# Mosaik

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung**

Band (Jahr): **59 (1981)**

Heft 4

PDF erstellt am: **02.06.2024**

**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**

# MOSAIK

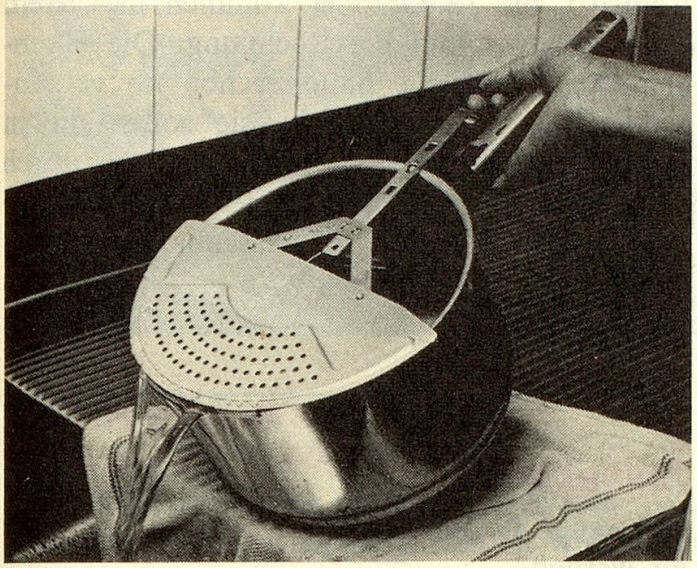


*Foto H. P. Klauser*

## Siebdeckel

Nun können Sie Teigwaren oder Gemüse mit einer Hand abschütten, der Siebdeckel «Servite» macht es möglich. Er ist verstellbar und aus Aluminium und lässt sich auf Pfannen verschiedener Grössen fixieren. Sie erhalten den Deckel in Warenhäusern oder direkt bei der Schweiz. Rheumaliga, Renggerstrasse 71, 8038 Zürich, Telefon 45 56 00. *mk*

## Ernährungsprobleme bei Langzeitbehandlung

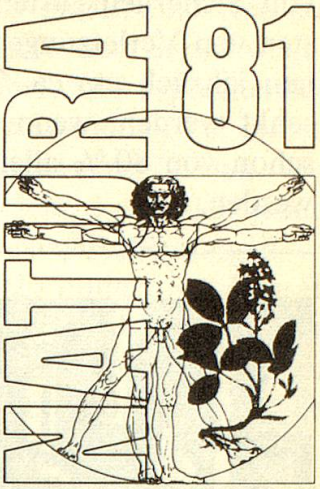
Rheuma, Asthma, Bluthochdruck, Angina pectoris, Zuckerkrankheit und viele andere chronische Leiden erfordern vom Ausbruch der Krankheit an eine oft Jahre dauernde notwendige Behandlung mit hochwirksamen Arzneimitteln.

Viele dieser unentbehrlichen Arzneimittel beeinträchtigen bei langfristiger Anwendung die Versorgung des Körpers mit lebenswichtigen Nährstoffen. In solchen Fällen sind eine entsprechend zusammengesetzte Kost und oft auch die Einnahme pharmazeutischer Ersatzpräparate erforderlich. Bei der Ernährung sollten die Empfehlungen des Arztes strengstens befolgt und die von ihm verordneten Ersatzpräparate stets regelmässig eingenommen werden.

*Pharma Information*

## Natura 81

**NATURA 81**




Die «Natura» hat sich im Basler Messeprogramm einen festen Platz erobert. Die Besucherzahl nimmt zu, immer mehr Leute interessieren sich für eine gesunde Ernährung, biologischen Gartenbau, natürliche Heilmittel und Naturheilverfahren.

In Sonderschauen wird das Publikum über «Artgerechte Tierhaltung und Schafmilchproduktion» informiert und der Weg «vom Getreidefeld bis zum ofenfrischen Brot» kann verfolgt werden. In zahlreichen Vorträgen referieren Aerzte und Ernährungsfachleute aus dem In- und Ausland allgemeinverständlich über eine wirklich gesunde Lebensweise.

