

# Inhalt



## Gesellschaft

**6 Jeden Tag bewusst leben:  
Krise konstruktiv nutzen**  
Ueli Mäder

**10 Nach Wochen – Endlich  
wieder leuchtende Augen**  
Corina Preiswerk

**14 Gutscheinkaktion für den Aargau  
sprengt alle Vorstellungen**  
Paid Content

**16 Notrufsysteme retten Leben  
Die Qual der Wahl bleibt**  
Esther Egger

## Kultur

**8 Ferien im Corona-Sommer  
Wir entdecken unser Land**  
Anton Schaller

**12 La Serenata – drei Musiker  
begeistern ältere Menschen**  
Jürg Bachmann

**18 Fotografie neu entdecken –  
Von Könnern lernen**  
Jürg Bachmann

**20 Unvergesslichen Urlaub  
zu Hause verbringen**  
Linus Baur

**22 Die Kultur steht vor einem  
Digitalisierungsschub**  
Linus Baur

**23 Vom Wandel  
der Erzählung**  
Buchtipps

**24 Aufbruchstimmung  
und Avantgarde in Zürich**  
Linus Baur

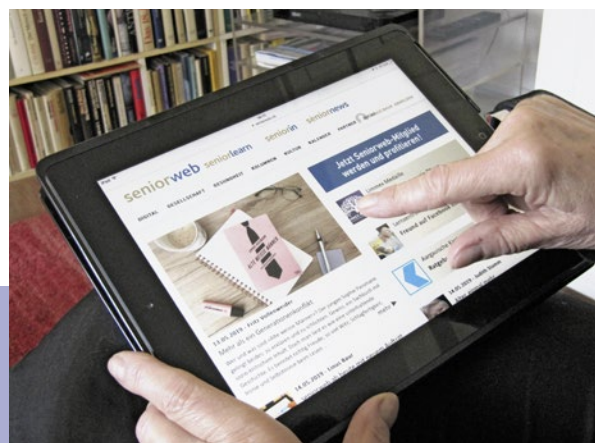
## Impressum

**seniorin** Offizielles Verbandsorgan des ASV **Erscheinung** vierteljährlich **Website** [www.asv-ag.ch](http://www.asv-ag.ch) **Auflage** 3 300 Exemplare **Leserschaft** 8 000 Leser/-innen **Herausgeber** eSenioren GmbH **Mitherausgeber** Aargauischer Seniorenverband (ASV) [info@asv-ag.ch](mailto:info@asv-ag.ch), Esther Egger, Präsidentin, Tobelstrasse 8, 5416 Kirchdorf, Telefon 056 282 56 50, [es.egger@bluewin.ch](mailto:es.egger@bluewin.ch), Zürcher Senioren- und Rentner-Verband (ZRV), 8032 Zürich, Telefon 044 422 81 00, [info@zrv.ch](mailto:info@zrv.ch), [www.zrv.ch](http://www.zrv.ch), Seniorweb AG, Werdstrasse 8, 8004 Zürich, Telefon 044 380 34 77 **Redaktion** Jürg Bachmann, Anton Schaller, Linus Baur,

Esther Egger, Corina Preiswerk, Silvio Seiler, Cäcilia Hänni **Autoren** Ueli Mäder, Ruth Ellenberger, Regina Wirz **Bilder** gemäss Quellen, Autoren, istock, **Titelbild** Josef Ritler **Layout** Pomcanys Marketing AG, Zürich, [www.pomcanys.ch](http://www.pomcanys.ch) **Druck** Stutz Medien AG, Wädenswil, [www.stutz-medien.ch](http://www.stutz-medien.ch) **Papier** 150 g/m<sup>2</sup> Novatech Satin halbmatt beidseitig gestrichen weiss FSC Mix **Korrektorat** Sandro Giovanoli, [www.bygiovanoli.ch](http://www.bygiovanoli.ch) **Anzeigenverwaltung** Stutz Medien AG **Ansprechpartner** Michelle Brönnimann, Telefon 044 783 99 23, [michelle.broennimann@stutz-medien.ch](mailto:michelle.broennimann@stutz-medien.ch)

printed in  
**switzerland**





## 26 Ein wenig bekannter Zürcher Naturwissenschaftler

Corina Preiswerk

## 24 Zu Gast Im Gasthof Fabriggli

Regina Wirz

### Lifestyle

---

## 14 Was hat der Darm mit unserer Gesundheit zu tun?

Ruth Ellenberger

## 19 Überflüssige Kilos loswerden

Paid Content

## 28 Die heimische Tierwelt auf dem Balkon entdecken

Paid Content

## 29 Rätsel

Mitmachen und gewinnen



### Digital

---

## 30 Corona-Krise – eine spezielle Herausforderung

seniorweb

## 31 Digitalkompetenz erwerben und aktiv am Leben teilhaben

seniorlearn



### Verbandsinfos

---

## 32 Wir geben dem ASV ein Gesicht ...

## 34 Erinnern Sie sich ...?

## 34 Positionspapier zu Palliative Care

## 35 Agenda & Anlässe

Supported by **seniorweb**