

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 87 (2009)  
**Heft:** 1-2

## **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**

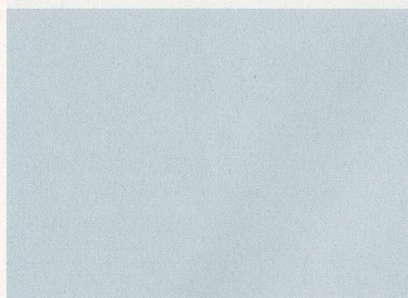
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

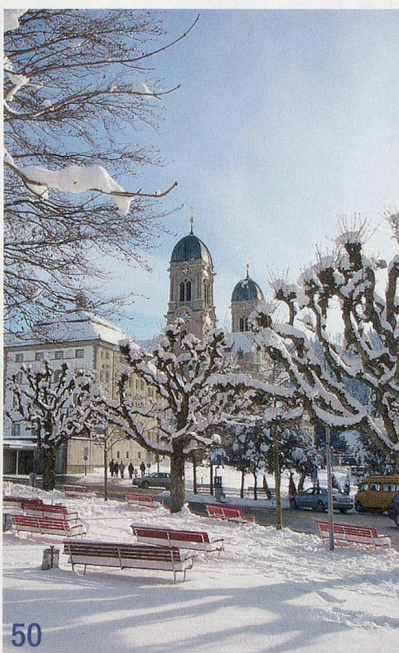
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 15.03.2025

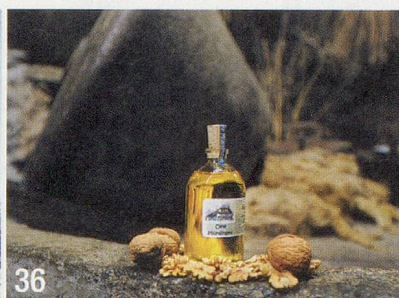
**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



64



50



36



28

- 6 **Thema** Ahnenforschung – auf der Suche nach der Familiengeschichte und der eigenen Herkunft

---

- 22 **Interview** Franz Jaeger: «Das Kartenhaus war grösser, als wir dachten»

---

- Zeitspiegel**
- 13 Wie die Generationen voneinander lernen können
- 14 Schreiben Sie Ihre Lebensgeschichte auf! Ein Kurs
- 16 Vier Schweizer auf einer Arktis-Expedition im Jahr 1953

---

- 21 **Dafür & dagegen** Soll das Bauzonenwachstum temporär gestoppt werden?

---

- Wissen**
- 26 Warum die Glühbirne ein Auslaufmodell ist
- 28 Wie unsere Wildtiere den Winter überleben

---

- 36 **Reportage** In Münsingen BE wird wieder nach alten Rezepten Nussöl produziert

---

- 42 **Gesundheit** Tuina – eine heilsame chinesische Massage

---

- Kultur**
- 46 Ein besonderer Frauenfilm im Schweizer Fernsehen
- 47 12 aussergewöhnliche Schweizerinnen und Schweizer
- 48 Ein Mundartfilm mit viel indischem Touch

---

- 50 **Unterwegs** Einsiedelns besondere Winterattraktionen

- 52 **Leserreise** Jassen, Wandern, Unterhaltung auf Mallorca

---

- 54 **AHV-Ratgeber** Wie die Renten angepasst werden

---

- Pro Senectute**
- 56 Héloïse Denti bringt im Tessin die Menschen zusammen
- 58 Kantonale Pro-Senectute-Organisationen
- 62 Oberwalliser Frauen stricken ein gutes Werk

---

- 64 **Ernährung** Rüeblli, das Schweizer Lieblingsgemüse

---

- Rubriken**
- 3 Impressum, Editorial
- 32 Ihre Seiten, Rätsellösungen
- 40 Kleinanzeigen
- 49 Die Zeitlupe offeriert Mundart-, Tanz- und Traummusik
- 66 Rätsel & Spiel
- 70 Glückstreffer
- 71 Bestelltalon
- 72 et cetera
- 74 Martin Mezgers Schlusspunkt

**Titelbild:** Gerry Ebner