

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Band:** 70 (1992)  
**Heft:** 6  
  
**Rubrik:** Aktiv im Alter

### **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:** 06.10.2024

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

# akti

## Irma Dorizzi



Die Schriftstellerin Irma Dorizzi feiert im nächsten Jahr ihren 75. Geburtstag und kann dann gleichzeitig auf 30 Jahre ihres Eigenver-

lags zurückblicken. Sie hat in diesem 18 Eigenwerke, vor allem Märchen, verlegt. In ihnen kann sie ihren Träumen freien Lauf lassen. Daneben gab sie auch Schriften mit Lebensweisheiten in gebundener oder rhythmischer Form heraus. Grosse Beachtung fanden in Fachkreisen jene Bücher, die Irma Dorizzi im St.Galler-Dialekt schrieb, in der Mundart ihrer Umgebung im Osten der Stadt, wo die Schriftstellerin in den 20er und 30er Jahren aufwuchs. Es ist die Sprache der «Grosseltern» voller farbiger Ausdrücke, die wir heute kaum noch hören. Durch alle ihre

Werke ziehen sich wie ein goldener Faden Gemeinsamkeiten: Ihre Liebe zur Heimat, ihre Naturverbundenheit, ihre Toleranz gegenüber allen Völkern und Rassen. Trotz ihres Alters hat sie aber noch keineswegs im Sinn, ihre Hände in den Schooss zu legen. Ihre nimmermüde Phantasie drängt nach neuen Werken: Kürzlich gab sie ihre Jugenderlebnisse als Autobiographie heraus («Im grünen Ring») und hat zur Zeit ein Buch mit dem Titel «Im Tal der Fee Poschia» in Arbeit, welches an den Ursprung ihres Puschlaver Geschlechtes erinnert. C.R.

## Der richtige Mann für jede Stimmung

Foto: Musik Hug, Luzern



André Martano:  
70 Jahre in der gleichen Firma

Der Klavierstimmer André Martano (84) feierte am 1. Oktober 1992 sein **70-Jahr-Dienstjubiläum**.

Mit 14½ Jahren trat er bei Musik Hug eine Lehre als Klavierbauer an. Er hat als Konzertstimmer der «Internationalen Musikfestwochen Luzern» für fast alle grossen Pianisten unserer Zeit den Steinway-Flügel auf ihre besonderen Wünsche hin vorbereitet und dabei manche lustige Episode erlebt: «Einmal beschwerte sich Geza Anda bei mir über die extrem weiche Intonation eines Flügels. Was tun? Kurz entschlossen lieh ich mir im Hotel ein Bügeleisen und glättete die Hämmer des Flügels wieder hart.»

Ein Klavierstimmer auf diesem Niveau ist also nicht nur Handwerker, sondern hat auch eine wichtige

psychologische Funktion. Er gibt dem Künstler die Sicherheit, dass das Instrument in Ordnung ist. Noch heute ist Klavierstimmen Martanos Leidenschaft. Er hat einen uralten Steinway geschenkt bekommen, den er bei sich zu Hause neu besaiten und wieder instand stellen will – eine Arbeit, die längere Zeit dauern wird.

Sibylle Ehrismann

Ein Geschenkabonnement  
der

**ZEITLUPE**

ist immer willkommen.

V

## Fest im Altersheim Riedhof in Zürich

Am 26. September, einem strahlend schönen Samstag, feierte das Altersheim Riedhof das 10-Jahr-Jubiläum mit allem, was dazugehört: Blasmusik, Gartenwirtschaft und Basar. Natürlich wollten da die Bewohnerinnen und Bewohner nicht abseits stehen: Das Orchester spielte die Kindersymphonie von Haydn (der älteste Musiker steht im 99. Altersjahr), und die Turngruppe (Altersdurchschnitt 87 Jahre) zeigte verschiedene Tänze und Übungen, die sie mit Frau Berthi Willen eingeübt hatte. Das Publikum spendete begeisterten Applaus. gl

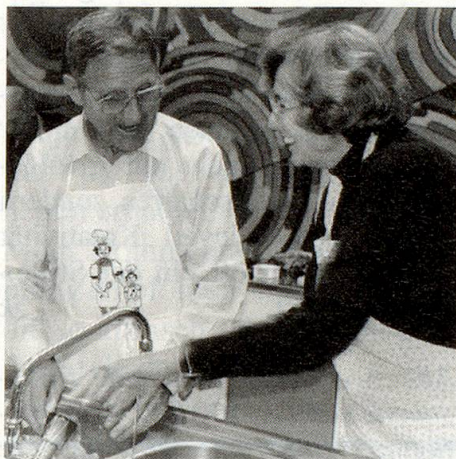
## Ort der Begegnung – ein Vollwertkochkurs

