Mosaik

Objekttyp: **Group**

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

Band (Jahr): **68 (1990)**

Heft 2: **1**

PDF erstellt am: **27.07.2024**

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

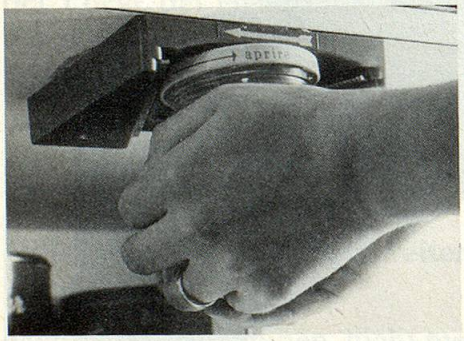
M O S

... im Alter die Promille in die Höhe schnellen!

Die Schweizerische Fachstelle für Alkoholprobleme weist auf neue Forschungsergebnisse hin, die aufzeigen, dass bei älteren Menschen kleine Alkoholmengen zu wesentlich höheren und erheblich länger erhöht bleibenden Blutalkoholkonzentrationen führen als eine gleiche Menge bei jüngeren Menschen. So ist es möglich, dass ein Glas Wein, das üblicherweise bei einem 70 Kilogramm schweren Mann gegen 0,4 Promille ergibt, bei einem über 65jährigen zu einer doppelt so hohen Promillezahl im Blut führen kann. Zu dieser Tatsache tragen verschiedene Gründe bei: Im Alter verringert sich das Gewicht, der Anteil der Körperflüssigkeit nimmt ab, zudem wird im allgemeinen weniger feste Nahrung zu sich genommen. Erschwerend kommt dazu, dass viele ältere Menschen auf Medikamente angewiesen sind, welche die Wirkung von Alkohol verstärken.

Aus Mitteilungsblatt für Konsumenten Nr. 130

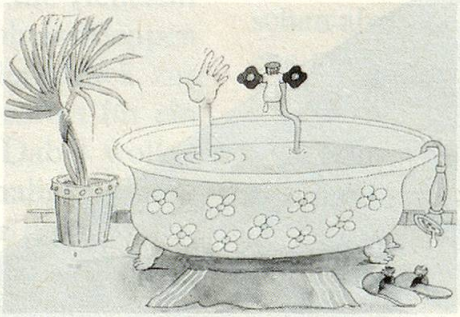
Eine praktische Küchenhilfe



Gläser mit Vakuum-Schraubverschluss sind meistens sehr mühsam zu öffnen. Wenn man mit einem Messer herumhantiert, kann man abrutschen und sich unter Umständen verletzen. Mit dem Schraubdeckel-Öffner Kickan kann Abhilfe geschaffen werden. Er kann mit drei Schrauben – beispielsweise an der Unterseite eines Schranktablars – festgemacht werden. So versperrt er keinen zusätzlichen Platz. Das Glas kann in die Schienen des Öffners eingeführt werden. Das so fixierte Glas kann zum Öffnen bequem mit beiden Händen gehalten werden. Diese praktische Küchenhilfe kostet Fr. 8.50 zuzüglich Versandkosten und ist unter folgender Adresse erhältlich:

Schweiz. Rheumaliga, Renggerstr. 71, 8038 Zürich, Tel. 01/482 56 00 oder bei der Rheumaliga Ihres Kantons.

Keine Panne in der Wanne



Eine diesjährige Aktion der Schweizerischen Beratungsstelle für Unfallverhütung ist dem Thema «Sicherheit in Bad und Toilette» gewidmet. Über 5000 Unfälle mit Verletzungen ereignen sich in den Schweizer Badezimmern und Toiletten jährlich. Wie aus dem Merkblatt «Keine Panne in der Wanne» hervorgeht, sind die häufigsten Gründe dafür Stürze, falsche Handhabung von elektrischen Geräten, Verbrühungen und Vergiftungen. 30 Prozent dieser Unfälle haben eine Beeinträchtigung von mehr als einem Monat zur Folge. Dies trifft in besonderem Masse für Sturzunfälle von älteren Personen zu. Es empfiehlt sich deshalb, die Ausrutschgefahr durch Haltegriffe und Gleitschutzmatten zu mindern. Neu auf dem Markt sind die von der bfu geprüften, schmirgelbeschichteten farblosen Streifen, welche direkt in die Wanne oder Dusche geklebt werden können.

