Objekttyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich**

Band (Jahr): **- (2014)**

Heft 4

PDF erstellt am: **26.05.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

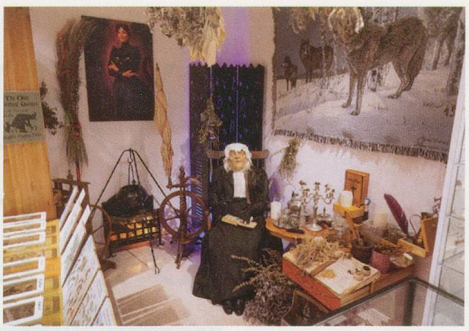
Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

4 VISIT hat vier Essgemeinschaften besucht. Sie zeigen: Zusammen fein essen macht doppelt Freude.

12 Wie sind unsere Essgewohnheiten und Tischsitten entstanden? Eine kleine Geschichte unserer Esskultur.



30 Magische Kräuter: Ein Besuch im Hexenmuseum erklärt, warum Hexen auf Besen reiten.

Liebe Leserin, lieber Leser

Im aktuellen VISIT laden wir Sie zu Tisch – mit einem Heft, das ganz dem Essen verschrieben ist. Wir bieten feine, nicht nur leichte Kost. Denn Essen ist mehr als nur Ernährung, ist nicht nur Wasser- und Kalorienzufuhr. Essen und Trinken haben auch eine wichtige soziale Bedeutung. Mahlzeiten bieten Raum für Gespräche mit dem Partner, mit Freunden und Kollegen. Sie geben unserem Alltag eine Struktur. Sie beeinflussen das physische, aber auch das psychische Wohlbefinden. Denn nichts ist schöner als ein gemütliches gemeinsames Essen mit lieben Angehörigen oder Freunden.

Gerade für ältere Menschen sind solche Momente besonders wertvoll – aber oft keine Selbstverständlichkeit. Es gibt viele Menschen, die im Alter nicht nur allein leben, sondern sich zuweilen auch alleingelassen fühlen. Manche haben ihre liebsten Angehörigen verloren, sind gehbehindert oder – manchmal auch nur temporär – auf Unterstützung beim Einkauf und Kochen angewiesen.

Der Mahlzeitendienst von Pro Senectute Kanton Zürich erbringt hier eine ebenso schöne wie wichtige Aufgabe. Er liefert Tag für Tag mehrere Hundert Mahlzeiten aus – insbesondere an Menschen, die auch im hohen Alter und trotz körperlichen Beschwerden weiterhin zu Hause leben möchten. Sie schätzen nicht nur das schmackhafte, gesunde Essen, sondern auch den persönlichen Austausch und die Begegnungen mit ihrer Verträgerin oder ihrem Verträger (siehe Seiten 28/29 und 40/41).

Unsere Dienstleistung hat eine lange Tradition, sie reicht fast hundert Jahre zurück. Angesichts der demografischen und gesellschaftlichen Entwicklung ist sie jedoch zeitgemässer denn je.

FRANJO AMBROŽ
Vorsitzender der Geschäftsleitung

lebens//raum

4 Gesund essen im Alter
12 Kleine Geschichte der Esskultur

lebens//art

16 Irrtümer rund um Dickmacher und Co.
19 Tipps zum Thema
20 Tipps zur Verpflegung im Alter
23 Vier Seiten zum Herausnehmen: Alte Rezepte, neu entdeckt
28 Unsere Dienstleistungen: Feines, gesundes Essen nach Hause geliefert

lebens//lust

30 Die Magie der Hexenküche
34 Leseraktionen
36 Spätherbst an der grünen Grenze
39 Kurhaus Seeblick Weggis

lebens//weg

40 Mahlzeitenverträgerin Helga Frei
42 Rätsel
44 Marktplatz
45 Impressum
46 Goldene Zeiten: Würze mit Zürcher Wurzeln

beilage aktiv

Agenda mit Veranstaltungen und Kursen von Pro Senectute Kanton Zürich

AUF DEM TITELBILD
Elisabeth Meili und Christian Stocker (Porträt Seite 5).

Foto Titelseite: Daniel Rihs; Seite 3: Daniel Rihs/Keystone/zvg