«Vollwertküche, das ist nichts für mich», heisst es oft. Erstens ist es viel zu teuer, und ausserdem muss man stundenlang in der Küche stehen. Dass dies ein Vorurteil ist, bewiesen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Kurses «einfache Rezepte aus der Vollwertküche» der Pro Senectute Baden. Im Handumdrehen zauberten sie bereits am ersten Abend ein feines und erst noch günstiges Menü aus unverfälschten Produkten auf den Tisch.

An einem Freitag abend im Oktober warteten 12 Personen – Frauen und Männer – in der Schulküche Zehntenhof in Wettingen gespannt auf den Beginn des Kochkurses. Zum Teil kannte man sich schon von früher: Einige hatten bereits drei, eine Frau gar vier Kochkurse

besucht, andere waren sich beim «Laufräff» begegnet. Zuerst wurde das Menü besprochen, und die Leiterin Frau Pia von Rohr stellte die im Naturzustand belassenen Nahrungsmittel vor, die für die Vollwertküche verwendet werden sollten und fast überall erhältlich sind.

Pia von Rohr will ihre «Schülerinnen und Schüler» nicht zur Vollwertküche bekehren: «Wichtig ist, dass das Essen schmeckt, am besten, man gewöhnt sich langsam an die Vollwertküche, die ja eigentlich nichts Neues ist. Gerade ältere Menschen kennen sie von früher, als die meisten Lebensmittel noch naturbelassen waren. Da haben meine jungen Schüler schon mehr Mühe, die wissen oft gar nicht mehr, wie ein Getreidekorn aussieht.»



Auch beim Abwasch ist die Stimmung fröhlich. Foto: gl

Nach der kurzen Einführung ging's ans Kochen. Drei Personen bildeten eine Kochequipe und waren für ein Menü verantwortlich. Zur Wahl standen eine Kräuter- oder eine Linsensuppe, ein Getreide-Risotto oder ein Gerstotto mit Salat und als Dessert eine Traubencreme oder ein Birnenquark. Voller Eifer ging man an die Arbeit. Die Küchenschürzen wurden umgebunden, die Gerätschaften und die Zutaten bereitgelegt. Es wurde geschnetzelt, gehackt, geschnitten, gerührt – und schon bald zogen feine Düfte durch die Küche.

Die Köche und Köchinnen haben sich aus den verschiedensten Gründen zu diesem Kurs angemeldet. Die einen interessierte die gesunde Ernährung; einige Alleinstehende meinten, für sich würden sie nicht richtig kochen; andere wollten die Vollwertküche kennenlernen und neue Ideen sammeln; oder wieder einmal in Gesellschaft essen; viele schätzen die Geselligkeit, und andere wollten ihre Kochkünste perfektionieren. Gerade Frauen, die vor ihrer Pensionierung berufstätig gewesen waren, betonten, sie könnten nicht gut genug kochen. Dieser Meinung war auch ein Mann, der seine Frau, die einer Teilzeitarbeit nachgeht, entlasten will. Nun, einige mögen zwar etwas weniger schnell gewesen sein als andere, doch das Teamwork klappte hervorragend. Das Essen stand überall rechtzeitig auf dem Tisch und schmeckte einfach herrlich. Beeindruckend war auch die fröhliche und freundschaftliche Stimmung während des ganzen Kochkurses, sicher nicht zuletzt ein Verdienst der Leiterin, die wenn nötig beratend zur Seite stand, aber alle nach ihrem Gusto kochen liess.

Marianna Glauser

### Der ideale Einkaufszettel für die Vollwertküche:

Getreide und Getreideprodukte aus dem ganzen Korn, frische Gemüse und Salate, nach Möglichkeit aus biologischem Anbau, Kartoffeln, frisches Obst und Früchte (je nach Saison), Milch und Milchprodukte, Freiland Eier, naturbelassene Fette, kaltgepresste Öle, Butter, Honig, Kräuter, Nüsse, Kerne, Samen und Kräutertee.

### Folgendes sollte man mit Vernunft geniessen:

Fleisch (nach Möglichkeit Weidefleisch), Wild, Lamm, Fisch, Süssigkeiten, gekochte Früchte, Schwarztee, Kaffee und Alkohol.