Die Ausstellung findet in der Schweizer Mustermesse statt, sie dauert vom 23. bis 28. September und ist täglich von 9 bis 18 Uhr geöffnet.

Die Tageskarte samt Messekatalog kostet Fr. 5.—, für AHV-Bezüger Fr. 4.—, die Dauerkarte Fr. 10.—.

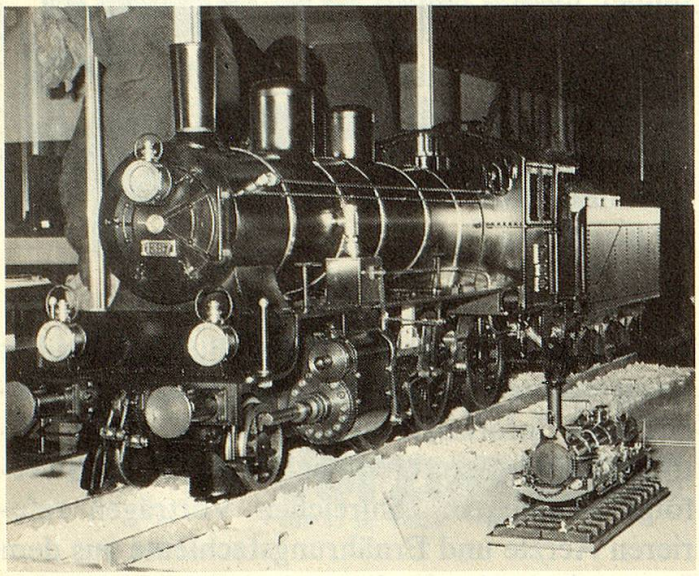
## Ärzte warnen vor Gurten- und Helmdispens

Der Arzt, der Autolenkern und Mitfahrern bescheinigt, «dass ihnen das Tragen der Sicherheitsgurten (oder Schutzhelme) nicht zugemutet werden kann», übernimmt in jedem Fall eine grosse Verantwortung. Bezeichnenderweise sieht der Gesetzgeber vor, dass bei den aus medizinischen Gründen dispensierten Fahrzeuglenkern unter Umständen die Fahrtauglichkeit abzuklären ist. In manchen Fällen muss deshalb eine allgemeine Fahruntauglichkeit der betreffenden Lenker (anstelle einer Dispensierung) in Erwägung gezogen werden. Auch «Herzbeschwerden» und Herzschrittmacher rechtfertigen nach Ansicht der Zürcher Gerichtsmediziner keine Ausnahmebewilligung.

Umfangreiche Untersuchungen haben ergeben, dass in höchstens 0,65 % aller Autokollisionen

mit Verletzungsrisiken nachteilige Wirkungen von Sicherheitsgurten eintreten. Die Folgekosten von Verletzungen im Strassenverkehr können jährlich um ca. 75 Millionen Franken gesenkt werden, wenn die Sicherheitsgurten nur schon von 80 % aller Fahrzeugführer getragen werden. *Aerzte-Information*

---



## Jugendträume im Verkehrshaus Luzern

Vor 50 Jahren starb der berühmte Ballonfahrer Eduard Spelterini. Erinnern Sie sich noch, mit wieviel Begeisterung Sie seine Alpenflüge verfolgten? Spelterini war ein begeisterter Photograph. Viele seiner ausgezeichneten Luftaufnahmen sind im Archiv des Schweizerischen Verkehrshauses erhalten geblieben. Sorgfältig gehütet wird auch der Ballonkorb mit der Ausrüstung.

Vom 10. bis 18. Oktober kommen in Luzern die Landratten auf die Rechnung: Die Eisenbahn-Modellbautage hatten schon im vergangenen Jahr grossen Erfolg, sie sollen diesen Herbst noch attraktiver sein, vor allem durch die Sonderausstellungen «Spielzeug-Eisenbahnen unserer Grossväter», «Eisenbahnlaternen» und «Die Rhätische Bahn».

