

Zeitschrift: Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft
Herausgeber: Pro Senectute Basel-Stadt
Band: - (1989-1990)
Heft: 1

Artikel: Umwelt und Alter
Autor: Appius, Guido
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-843665>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 13.01.2026

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

Umwelt und Alter



**Guido
Appius**

Wie doch gewisse Begriffe mit der Zeit einen andern Gehalt bekommen können. Ein gutes Beispiel dafür ist das Wort Umwelt. Ich wollte wissen, was denn Betagten dieses Wort bedeutet. Ob und welche Erinnerungen es in ihnen wachruft. Um dies zu erfahren, sass ich Anfang Jahr im Altersheim Neubad mit sechzehn Pensionärinnen und Pensionären in einer ungewöhnlichen Gesprächsrunde. Schon die Tatsache, dass sich freiwillig diese stattliche Zahl zusammenfand, darf als bemerkenswertes Interesse gewertet werden. Vier Teilnehmer waren über 90 Jahre alt und nur zwei von ihnen weniger als 80jährig.

Umwelt, die heile Welt von einst

«Wie war das doch schön, als man noch auf der alten, hölzernen Mittleren Brücke gluggere konnte. Ich kann mich noch so gut daran erinnern, wie ich einmal bäuchlings einem Glugger nachgrübelte, der sich in einer Bretterritze verlor, und wehmütig musste ich ihm nachsehen, wie er dann in den Rhein fiel.» – «Wir spielten auf offener Strasse im Herrengrabenweg. Das einzige und erste Auto, das uns später störte, war das Feldschlössliauto.» – «Wir konnten uns tummeln, ohne je in Gefahr zu kommen: Seiligung, Reiflen, Surri drehen usw. – herrlich.» – «Die Stadt war noch viel kleiner. Alles ging ruhiger vor sich. Die Strassen waren wenig belebt. Die Alten sassen abends etwa noch vor ihrem Haus auf einem Bänklein. Man plauderte mit den Vorübergehenden.»

Und heute

«Achtzig Jahre später ist vieles anders geworden. Wir erleben ein Geschehen, das uns Gutes und weniger Gutes empfinden lässt. Nur zu gern vergisst mancher den positiven Wandel. Um wieviel angenehmer ist vor allem die häusliche Lebensweise. Licht, helles Licht und Wärme, wohlige Stubenwärme ist so selbstverständlich geworden. Wie reichhaltig ist die Ernährung! Wie essen wir doch gut in unserem Haus.» – «Und das Telefon! Wie manche vertraute Plauderstunde ermöglicht es uns mit unsren fernsten Verwandten und Bekannten!» (Erstaunlicherweise hat niemand das Fernsehen erwähnt! Auch auf die AHV kam

niemand zu sprechen. Sind diese Errungenschaften schon so selbstverständlich, als hätte es sie schon immer gegeben?»

Der Verkehr

«Darunter leiden wir Betagten am meisten. Davon sind wir in unserem Alter direkt betroffen, und grosse Unsicherheit bemächtigt sich unser, wenn wir unsere Einkäufe noch selber machen. Bewegung ist ja vor allem im Alter sehr wichtig, und wenn mit dem Angenehmen auch das Nützliche verbunden werden kann, weshalb sollten wir nicht selber für uns besorgt sein? Aber ist es nicht ein Wagnis, sich auf die Strasse zu begeben? Auf dem Trottoir sind wir bald so gefährdet wie beim Überqueren der Strasse auf dem Zebrastreifen.» – «Wenn wir früher noch auf offener Strasse spielen konnten, so bleibt heute den Kindern fast nur noch das Trottoir in Hausnähe als Spielfeld. Was den Kindern zu gönnen ist, wird für uns Betagte zum grossen Problem. Blitzartig tauchen da kecke Drei- und Zweiradfahrer auf und fahren ihren tollkühnen Slalom um unsere Gehstöcke. Die Knirpse können nicht wissen, dass sie uns damit in grosse Not bringen. Wenn sie stürzen, bleiben in der Regel ihre Knochen ganz, vielleicht ist das Velo havariert. Umgekehrt bei uns. Der Begleitstock bleibt zwar ganz, aber unsere Knochen gehen in Brüche. Bis sie wieder geheilt sind, sind viele Wochen verstrichen.» – «Das Überqueren der Strasse bringt uns besondere Schwierigkeiten. Da stehen wir am Trottoirrand und warten, warten und warten. Sieht uns der Automobilist wirklich, wenn wir die Fahrbahn betreten? Berechnet er unsere Langsamkeit richtig? Selbst bei den Fußgängerampeln fühlen wir uns nicht sicher. Die Fußgängerphasen sind oft kurz, zu kurz für uns. Und eben, Zebrastreifen sind schon manchem zum Fallstrick geworden. Sie sollten mehr Sicherheit garantieren.» – «Der stets noch anwachsende Verkehr beeinträchtigt uns schon am direktesten.»

