 65.– für Kinder.

Der Helm ist erhältlich bei Velo Plus (Tel. 01/950 55 88), bei guten Velo-Fachgeschäften, bei der Manor-Gruppe und bei SUVA-Kreisagenturen.

Zeitlupe-Leserinnen und -Leser schreiben Bücher

Maria Berger (70), «Und dennoch war es schön!». Die Autorin, die in einer kinderreichen Familie aufgewachsen ist, erzählt von ihrer Kindheit und Jugendzeit, aus der «guten alten Zeit», die voller Entbehrungen, aber trotzdem schön war. Das Buch kostet Fr. 29.– und ist erhältlich bei Buchdruckerei Othmar Meyer, Grossmatte, 6260 Reiden.



Eduard Gut (gest. 1989), «Als Schweizer Landwirt im Aktivdienst», ein Büchlein über seine Leiden und Enttäuschungen, aber auch seine Freuden während des Aktivdienstes. Seine Abwesenheit vom Bauerngut, mit finanziellen

I

Sorgen verbunden, war nur dank seiner tüchtigen und fröhlichen Frau, mit der Hilfe und Last von 11 Kindern zu verkraften. Das Buch, das Eduard Gut auf seinen 80. Geburtstag hin geschrieben hatte, kann zum Preis von Fr. 13.50 bezogen werden bei Margrit Gut, Mattweid 12, 6204 Sempach.

Fritz Krummen (70), «Meinem Land der Schweiz», ein Buch zur 700-Jahr-Feier, in dem der Autor seine Gedanken zum gegenwärtigen Zeitgeschehen und zu diesem Jahrhundert zusammengefasst hat. Das Buch ist erhältlich bei Erwin Spicher, Im Egge, 1792 Cordast, und kostet Fr. 24.–.

Walter Steiner (95), «Gesund durchs Leben», der frühere Pfarrer berichtet über seine Begegnungen mit Zeitgenossen aller Art, aber auch mit Berühmtheiten wie Professor Sauerbruch, dem Dichter Rainer Maria Rilke und der Malerin Helen Dahm. Ein Teil des Buches befasst sich mit der Gesundheit, welche sich der in jüngeren Jahren oftmals leidende Mann mit einfachen, naturgegebenen Mitteln, aber auch mit eisernem Willen und festem Glauben erkämpft hat. Das Buch ist im Thur-Verlag, Andelfingen herausgekommen, im Buchhandel erhältlich und kostet Fr. 18.–.

Museum Bellerive, Zürich

Alle siebzig Figuren von Fred Schneckenburgers Puppencabaret, die das Museum aus einem Nachlass erhielt, sind in einer Ausstellung zu sehen. Bereits als Kind sammelte Schneckenburger (1902 bis 1966) alles, was nicht unbedingt nützlich erscheinen musste,

K



und erfand dafür einen neuen Zweck. Hauptberuflich war er Geschäftsführer der Schweizer Schmirgel- und Schleifindustrie in Frauenfeld. 1939 gründete er ein Puppencabaret, mit dem er über 20 Jahre lang auf Tournee ging. Aus Holz, Papiermaché, Draht und objects trouvés formte Fred Schneckenburger die Köpfe und Hände seiner an die zeitgenössische Kunst anklingenden Figuren. Indem er zu surrealen Mitteln griff, um einzelne Charaktereigenschaften hervorzuheben, erscheinen die Figuren eher als Skulpturen denn als Puppen. Die Themen seiner Spiele kreisten um gesellschaftliche Konventionen, menschliche Schwächen und immer wieder auch um die Liebe. Die nach Inszenierungen gegliederte Ausstellung rückt die «Akteure» ins Rampenlicht und lässt sie durch akustische Begleitung lebendig werden.

Vom 5. Februar bis 21. April, Di bis So 10 bis 17 Uhr, Mi 10 bis 21 Uhr im Museum Bellerive, Höschgasse 3, 8008 Zürich (Tram 2 und 4 bis Höschgasse).

