

Unsere Autorinnen und Autoren in dieser Ausgabe  
**MENSCHEN, DIE ETWAS ZU SAGEN HABEN**



Roger  
Schawinski,  
70



Josef Imbach,  
69



Franz Josef  
Köb  
64



Prof. Dr.  
Helmut Bachmaier  
67



Susanne Pap  
60



Julia Onken  
73



Reto W. Kressig  
54



Benita  
Cantieni  
65



Helga S. Giger  
75



Mathias Jung,  
73



Adil Koller,  
21



Klaus  
Ruthenbeck  
74



Rudolf Zulauf,  
73



René Künzli  
73

**INTERVIEW 4**  
*Roger Schawinski*

Nach vorne schauen,  
Visionen haben!

**AUSWANDERUNGEN 8**  
*Julia Onken /Rudolf Zulauf/Meta Zweifel*  
Späte Auswanderer

**WOHNEN 12**  
*René Künzli*  
Wohnen im Alter: Wie planen?

**WOHNEN 14**  
*Meta Zweifel*  
Wohnwelten - Variationen

**WOHNEN 17**  
*Helga S. Giger*  
Vom Umzug in  
meinen Adlerhorst

**PORTRÄT 18**  
*Meta Zweifel*  
Die Herren vom Bodensee

**INTERVIEW 21**  
*Helmut Bachmaier*  
Glück  
Was kann das sein?

**ESSAY 24**  
*Franz Josef Köb*  
Neue Freiheiten  
Der Bach und der Acker

**ESSAY 25**  
*Horst W. Opaschowski*  
Wann ist der Mensch alt?

**KOLUMNE 26**  
*Adil Koller*  
Der Duft meiner Kindheit

**POESIE 28**  
*Gottfried Keller*  
Stille der Nacht

**BÜCHERSEITE 29**  
*Meta Zweifel*  
Reisen ins Damals-Land

**WEINERS BÜCHERSEITE 30**

**ESSEN & TRINKEN 31**  
*Josef Imbach*  
Lauter Küchenlegenden

**ALTERSDISKRIMINIERUNG 33**  
*Meta Zweifel*  
Mein lieber (junger) Schwan!

**KALEIDOSKOP 34**

**FUNDSACHEN 37**

**SEXUALITÄT 38**  
*Mathias Jung*  
Lasst uns fliegen!

**KOLUMNE 40**  
*Klaus Ruthenbeck*  
Opi, mach beim Schwimmen den  
Frosch!

**KOLUMNE 41**  
*Meta Zweifel*  
Von wegen Sparsamkeit

**DER AUFRECHTE GANG 42**  
*Benita Cantieni*  
Gleich nach dem Aufwachen...  
Ein Zwiegespräch

**ESSAY 43**  
*Susanne Pap*  
Mutter am Computer

**ERNÄHRUNG 44**  
*Reto W. Kressig*  
Mehr Proteine  
auf den Teller

**KLEINANZEIGEN / SCHREIBWETTBEWERB 46**

**IMPRESSUM 16**

**VORSCHAU**

Kreativität erfüllt  
Spielen vitalisiert  
Gelassenheit stärkt

Die nächste Ausgabe  
erscheint am 20.08.2015