Die bfu-geprüften Gleitschutz-Streifen kosten Fr. 14.90 und sind in Warenhäusern und im Fachhandel erhältlich. Das Merkblatt «Keine Panne in der Wanne» kann mit einem frankierten und adressierten Antwortkuvert (A5) gratis bezogen werden bei der Schweizerischen Beratungsstelle für Unfallverhütung, Postfach 8236, 3001 Bern.

Selen im Wandel der Zeit

Lange Zeit galt Selen (auf der zweiten Silbe betont) als giftige und krebserregende Substanz. Erst 1957 konnten zwei Wissenschaftler nachweisen, dass Selen ein lebensnotwendiges Spurenelement und in kleinsten Mengen notwendig ist, um die menschlichen Zellen gesund zu erhalten. Die neuere Forschung bestätigt nicht nur dieses Resultat, sondern schreibt dem Selen eine allgemein immunstimulierende Wirkung zu, welche die Abwehrkräfte erhöht. Insofern kann eine ausreichende Selen-Versorgung neben den Vitaminen A, C, E und beta-Carotin auch beitragen, um der Entstehung von Krebs vorzubeugen. Lange Zeit nahm man an, dass diese Substanzen in der täglichen Nahrung enthalten sind. Was für die Vitamine normalerweise stimmt, gilt nicht unbedingt für das Selen, weil die Pflanzen einen grossen Teil des im Boden enthaltenen Selens aufnehmen. Bis vor kurzem war es in der Schweiz

nicht möglich, einem Selenmangel durch Einnahme eines entsprechenden Präparates vorzubeugen. Aufgrund der vorbeugenden Wirkung wurde Selen nun aber in die Liste der zugelassenen Spurenelemente aufgenommen, so dass heute selenhaltige Präparate, wie beispielsweise Jemalt 13 + 13 der Firma Wander, auf dem Markt sind.

Das Produkt ist in Drogerien oder Apotheken erhältlich.

Senioren-Sprachreisen in England und Malta

Teilnahmebedingung für die speziell auf die Bedürfnisse von Senioren zugeschnittenen Sprachreisen von Media-Lingua sind nicht die Sprachkenntnisse, sondern das Alter. Sie richten sich ausdrücklich an Interessenten, die älter als 50 Jahre sind. (Bei Paaren muss eine Person über 50 sein.) Die Zweiwochenkurse finden auf der Mittelmeerinsel Malta und im traditionellen Seebad Folkestone statt. Sie sind so aufgebaut, dass der Morgen jeweils dem Unterricht und der Nachmittag kulturellen Anlässen oder Exkursionen gewidmet ist. Die Kosten bewegen sich zwischen 1750.– bis 1820.– Franken und beinhalten Unterricht, Kursmaterial, Unterkunft in Familien oder Hotels, Halbpension und Flugreise.

Media Lingua, Petersgraben 33, 4003 Basel, Tel. 061/25 20 20

Einsparungen bei Medikamentenkosten

Im Einvernehmen mit dem Schweizerischen Apothekerverein, dem Verband Schweizerischer Spezialisten-Grossisten, dem Verband deutschschweizerischer Ärzte-Gesellschaften und der Pharmaindustrie werden die Margenansätze für Medikamente, die 300 Franken und mehr kosten, per 15. Mai erheblich reduziert. Ein Präparat zum bisherigen Preis von Fr. 800.– wird künftig um mehr als 15 Prozent billiger, nämlich zum Preis von Fr. 675.65, abgegeben.

