

**Zeitschrift:** Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft  
**Herausgeber:** Pro Senectute Basel-Stadt  
**Band:** - (1989-1990)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Gedanken zu Gruppen  
**Autor:** Lorenz, Doris  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-843688>

#### 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>**

# Quartiertreffpunkt Davidseck



Unser  
Quartiertreff-  
punkt  
Davidseck.

Seniorentreffen, jeden Mittwoch, von 14.30–16.30 Uhr an der Davidsbodenstrasse 25 in Basel.

Wir sind eine Gruppe von ca. zehn bis fünfzehn Seniorinnen und Senioren, die sich regelmässig treffen. Gemeinsam erstellen wir ein Programm, z.B. Ausflüge von Frühling bis Herbst. Viele sind leider nicht mehr gut zu Fuss. Wir machen deshalb Fahrten mit dem Umweltabo, setzen uns dann in eine gemütliche Gartenwirtschaft. Dort diskutieren wir über ein Thema oder sprechen über das aktuelle Tagesgeschehen. Wichtig ist uns immer das persönliche Gespräch, damit wir einander kennenlernen und Vertrauen entsteht. Die Senioren treffen sich auch ohne mich während der Woche oder am Wochenende. Sie besuchen sich im Spital, helfen einander beim Einkaufen oder begleiten sich zu einem Arztbesuch. So entstanden länger dauernde Beziehungen, ja sogar Freundschaften. Für viele ist es fast die einzige Möglichkeit, ein Gespräch zu führen. Die Gruppenteilnehmer sind zwischen 72 und 78 Jahren. Da erleben wir auch das Nachlassen der körperlichen Kräfte, was auch immer wieder eines unserer Themen ist. Die Teilnehmer wünschten auch, ihre Lieder zu singen. Wir stellten gemeinsam ein Liederbuch zusammen. Fröhlichkeit und

Lachen ist etwas, das wir nicht missen möchten und das uns den Alltag leichter macht. Einzelne Senioren besuchen den Quartiertreffpunkt auch zum Mittagessen oder zu einer Abendveranstaltung. Die meisten wagen sich aber abends nicht aus dem Haus. Wir bekommen auch Anregung von aussen. Ein Soziologie-Student, der eine Diplomarbeit über das Medienverhalten der Senioren schrieb, diskutierte mit uns über das Thema, das uns auch später noch beschäftigte und zu angeregten Gesprächen führte.

Wir machen auch jedes Jahr am Strassenfest des Quartiertreffs mit, feiern zusammen Santiklaus und treffen uns am Stephanstag. Wir sind froh um neue Gesichter. Auch Jüngere, die mitmachen wollen und Ideen bringen, sind willkommen. Oft entsteht auch eine spontane Diskussion mit einem jüngeren Quartiertreff-Besucher. Wir stellen dann fest, dass die verschiedenen Generationen mit ihren Ansichten oft gar nicht so weit auseinander liegen. Älter werden mit seinen Problemen nicht nur ein Thema für Senioren, sondern interessiert auch Jüngere. Sie möchten sich orientieren, wie ihr Alter aussehen könnte oder ihre Vorstellung zum Thema Alter überprüfen.

Jo Eberhard

# Gedanken zu Gruppen

Von Kindesbeinen an bewegen wir uns in Gruppen, wir spielen, lernen und vergnügen uns in Gruppen. Im ganzen Leben ist es für uns wichtig, als ein Teil einer Gruppe zu gelten, mit der wir uns identifizieren und stark fühlen. Das Selbstbewusstsein wird gestärkt in der Gruppe, sei es im Gesangsverein, im Judoclub, in der Französischkurs-Gruppe. Nicht ohne Stolz betonen wir das «WIR».

Die Männer der älteren Generationen lebten ihre Gruppenidentifikation am Arbeitsplatz, in Vereinen, Gewerkschaften und im Militär weiter. Viele Frauen konnten dies höchstens an der Seite ihrer Ehemänner und nicht selbstständig pflegen.

## Ein Rundblick

Unsere Stadt hat eine zunehmende Anzahl von Einpersonen-Haushalten zu verzeichnen. Viele dieser Haushalte werden von einer grossen Anzahl von verwitweten und alleinstehenden Frauen geführt. Durch ihre Geschichte fehlte ihnen oft die Gelegenheit, sich Gruppen anzuschliessen, um dort neue Bekanntschaften zu pflegen. Neue menschliche Kontakte zu knüpfen, ist wichtig und wertvoll, dies muss immer wieder neu geübt werden.

## Eine Gesprächsgruppe

Gedanken, wie oben erwähnt, veranlassten uns vor bald vier Jahren, die Gruppe «Gmeinsam statt einsam» zu gründen. Eine Gruppe, die zum Ziel hatte, ganz einfach zusammenzusitzen, «nur zu tratschen», für einander dazusein, vorerst ohne grosse Aktivitäten zu planen, sondern einmal zu hören, was denn unsere zukünftigen Teilnehmerinnen wünschen.

Nach wechselreichen Jahren – der Treffpunkt und der Name ist nicht mehr der gleiche, ein paar Frauen sind weggeblieben oder neue hinzugekommen – weisen wir einen stolzen Bestand von dreizehn Frauen auf, die sich z.T. wöchentlich am Mittwochnachmittag treffen, einmal mit Leitung, einmal ohne. Nach unserem Stammlokal nennen wir uns heute «Clarahof-Gruppe».

## Die Clarahof-Gruppe heute

Das «WIR», die Gruppe ist wichtig geworden. Erwartet, vermisst oder gebraucht zu werden, ist im Alter genauso wichtig wie in jüngeren Jahren. Längere Abwesenheit von einzelnen erweckt regelmässig Sorge und Nachfrage. Neue Bekanntschaften entstehen, die ausserhalb der Gruppe gelebt werden. Ein Telefonanruf, ein «Guten-Morgen-Gruss» einer andern Teilnehmerin wird sehr geschätzt.