## Stiftung Kreatives Alter: Die ersten Preisträger



Die 1990 gegründete Stiftung «Kreatives Alter» zeichnete im Rahmen einer feierlichen Preisverleihung im Zürcher Kunsthauseaal vor etwa 500 Gästen die elf Gewinner ihres erstmaligen Preis Ausschreibens aus.

325 Personen reichten Arbeiten ein, was gemessen an über 1,3 Millionen in der Schweiz wohnhaften über 60jährigen vorerst einen bescheidenen Anfang darstelle, meinte der Stiftungsratspräsident Hans Vontobel. Er sei aber überzeugt, dass sich der Bekanntheitsgrad und entsprechend die Zahl der Teilnehmer an den Preisausschreiben in den nächsten Jahren kontinuierlich erhöhen werde.

Die elf Preisträger, darunter vier Frauen, kommen aus allen Regionen der Schweiz. Je ein Gewinner aus den Kantonen Solothurn, Tessin, Waadt und Zürich, je zwei aus den Kantonen Bern und Graubünden und drei Gewinner aus dem Kanton St. Gallen. Die preisgekrönten Werke reichen von Lebensbeschreibungen, Gedichten und wissenschaftlichen Werken bis hin zu musikalischen Beiträgen und zur Gestaltung und Aufführung eines Theaterstückes. (Bildende Kunst, z.B. Malerei, Skulptur, wird in der Preisausschreibung nicht berücksichtigt.) Bewusst wurde – so Vontobel – nur jenen Arbeiten und Leistungen ein Preis zuerkannt, die den hoch angesetzten Qualitätsanforderungen der Stiftung «Kreatives Alter» entsprechen. Die Idee der Stiftungsgründer sei es auch, mit dieser Auszeichnung nicht nur Erfolgserlebnisse zu verschaffen, sondern aufzuzeigen, wieviel Kreativität auch im Alter oft «in der Stille» vorhanden ist. zk

Alle zwei Jahre steht eine Preissumme von Fr. 100 000.– zur Verfügung. Der Preis wird für alle nicht berufstätigen Seniorinnen

### Die Preisträger:

**Ermanno Briner**, Breganzona (Musikinstrumentenführer)

**Gretli Chiogna-Juon**, Samedan (Gesang)

**Madame Pierre Fauchère**, Lausanne (Skizzen vom Leben im Val d'Hérens)

**Hans Giger**, Thun (Stochastische Geometrie)

**Elsbeth Heim-Bernegger**, St. Gallen (Klavier)

**Gerhart Klaus**, Grenchen (Begegnung mit Halley)

**Stanley Mason**, Effretikon (Übersetzung deutscher Poesie ins Englische)

**Max Pfister**, Amden (Graubündner Wegbereiter des Barocks)

**Senioren-Theater St. Gallen** (Elsa Bergmann, Leiterin)

**Hans Stalder**, Ittingen BE (Mundarterzählung über das Los eines behinderten Menschen)

**Fritz Tanner**, Maienfeld («Eines Grossvaters Lob seiner misslungenen Erziehung oder Gib einem Kind Deine Hand»)

und Senioren über 60 Jahre ausgeschrieben.

Einsendeschluss: 30 April 1993

Teilnahmeformulare:

Stiftung «Kreatives Alter»

Postfach, 8022 Zürich

## «HEIMELIG»-Pflegebetten

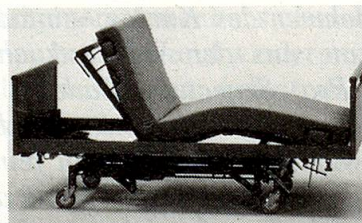
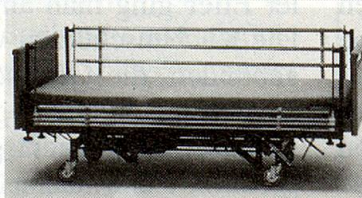
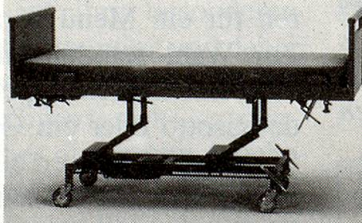
8274 Tägerwilen  
Tel. 072-69 25 17

Vermietung und Verkauf zu günstigen Konditionen

- Pflegebetten
- Bett/Nachttisch
- Patientenlift
- Transport/Ruhesessel
- weitere Hilfsmittel

Unsere Stärke Wir liefern schnell, prompt und zuverlässig

Pflegebett



Transport-/Ruhesessel