Die zweite von der Reglementation beschlossene Teilrevision betrifft die Generika (Nachahmepräparate) und ist bereits seit 15. März in Kraft. Gemäss Vorschrift des Bundesamtes für Sozialversicherung muss der Preis der Generika, welche nach Ablauf des Patentschutzes von Originalpräparaten von Zweitanbietern auf den Markt gebracht werden dürfen, 25 Prozent unter demjenigen des Originalpräparates liegen. Das bedeutete bis anhin, dass die an sich preisgünstigeren Generika für den Handel unattraktiv waren, weil die Handelsmarge für Generika in absoluten Franken kleiner war als diejenige für Originalpräparate. Mit der neuen Regelung wird angestrebt, dass die Marge nicht mehr der bestimmende Wettbewerbsfaktor ist, sondern dass sich die Therapiewahl auf die Kriterien Preis und Produkteeigenschaften abstützt und so die Abgabe- und Verschreibungspraxis zugunsten der preisgünstigeren Nachahmeprodukte verschiebt.

Reglementation, 1, place du Port, 1211 Genève

Zentralkurse für Hörbehinderte

Im Laufe dieses Jahres veranstaltet der Bund Schweizerischer Schwerhörigen-Vereine wiederum 11 Zentralkurse. Die an verschiedenen Orten der Schweiz durchgeführten Kurse dauern jeweils eine Woche und bieten den Teilnehmern ein intensives Verständigungs-Training unter kundiger Unterrichtsleitung, Erholung und vielfältige Möglichkeiten, um neue Kontakte zu knüpfen.

Auskünfte und Anmeldungen bei: Pia Haffter, Pfaffenholzstr. 26 B, 8500 Frauenfeld. Tel. 054/21 56 62 (auch Schreibtelefon).

Silberclub: ab Mitte 50

In der Schweiz gibt es sehr viele alleinstehende Damen und Herren reiferen Alters. Sie haben zwar Bekannte, erwachsene Kinder und Freunde, aber am Sonntag sind sie doch häufig allein. An sie richtet sich das Angebot des Silberclubs. Die Anlässe finden in

Leider hat die Schaukäserei in Seewen-Schwyz, auf welche im letzten «Mosaik» hingewiesen wurde, ihre Öffnungszeiten ohne Benachrichtigung geändert. Neuerdings ist sie von Dienstag bis Samstag durchgehend von 9 bis 18 Uhr geöffnet. Es empfiehlt sich jedoch, einen allfälligen Besuch so einzurichten, dass man zwischen 10.30 und 12.30 Uhr am Ort ist, da die Käsemasse während dieser Zeit in die Pressanlage abgefüllt wird.

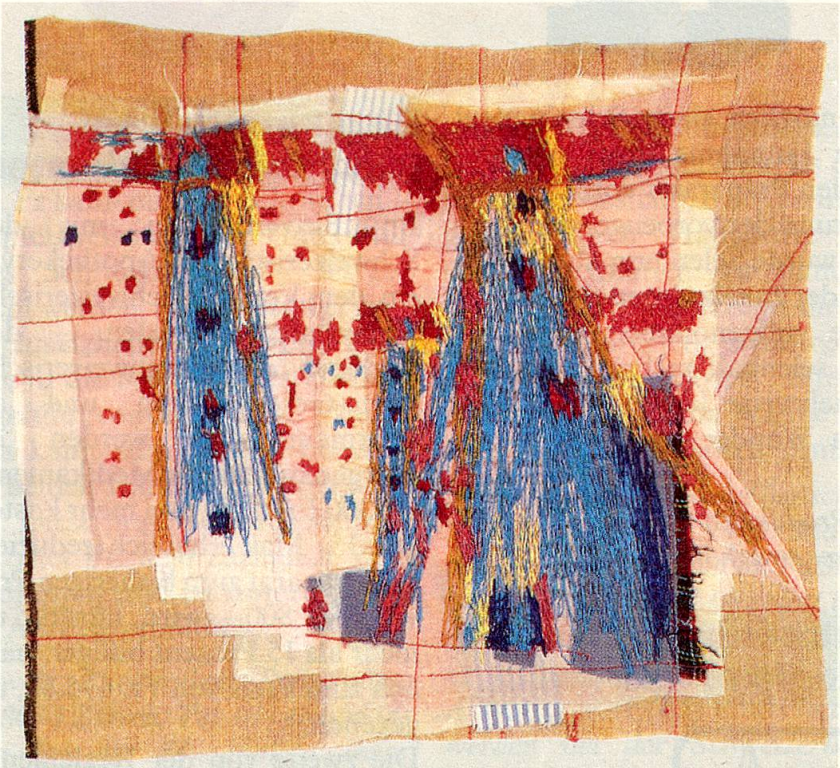
verschiedenen Gegenden der Schweiz statt und reichen von Wanderungen über Theater- und Ausstellungsbesuche bis zum gemütlichen Jass und ungezwungenen Beisammensein.