M

O

S

Das toxikologische Informationszentrum

Über 25 000 Anrufe wegen Vergiftungen gehen pro Jahr beim Schweizerischen Toxikologischen Institut (Tel. 01/251 51 51) ein. Rund um die Uhr erhalten Ratsuchende, Laien und Ärzte, kostenlos Auskunft und in einem von zwei Fällen die medizinisch notwendige ausführliche Beratung.

An erster Stelle der Ursachen von Vergiftungen ist die unkontrollierte Einnahme von Medikamenten, auf welche zwei Drittel aller schweren Unfälle zurückzuführen sind, an zweiter Stelle folgen Haushaltprodukte. Etwas mehr als die Hälfte aller Anfragen betrifft Vergiftungsfälle bei Kindern, insbesondere der Altersgruppe bis vier Jahre.

Putzen ohne Umweltschaden

Ein Putzmittel fürs Klosett, eines fürs Lavabo, eine Superkraft für den Boden und ein Mittel für die Küche: Wer der Werbung glaubt, hat bald einen übervollen Putzschrank. «Weniger ist mehr», erklärt das Konsumentinnenforum der Schweiz (KF) und zeigt in seiner «prüf mit»-Sonderausgabe, wie man einen Putzschrank entrümpeln kann. Das KF bezeichnet viele Spezialmittel als unnötig. Wer auf sie verzichtet, kann nicht nur Geld sparen, sondern nimmt auch auf die Umwelt Rücksicht. Denn Spezialmittel enthalten allzuoft Substanzen, welche die Umwelt belasten. Die Broschüre gibt auch kurze Rezepte zu speziellen Putzfragen: Wie reinigt man

Dampfabzüge? Wie entkalkt man eine WC-Schüssel? Und sie zeigt auf, wie mit einer Handvoll Putzmittel praktisch alle Putzprobleme im Haushalt gelöst werden können. Immer stellt sich auch die Frage, welche Produkte umweltbelastend sind. Das KF hat bei den Herstellern von Putzmitteln eine Umfrage gestartet. 23 Firmen haben geantwortet und dem KF die geheimen Rezepturen ihrer Produkte anvertraut. Aufgrund dieser Inhaltsstoffangaben hat das KF die Umweltbelastung der Putzmittel bewertet. Die Ergebnisse dieser Bewertung sind zusammen mit den Preisen im Anhang der neuen Broschüre zusammengefasst.

«Putzen ohne Umweltschaden» kann zum Preis von Fr. 10.– bezogen werden beim Konsumentinnenforum Schweiz, Postfach, 8024 Zürich.

Aktivferien



Ein paar Stichworte aus dem Aktivferienprogramm des Migros Genossenschafts-Bundes: Auf dem Velo der jungen Donau entlang, Thalassotheorie in der Provence, Tennis in Disentis, Kneipen in Tschagguns, Gedächtnis-

training in Vitznau, Malen in Zäziwil oder Kultur in der Emilia Romagna. An diesen Ferien nehmen mehrheitlich Personen ab 60 Jahren teil. Nicht das Alter ist jedoch ausschlaggebend, sondern das Interesse an einem bestimmten Angebot. Diese Aktivferien sollen so auch die Begegnung verschiedener Generationen ermöglichen. Interessiert? Bestellen Sie den Katalog Aktivferien 92 bei

Stelle für Altersfragen,
Migros-Genossenschafts-Bund,
Postfach 266, 8031 Zürich,
Telefon 01/277 21 73.

Fairness-Schokolade

Mascao ist eine Schokolade, die auch das Leben der Kakao- und Zuckerproduzenten versüsst. Sie wird seit Ostern 1991 in der Schweiz verkauft und nun auch nach Deutschland, Österreich und Italien exportiert. OS3 (Import- und Informationsstelle für Waren aus Entwicklungsländern) in Orpund importiert die in Mascao verarbeiteten Hauptzutaten Kakao und Vollrohrzucker direkt, ohne Zwischenhandel und Spekulation, und zu existenzsichernden Preisen von Kleinbauernfamilien aus der Dritten Welt.