---

## Teilhaben

Mit neuen Gedanken
alt werden

Jung bleiben
an uralten Gedanken

Teilhaben
am unsterblichen Leben
unsterblichen Sterben

*Rose Ausländer*

---

## 4 mal täglich einnehmen

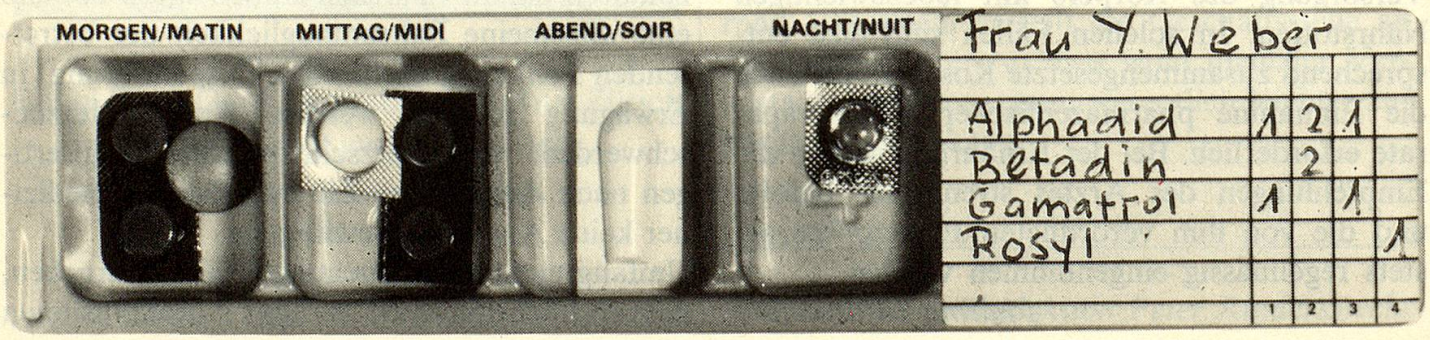
Erinnern Sie sich noch an unsere Umfrage «Rezepte gegen die Vergesslichkeit? Die Firma Wiegand hat mit einem einfachen Behälter den Kampf gegen die Medikamentenvergesslichkeit erfolgreich aufgenommen. Es gibt den kleineren Tagesdispenser und den grösseren Wochen- und Tagesdispenser. Je nach Bedarf können die Medikamente für den ganzen Tag in das entsprechende Fach gelegt werden, sei es für 24 Stunden, sei es für die ganze Woche.

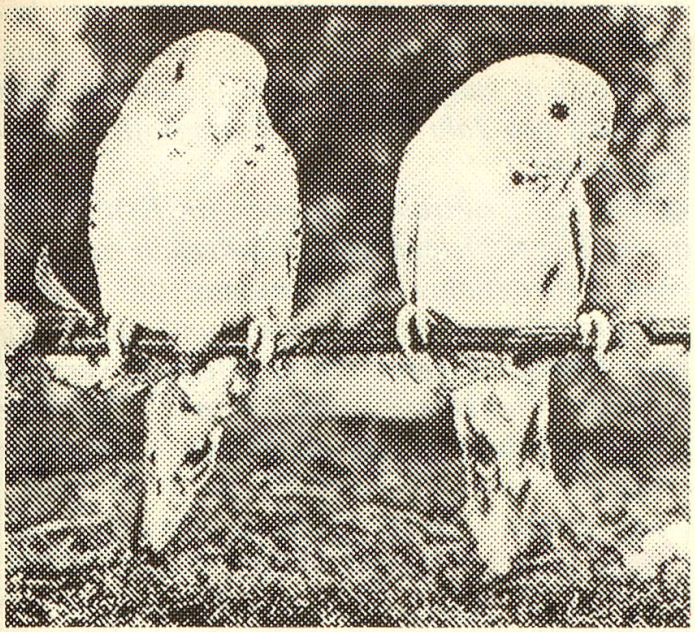
Vielleicht lassen Sie sich in der Apotheke oder im Sanitätsgeschäft beide Systeme zeigen.

Der Preis für den Tagesdispenser beträgt ca. Fr. 2.50, für den Wochendispenser müssen Sie allerdings ungefähr Fr. 18.— auslegen.