Silberclub, Moosstr. 15,
6003 Luzern *Tel. 041/23 16 53*
St. Gallen *Tel. 071/42 55 52*
Basel *Tel. 061/23 74 24*
Zürich *Tel. 01/221 23 73*

Mikrowellen im Gespräch

In den letzten Jahren sind die Verkaufszahlen von Mikrowellengeräten auch in der Schweiz drastisch gestiegen. Besonders in Kleinhaushalten oder zum Aufwärmen von Fertiggerichten hat sich dieses einfach zu bedienende Küchengerät bestens bewährt. Trotzdem gibt es immer wieder Gerüchte, welche die Sicherheit der Mikrowellenherde in Frage stellen. Das Konsumentinnenforum der deutschen Schweiz ist dem nachgegangen und hat die Mikrowellengeräte auf Herz und Nieren geprüft: Wozu eignen sie sich? Sind sie gefährlich? Wie gesund kocht man mit ihnen? Die Antworten zu diesen Fragen sind in einer 40seitigen Broschüre zusammengefasst. Die Grenzen dieser neuen Technik werden darin ebenso aufgezeigt wie die Tatsache, dass rund um die Mikrowellen viel unnötige Schwarzmalerei getrieben wird. Praktische Tips, einige Rezepte sowie eine Marktübersicht mit wissenswerten Daten von 102 Mikrowellengeräten runden die informative Broschüre ab. Sie kostet Fr. 9.50 und kann bezogen werden beim:

Konsumentinnenforum der deutschen Schweiz, Postfach, 8024 Zürich, Tel. 01/252 39 14.



Trägerin des »Europäischen Coats Viyella Förderpreises für modernes Stickdesign« 1989

Europäischer Wettbewerb für modernes Sticken

Sticken ist eine Technik, die sich in verschiedensten Formen darstellen lässt. Die Firma Coats Viyella möchte mit diesem Wettbewerb, bei dem ein Förderpreis von 2500.– ECU (ca. 4500.– sFr.) ausgeschrieben ist, das Sticken als Möglichkeit moderner Kunstgestaltung bekanntmachen. Die Teilnahme steht jedem offen, der älter als 16 Jahre ist. Es können auch Gemeinschaftsarbeiten – pro Teilnehmer oder Gruppe aber nur eine – eingereicht werden. Bedingung ist, dass die Stickwerke eigenständige, zeitgemässe Gestaltungen sind, welche innerhalb der letzten zwei Jahre geschaffen wurden. Kopien oder Ausführungen von Entwürfen anderer werden nicht angenommen. Einsendeschluss für Dias von Stickarbeiten ist der 31. Juli, die Jurierung erfolgt im Oktober 1990. Weitere Auskünfte, Wettbewerbsbedingungen und Anmeldeformulare können bezogen werden bei:

Claudia Hützen, Coats Viyella Stickpreis, c/o MEZ AG, Kaiserstrasse 1, D-7832 Kenzingen, Tel. 0049 76 44 80 22 35.

