Bewegung tut allen gut

Autor(en): **Mahnig, Emil**

Objekttyp: **Preface**

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

Band (Jahr): **82 (2004)**

Heft 7-8

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

ZEITLUPE

Die Zeitlupe wird von Pro Senectute Schweiz herausgegeben und erscheint im 82. Jahrgang.

Redaktionsadresse
Schulhausstrasse 55, Postfach 642, 8027 Zürich
Telefon 01 283 89 00, Fax 01 283 89 10
Mail zeitlupe@pro-senectute.ch, www.zeitlupe.ch
Herausgeberin
Pro Senectute Schweiz, Geschäfts- und Fachstelle, Lavaterstrasse 60, Postfach, 8027 Zürich
www.pro-senectute.ch
Chefredaktor
Emil Mahnig (mg)
Leitung Bild und Koordination
Nicole Spiess
Redaktion
Annegret Honegger (agh), Heidi Jauch (juh), Esther Kippe (ki), Erica Schmid (ecs), Usch Vollenwyder (uvo)
Freie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter
Maja Dahinden, Gottfried Egg, Alfred Ernst, Verena Ingold, Trudi Krieg, Martin Mezger, Marianne Noser, Arnold B. Stampfli, Jack Stark, Dr. Rudolf Tuor
Grafik/Layout/Produktion
Nadia Lattmann (verantwortlich), Cordula Klaus, Martin Hauzenberger, Ursula Höhn (Korrektorat)
Redaktionssekretariat
Ursula Karpf, Heidi Müller
Abonnemente, Adressänderungen
Ursula Karpf, Telefon 01 283 89 13
Zeitlupe, Postfach 642, 8027 Zürich
Abonnements- und Einzelverkaufspreise
10 Ausgaben jährlich CHF 38.50, Europa CHF 45.– (EUR 31.–), übriges Ausland CHF 55.–, Einzelverkaufspreis CHF 4.50 (am Kiosk erhältlich)
Zeitlupe als Hörzeitschrift
SBS (Schweizerische Bibliothek für Blinde und Sehbehinderte), Auskunft über Telefon 043 333 32 32
Inserate
Ziegler Druck- und Verlags-AG, Ursula Rutzer, Postfach 778, 8401 Winterthur, Telefon 052 266 99 85, Fax 052 266 99 13
Kleinanzeigen Tarife / Adresse auf Seite 50
Druckvorstufe Bilder
Litho Studio Wetzikon AG, Wetzikon
Druck und Expedition
Ziegler Druck- und Verlags-AG, Winterthur
Auflage: 70 161 Exemplare, 417 gratis (WEMF 2003), Leserschaft 111 000 (MACH 2003) – ISSN 1420-8180
Für unverlangt eingesandte Unterlagen kann die Redaktion keine Haftung übernehmen.
Die nächste Zeitlupe erscheint am 24. August 2004.

PRO SENECTUTE

Bewegung tut allen gut

Emil Mahnig
Chefredaktor

Wir wollen Sie bewegen, liebe Leserinnen und Leser. Im psychischen, aber auch im physischen Sinn. **Denn wer etwas für seinen Geist und Körper tut, bleibt fit und hat mehr vom Leben.** Zu vermehrter körperlicher Betätigung ermuntern will Sie der Beitrag unserer Redaktorin Erica Schmid. Lesen Sie ab Seite 6, wie wichtig und nützlich tägliche Bewegungsübungen sind. Unsere Zeichnerin hat für Sie ein paar ganz einfache Abläufe festgehalten. Machen Sie mit, reissen Sie die Seite mit der Anleitung aus dem Heft heraus und hängen Sie sie an der Wand oder einem anderen gut sichtbaren Ort auf. Und dann versuchen Sie's doch einfach: Ihrer Fitness und Gesundheit zuliebe.

Bewegen wollen wir Sie aber auch emotional. Beispielsweise mit dem Interview, das Annegret Honegger mit dem **Kinderarzt Beat Richner** geführt hat. Der engagierte Mediziner schwankt zwischen Begeisterung und Resignation, er will helfen und sieht sich trotzdem ständig mit widrigen Hindernissen konfrontiert. Er nimmt kein Blatt vor den Mund, wenn es gilt, Missstände anzuprangern. Helfen lautet sein Lebensmotto, seine Worte berühren und bewegen. Erfahren Sie im grossen Interview, warum Beat Richner trotz allem weiterkämpft, weitersammelt, weiterhilft ...

Bewegend waren auch oft **die «Notizen» von Martin Mezger,** die Sie immer am Schluss unseres Magazins gefunden haben. Ja, gefunden, Sie lesen richtig. Denn mit dem Beitrag in dieser Ausgabe verabschiedet sich der ehemalige Direktor von Pro Senectute Schweiz als Mitarbeiter der Zeitlupe. Er leitet seit einem halben Jahr eine Alterssiedlung in Zürich-Wollishofen und will sich fortan ganz dieser Aufgabe widmen. **Die Zeitlupe verdankt ihm viel: Unterstützung, Verständnis, Vertrauen und Engagement.** Vor zwei Jahren hat er in einer Übergangsphase sogar selbst die Geschicke des Heftes in die Hand genommen. Im Namen der ganzen Redaktion – wohl aber auch in Ihrem Namen, liebe Leserinnen und Leser – danke ich ihm dafür ganz herzlich. **Künftig wird Sie der neue Direktor von Pro Senectute Schweiz, Marc Pfirter, mit seinen Gedanken und Begegnungen unterhalten.** Wir freuen uns auf den neuen «Chef-Mitarbeiter».

Kinderarzt Beat Richner im Gespräch m Zeitlupe-Redaktorin Annegret Honegger.

Wie anfangs erwähnt: Es ist unser Ziel, Sie zu bewegen. Kommen Sie deshalb im September mit **auf die Axalp und wandern Sie mit Thomas Bucheli** und der Zeitlupe-Begleitung dem «Holzschnitzerweg» entlang bis zu einem gemütlichen Picknickplatz. Wetterprognose live und ungezwungenes Beisammensein im Berner Oberland sind garantiert. Den Anmeldetalon und alle Details finden Sie auf Seite 46. Und wie es sich für einen Ausflug mit dem Wetterfrosch gehört: **Er findet bei jedem Wetter statt.**

Ich wünsche Ihnen eine frohe und glückliche Sommerzeit, viel Bewegung und unterhaltenden Lesespass!