Für den Kakao der bolivianischen Kooperative El Ceibo zahlt OS3 Fr. 3.55 und für den philippinischen Vollrohrzucker Fr. 1.60 pro Kilo. Die Weltmarktpreise für Kakao liegen bei Fr. 1.85 und für Zucker bei 27 Rappen pro Kilo (Preise Stand September 1991).

Die Mascao-Schokolade wird von der Chocolat Bernrain SA in Kreuzlingen hergestellt. Zum bolivianischen Kakao und philippini-

A

I

K

schen Zucker werden Milchpulver aus der Schweiz und Haselnüsse aus Italien verwendet. Sie wird in mehr als 800 Dritt-Welt-, Bio- und Alternativläden verkauft und kostet, je nach Sorte, um die Fr. 2.50.

«Frühjahrsparade» im Theater von Arth

Volkstheater hat in der Inner-schweiz Tradition, und man nimmt sich auch anspruchsvolle Projekte vor: Die Theatergesellschaft Arth führt in dieser Saison als schweizerische Erstaufführung die «Frühjahrsparade» von Robert Stolz auf. Es ist die Geschichte des Mädchens Marika, das bis zum Kaiser geht, um für den Marsch seines geliebten Deutschmeister-Korporals Willi ein gutes Wort einzulegen. Für ein Amateurtheater bedeutet die Operetten-Aufführung einen enormen Aufwand: 186 Mitwirkende auf und hinter der Bühne, 220 Kostüme, 9 Bühnenbilder. Premiere war am 11. Januar – im Februar und März finden noch etwa 20 Aufführungen statt.

Billettvorverkauf: 041/82 34 20
und 041/82 14 32

Kornhaus Burgdorf

Im behäbigen Kornhaus Burgdorf, das 1770 erbaut und 1988–1991 renoviert wurde, befindet sich das Schweizerische Zentrum für Volksmusik, Trachten und Brauchtum. Wer ein verstaubtes Museum erwartet, täuscht sich, alles ist auf dem neusten Stand der Technik: Auf der einen Seite des Eingangs läuft eine Multivision, auf der andern Seite an der Kasse erhält jede Besucherin und jeder Besucher mit



Detail der Festtagstracht aus dem Freiamt, Kanton Aargau. Foto: gl

der Eintrittskarte (AHV-Bezüger Fr. 7.–) einen drahtlosen Kopfhörer überreicht. Damit wird die entsprechende Information und Musik bei jedem Ausstellungsobjekt «mitgeliefert». Die Lautstärke ist individuell einstellbar, und wer sich nicht zu helfen weiss, kann sich an das überaus freundliche und kompetente Personal wenden.

Das hat mir besonders gut gefallen: im ersten Stock der «klingende Jahreskreis», der Bräuche aus der ganzen Schweiz samt Lärm- oder Musikbegleitung darstellt. Im zweiten Stock: bei der Trachtensammlung die wunderschönen Hauben, aber auch die handgeschnitzten Puppen der Landesausstellung 1939. (Nur die Wand aus grauem «Bachstein» und die dicken Alu-Rohre hinter einigen Ausstellungsobjekten störten mich.) Und im dritten Stock: die Musik-

instrumente (es gibt sogar eine Ecke mit ein paar Instrumenten zum Selberspielen), aber auch die Phonographen.

Die Ausstellung ist sehr übersichtlich und gut zu «bewältigen». Wer müde ist, kann sich in einer Sitz-ecke und auf Bänken ausruhen oder eine Pause im Museums-Café einschalten.

Das Kornhaus ist in ungefähr 7 Minuten vom Bahnhof SBB zu Fuss erreichbar (Wegweiser beachten).

Öffnungszeiten:

Di, Do, Fr: 10.00 bis 12.30 und 13.30 bis 17.00 Uhr;

Mi: 10.00 bis 21.00 Uhr;

Sa, So: 10.00 bis 17.00 Uhr

Mo: geschlossen.

Auskunft über Führungen, Gruppen, Wechelausstellungen, Konzerte, Kurse usw.: 034/23 10 10.

Redaktion: Marianna Glauser