Schweizer Kurkatalog

Von A wie Andeer bis Z wie Zurzach reicht das Angebot im neuen Kurkatalog. Er gibt Auskunft über alle anerkannten Badekurorte der Schweiz, über die Thermal- und Mineralquellen und deren Heilwirkungen. Jeder der 20 Kurorte wird in Wort und Bild vorgestellt und mit einer Preisliste der Hotels ergänzt. Zudem werden die speziellen Gegebenheiten der einzelnen Kurorte erläutert, so dass die Wahl des Kurortes auf die Bedürfnisse, die Konstitution und das Alter des Interessenten abgestimmt werden kann. Zu beziehen ist der Katalog mit einer Postkarte gratis bei:

Schweizerische Verkehrszentrale, Postfach, 8027 Zürich

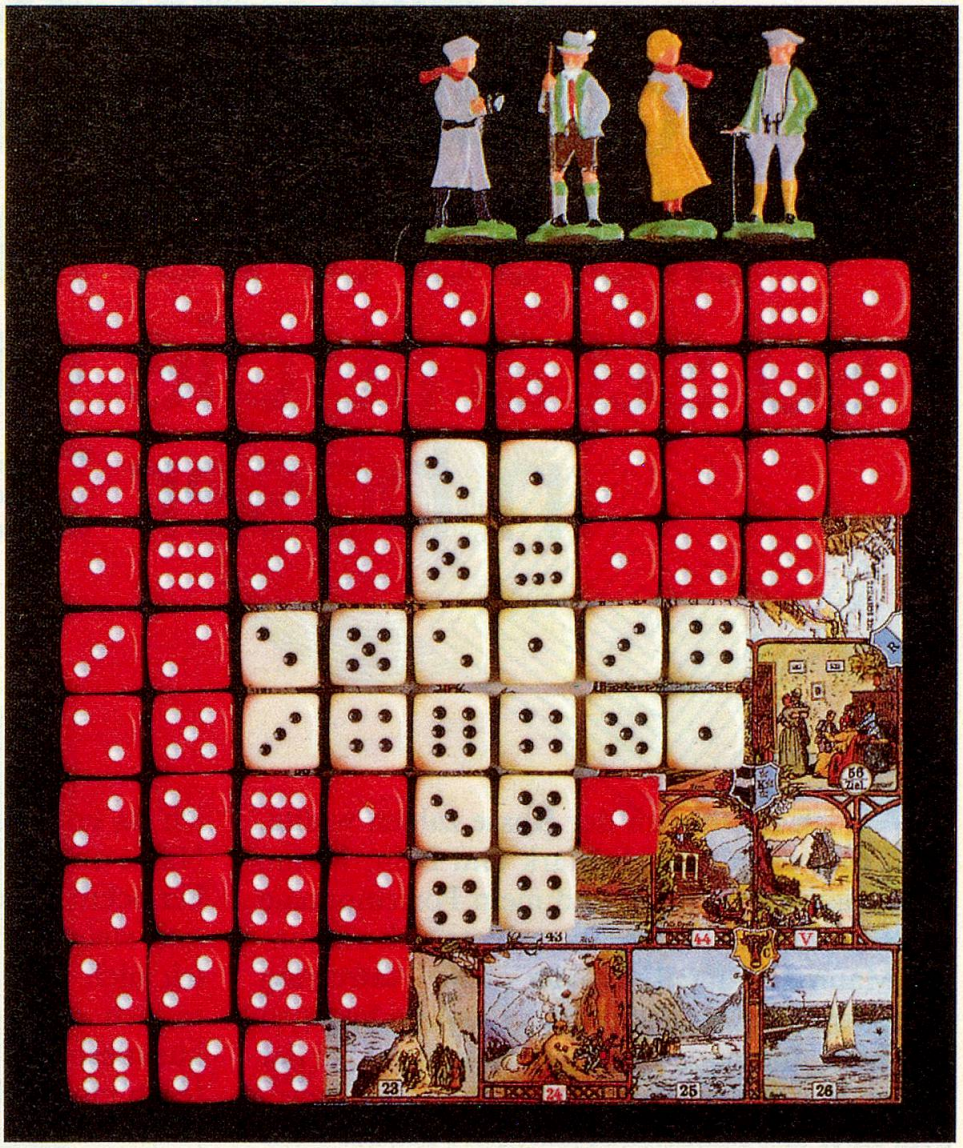
M O S A I K

Spielend durch die Schweiz

«Es gibt wohl kaum ein Land auf der Erde, das sich so häufig in Reisewürfelspielen widerspiegelt wie die Schweiz», schreibt Roger Kaysel im Vorwort zum Katalog über die Ausstellung «Die Schweiz im Spiel».

Und tatsächlich zeigt die noch bis zum 30. Juni dauernde Ausstellung im Kindermuseum Baden eine überraschende Auswahl von Spielen durch und über die Schweiz. Sie haben ihren Ursprung in der Mitte des letzten Jahrhunderts, als das «neumodige Reisefieber» seinen Anfang nahm.

Eines der ältesten Schweizer Reisespiele in der Ausstellung ist das «Abenteuer des Lord Pudding» von 1860, in welchem der Mont Blanc per Würfel erstiegen werden kann. Ein anderes führt auf den Gipfel des Matterhorns oder auf die Jungfrau. Neben diesen viel gefürchteten, aber ebenso oft besungenen Schweizer Bergen haben auch andere helvetische «Spezialitäten» im Spiel ihren Niederschlag gefunden. Ein bunter Strauss von Sing- und