Die Luft

«Gute und schlechte Gerüche hat es schon früher in der Luft gegeben. Aber neu sind Meldungen am Radio, dass Kleinkinder oder Betagte an gewissen Tagen nicht mehr ins Freie gehen sollten. Wo führt das hin? Mich dauern vor allem die Kinder. Aber was ist zu tun?» – «Das bleifreie Benzin sollte schneller allgemein verwendet werden müssen. Verringerung des Autoverkehrs. Es sollte nicht mehr vorkommen, dass Einpersonenfahrzeuge zirkulieren. Haben denn nicht vier Personen in einem Personenvan Platz?» (Das «Füllen» der Personenvan führte bei der Aussprache zu einer Auseinandersetzung. Nicht jedermann will doch mit irgendjemand

dem ins Auto steigen.) «Spraydosen mit schädlichen Treibgasen sollten verboten werden.»

Wasser und Hygiene

«Ist das Wasser wirklich sauberer geworden? Schwimmen wieder wie früher so viele verschiedene Fische im Rhein?» – «Es ist gut, dass mit phosphatfreien Waschmitteln der Verschmutzung Einhalt geboten werden kann.» – «Ganz allgemein sollten wir mit unserem Trinkwasser sparsamer umgehen. Überhaupt verschwenden wir viel zu viel an Gebrauchsgütern. Früher hat man im Umgang mit den Dingen des Alltags grössere Sorgfalt verwendet, man hat die Kleider länger getragen, man ist mit dem Korb zum Einkauf gegangen. Es wurde viel weniger Verpackungsmaterial gebraucht, entsprechend gab es weniger Abfall. Vielleicht war's nicht immer ganz hygienisch, aber ist denn heute der Preis, den man für die Hygiene bezahlt, nicht zu hoch, und bringt die Abfallverwertung des hygienischen Verpackungsmaterials nicht viel schwerwiegender Entsorgungsprobleme?» – «Weissere Wäsche und dafür schmutzigeres Wasser? Solange genug sauberes Trinkwasser vorhanden ist, die Kläranlagen funktionieren und die Giftstoffe weggeschafft werden können, mag es ja noch gut sein.» – «Wir dürfen froh sein, dass heutzutage viel mehr kontrolliert wird und Umweltsünder schneller erwischt werden. Aber besser wäre es, wenn die Natur wieder ins Gleichgewicht gebracht werden könnte, wenn sie aus eigener Kraft sich erneuern könnte und nicht auf zu viele künstliche Hilfen angewiesen wäre.»

Gefährliche Erfindungen

Am Schluss der Gesprächsrunde fragte ich, welche Erfindungen der modernen Zeit wohl besser nicht hätten gemacht werden sollen. An erster Stelle wurde die Atomspaltung genannt. «Die Welt benutzt in wachsendem Masse die Kernenergie. Aber die Atommüllentsorgung wird kommenden Generationen Probleme bereiten. Tschernobyl hat gezeigt, wie gefährlich die Produktionsstätten von Kernenergie sind und wie menschliches Versagen leider auch in Zukunft Anlass zu unvorhersehbaren Unfällen sein könnte. Aber es wird schwierig sein, von der Kernenergie wegzukommen, weil wir ja immer noch mehr Strom brauchen.» – «Ganz bedenklich ist die Umweltverschmutzung des Weltraumes durch immer mehr Satelliten. Es ist einfach unheimlich, was da über unseren Köpfen durch den Himmel saust.» – «Immer mehr Geld wird in diese Forschung gesteckt, während wir auf dieser Erde noch immer von Krieg und Hungersnöten bedroht werden.» (Als drittes wurde die Herstellung von chemischen Waffen ver-

urteilt. Der Hinweis auf die Giftstoffwaffen kam, weil in der Presse an diesem Tag über die Auseinandersetzung zwischen USA und Libyen wegen der vermuteten Chemiewaffenfabrik berichtet wurde.)

Kein Thema war an diesem Abend die sonst in letzter Zeit immer stärker ins Bewusstsein der Bevölkerung dringende Genmanipulation bzw. Gentechnologie. Ob die junge Wissenschaft der Genetik die Betagten nicht mehr interessiert?