Falls Sie nur einen kleinen Tagesbedarf haben, genügt Ihnen vermutlich ein kleiner Behälter aus Plastik, in sieben kleine Fächer eingeteilt, jedes mit dem Anfangsbuchstaben eines Wochentages bezeichnet.

Auf jeden Fall kann die leidige Frage: «Habe ich eigentlich heute meine Tablette schon geschluckt?» durch einen Blick ins entsprechende Fach beantwortet werden.





## Der Wellensittich – ein beliebter Vogel

Der Wellensittich ist ein geselliges Wesen. Aber gleich zwei Vögel anzuschaffen ist wohl selten möglich. Ein Einzelgänger aber muss beschäftigt werden. Hängen Sie ihm ein Spiegelchen in den Käfig, ein Püppchen, einen winzigen Ball. Unterhalten Sie sich mit dem munteren Hausgenossen. Wenn Sie sehr geduldig sind, lernt er vielleicht mit der Zeit ein paar Wörter. Ganz gelehrige «Schüler» sprechen alles mögliche nach. Ich kenne einen Sittich, der piepst deutlich seine Adresse.

Ergänzen Sie seine Körnernahrung mit Früchten (ungespritzt), samentragenden Gräsern, Löwenzahn von ungedüngten Wiesen. Vorsicht bei Vitaminzugaben, man kann auch zu viel des Guten tun, die Folge davon ist eine Dauermauser.

In einem engen Käfig fühlt sich das Tierchen nicht wohl, aber sauber sollte er sein und waagrechte Gitterstäbe haben. Reines Trinkwasser ist eine Selbstverständlichkeit.

*Wenn Sie Probleme haben: Der Fachhändler weiss Rat oder der Schweizerische Tierschutzverein (Alfred Escherstrasse 76, 8002 Zürich, Telefon 01 / 36 25 03).*

---

## Bücher «hören»

Was wird «lesefaulen» Erwachsenen geboten? Wenig! Das soll sich schnell ändern durch «Schumm sprechende Bücher». Rund 200 Buchtitel, vorwiegend aus der Unterhaltungsliteratur, werden als Tonbandkassetten angeboten. Diese werden von der Verbandsdruckerei Bern mit Absicht im Jahr des Behinderten auf den Markt gebracht. Blinde und Sehschwache sind für neue Titel dankbar. Die «sprechenden Bücher» unterhalten aber vor allem bei monotoner Hausarbeit oder langen Autofahrten. Wer Literatur der Musik vorzieht, kann sich jederzeit informieren über die Neuerscheinungen.

Die — allerdings gar nicht billigen — Kassetten können mit Normalrecorder abgehört werden. Blinde Literaturfreunde besitzen wohl zumeist ein 6-Spur-Spezialgerät, wie es von der IV subventioniert wird.

*Bezugsquelle für den Katalog: Verbandsdruckerei AG Bern, «Schumm sprechende Bücher», Maulbeerstrasse 10, 3001 Bern.*

---

**VCS-Mitfahrzentrale für Behinderte**

**063 612626**

## Die Mitfahrzentrale – eine gute Idee

Behinderte, die selber kein Motorfahrzeug lenken können und für die die Benutzung öffentlicher Verkehrsmittel unzumutbar oder unmöglich ist, brauchen nicht auf Reisen zu verzichten: die **Mitfahrzentrale für Behinderte,** welche der Verkehrs-Club der Schweiz (VCS) ins Leben gerufen hat, vermittelt kostenlos Adressen von Autofahrern, die bereit sind, an einem bestimmten Datum für eine bestimmte Strecke einen behinderten Passagier mitzunehmen. Sowohl Behinderte mit Reisewünschen — es kann sich dabei auch um nur vorübergehend behinderte oder um ältere und gebrechliche Personen handeln — als auch Fahrer, welche eine Mitfahrgelegenheit anbieten wollen, melden sich telefonisch bei der VCS-Mitfahrzentrale für Behinderte in Herzogenbuchsee.

---

*Redaktion Elisabeth Schütt*