Wortspielen, in welchen die Sprachenvielfalt der Schweiz zum Ausdruck kommt, aber sicher auch «Der Armbrust-Schützenkönig» legen davon Zeugnis ab. Natürlich fehlt auch das 1935 erfundene «Monopoly» nicht, welches in seiner Art schon zu verschiedenen neueren Wirtschafts- und Handelsspielen angeregt hat. Nicht um Millionen, aber immerhin um Bundesratssitze geht es in einem anderen kurzweiligen Zeitvertreib. «Wer wird Bundesrat?» heisst jenes Spiel von 1920, in welchem buchstäblich über die Köpfe von Alt-Bundesräten hinweg um einen Platz in der Regierung gewetteifert werden kann!



Die Ausstellung «Die Schweiz im Spiel» im Kindermuseum Baden dauert noch bis zum 30. Juni 1990.

Ein Besuch des Schweizer Kindermuseums in Baden lohnt sich auch unabhängig von dieser interessanten Ausstellung und wäre mitunter einmal einen Ausflug mit den Enkeln wert. Denn viele der hier gehorteten Schätze können nicht nur bewundert, sondern in einem «Spielsalon mit überraschungen» auch ausprobiert werden. Ein «Generationenraum», verschiedene Aktivitätenprogramme und das «Hosensackmuseum», in welchem Kinder ihre eigenen Sammlungen präsentieren, versprechen einen unterhaltsamen und abwechslungsreichen Nachmittag.

Das Schweizer Kindermuseum Baden befindet sich in der Nähe des Bahnhofs. Der Eintrittspreis beträgt Fr. 2.– für Kinder und Fr. 4.– für Erwachsene. Es ist Mittwoch und Samstag von 14 bis 17 Uhr und sonntags von 10 bis 17 Uhr geöffnet und empfiehlt sich für einen Besuch mit Kindern ab sechs Jahren.

Auskunft erteilt das Schweizer Kindermuseum, Ölrainstrasse 29, 5401 Baden, Tel. 056/22 14 44 oder Tel. 056/85 19 19.

Redaktion: Yvonne Türler