Eine neunzigjährige Pensionärin hat ihre Gedanken zu unserem Thema recht eindrücklich in Verse gefasst. Sie will allerdings anonym bleiben. Aber was sie zu sagen hat, soll den Lesern nicht vorenthalten bleiben.

Ich werde dir nun eine Predigt halten,
Doch bitt' ich dich, mich richtig zu versteh'n,
Du hast das Recht, mich sofort abzuschalten,
Ohne Entschuldigung von mir zu geh'n.

Du hast ein Auto, sag mir wieviel Stunden
Du unnütz damit fährst herum,
Du hast einen Fernseher, um hineinzuglotzen,
Wenn was gegeben wird auch noch so dumm.

Dir gab der liebe Gott zwei Augen
und siehst doch nicht, dass unsre schöne Welt
Zugrunde geht, dass unsre Wälder sterben,
Dass du am Ende eines Abgrunds stehst.

Du siehst es nicht, dass Meere, Flüss' und Seen
Von Abfall und von Gift geschwängert sind,
Du siehst auch nicht die rauchenden Kamine
Daraus giftige Gase steigen in den Wind.

Und sollst du einmal deine Meinung sagen,
Stellt man ein Wahllokal für dich bereit,
Dann hört man dich auf einem Sportplatz sagen:
Ich hab zum Wählen einfach keine Zeit.

Vielleicht kommt auch bei dir einst das Erwachen;
Doch weisst du, ob es dann noch Zeit
Die Fehler alle wieder gut zu machen,
Du, der du Schuld trägst an der Erde Leid!

Guido Appius, Gesprächsleiter

Volkstanzen – ein ganzheitliches Heilmittel für unsere Zeit



Gesund und mobil durchs Volkstanzen.

Foto Heidi Itin

Immer wieder habe ich beobachtet, wie das Volkstanzen die Menschen aufheizt. Besonders am Schluss eines gelungenen Tanzes erhellen sich die Gesichter und die Zunge löst sich, es entsteht befreiendes Plaudern, ganz wie von selbst. Es ist, wie wenn die Bewegung der Beine und Füsse in das Herz und den Kopf steigt. Man wird beweglich, wendet sich auch unbekannten Mittänzern zu, lacht und ereifert sich, besonders auch dann, wenn die Tanzschritte nicht ganz «geraten» sind. Fast unbeschwert mit der Begleitung von Musik und Nachbarn links und rechts wagt man sich auch auf unbekannte Strecken. Ist der Weg bekannt, so entsteht doppelte Freude über Vertrautes. Man wird fähig, andere zu animieren und die Freude weiterzugeben.

Warum soll Tanzen, so betrachtet, nicht ein Heilmittel sein? Ich meine, es sei ein ausgezeichnetes Heilmittel für die Seele. Irgendwie lassen die Berührungen, das Miteinander, das Drehen und Schwingen die Seelen gesunden oder gesund erhalten. Und nicht nur die Seele erfährt durch das Volkstanzen einen Schub Lebensfreude, sondern der ganze Körper wird von Kopf bis Fuss davon erfasst. Diese Bewegung habe ich oft an mir selber erfahren. Habe ich mich an einem Abend müde in die Volkstanzstunde geschleppt, so kam ich am Schluss erfrischt und behenden Schrittes nach

Hause. Manchmal hätte ich Bäume ausreissen, einfach irgend etwas in Angriff nehmen mögen.

Wenn Tanzen uns wirklich ganzheitlich erfasst, so hilft es sicher, zusammen mit anderen Hilfsmitteln, unsere seelischen Knoten und Probleme lösen.

Sich aufzumachen, Hemmungen ablegen, über den eigenen Schatten springen, manchmal über sich selber lachen, sich hineinziehen lassen in einen Kreis, sich zusammenfinden und miteinander reden, aber auch wieder alleine sein, gefüllt mit frohmachenden Erlebnissen, sind wichtige Elemente auf unserem Lebensweg in dieser Welt. Es geschehen beim Tanzen Dinge, für die es gar keine Worte gibt; es lässt sich nicht in Worte fassen, weil es Dinge des Herzens sind.

Ich wünsche mir, dass mehr Männer von diesen Dingen erfasst werden, dann wäre das Tanzen sogar ein Allerwelts-Heilmittel. «Wenn die Männer mehr tanzen würden, hätten sie keine Zeit, um Waffen zu schmieden und Kriege zu führen!» Das sagte uns Mushiko am Ende einer Füriger Tanzwoche. Tanzen ist also auch ein Heilmittel zum Frieden. Es müsste viele erfassen, rund um den Erdball! *Yvonne Zimmer, Tanzleiterin*