Initiativen für Unternehmungen entspringen aus der Gruppe. Es reicht, einen kleinen Stein zu werfen, schon for-

men sich ein, zwei, drei Kreise und Wellenmuster entstehen, d.h. Vorschläge und Ideen werden eingebracht und von Zeit zu Zeit verreisen wir oder unternehmen andere.

Seit drei Jahren hilft diese Gruppe bei den Vorbereitungsarbeiten für die alljährliche «Niggi-Näggi-Feier», zu der alle Zugewandten der Sozialberatung der Pro Senectute eingeladen sind, tatkräftig mit und zwar beim Mitdenken, Mitplanen, Dekoranzertigen und Gutzi-Backen usw.

Zurzeit sind wir in unserer Sommerresidenz in der Schlipferhalle Riehen, wo wir aufmerksame Gastfreundschaft geniessen. An regnerischen Tagen gewährt uns das gemütliche «Turmstülli» Odbach. Die warmen Mittwochnachmittage geniessen wir unter dem schattenspendenden Blätterdach. Zur Winterzeit sind wir in unserem Stammlokal «Clarahof» einquartiert, umsorgt von der Wirtin, Frau Novak, und von Frau Roth, die uns bedient. Im Säli können wir auch mal hitzige Diskussionen führen, ohne dass die andern Stammgäste erstaunt aufblicken, wenn es so lebhaft zugeht.

Unsere Geschichte hat ihren ganz besonderen Stellenwert, oft diskutieren wir darüber, wer jetzt wen mitgebracht hat und wer vor wem schon dagewesen ist.



Die «Clarahof-Gruppe».

Foto Barbara Bubendorf

#### Fazit

Wir haben uns im aufmerksamen Zuhören geübt und die Gesprächspartnerin ausreden lassen. So können engagierte Diskussionen geführt werden. Finanzielle Probleme können Inhalte dieser Diskussionsrunden sein oder wir reden ganz einfach über günstige Carfahrten, Lebensprobleme, neueste Heilmethoden, leckere Kochereien, politische Themen. Kurz, die Vielfalt der Themen ist gross und zu jeder Sparte hat es Fachfrauen, die gut informiert sind.

Abschliessen will ich mit Worten von Prof. Dr. R. Battegay, gesprochen anlässlich einer Tagung zu Ehren seines 60. Geburtstages: Er bezeichnete die Gruppe als das Milieu, in dem sich das Individuum in und mit seinem Selbst verwirklicht. In Abwandlung des Satzes «der Mensch wird am Du zum Ich» sagte er, «der Mensch wird am WIR zum Ich».

Doris Lorenz

## Möglichkeiten und Chancen von Selbsthilfe-Gruppen im Alter

Vom 27.-29.9.88 fand an der Uni Freiburg unter dem Titel «Selbsthilfe-Organisationen der Senioren in der Schweiz» bereits die 2. Tagung dieser Art statt.

Unter der Moderation von Prof. Dr. H. D. Schneider der Uni Freiburg und Dr. N. Ischi von Pro Senectute Schweiz stellten während diesen drei Tagen Vertreter unterschiedlichster Gruppierungen eine reiche Palette von Alten-Selbsthilfen vor.

Für Sie habe ich mich in Freiburg umgeschaut und dabei ein paar Gedanken über Möglichkeiten und Chancen von Selbsthilfe und insbesondere Alten-Selbsthilfe zusammengetragen.

#### Was verstehen wir unter Selbsthilfe?

Gerhard Haag, Direktor des «Deutschen Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Frankfurt a. M.» hielt in seinem Referat hierzu fest: «Von Selbsthilfe kann wohl dann gesprochen werden, wenn jene, die objektiv oder auch in ihrer subjektiven Einschätzung von einer Notlage betroffen sind, sich selber helfen».

Dabei gilt zu beachten, dass Selbsthilfe stets auf Freiwilligkeit, Eigeninitiative und Selbstbestimmung basiert. Durch ihr Tätigsein können Selbsthilfe-Gruppen auf Schwächen und Lücken in unserem sozialen Netz hinweisen. Sie suchen sich ihre Aufgabenbereiche selber und zwar ohne das Ziel, die staatlichen Versorgungsdefizite auszugleichen. Und trotzdem bildet die Selbsthilfe einen nicht wegzudenkenden Bestandteil in einer kooperativen, gleichberechtigten Zusammenarbeit zwischen Laien und Experten, d.h. zwischen Selbst- und professioneller Hilfe.

#### Altenselbsthilfe

In der Altenselbsthilfe stellen wir immer häufiger Schicksalsgemeinschaften von behinderten, kranken oder auch einsamen alten Menschen fest, welche aufgrund ihres gemeinsamen Schicksals kollektive und soziale Anstrengungen unternehmen zur Verbesserung ihrer Situation.

Soziale Gemeinsamkeiten können z.B. sein:

- das Ausscheiden aus dem Berufsleben
- die gesellschaftliche Situation im Alter (Isolierung)
- die familiäre Situation (z. B. Ablösung der Kinder, der Tod des Partners, Krankheit von Angehörigen)
- Gesundheit und körperliche Leistungsfähigkeit im Alter
- Fragen der finanziellen Sicherung
- die Vermittlung von Arbeitseinsätzen älterer Menschen

um nur einige wichtige Themen herauszufinden. Grob gesehen, können wir

zwei Kategorien von Selbsthilfe-Gruppen unterscheiden: Die einen, denen es mehr um Geselligkeit, Unterhaltung und Freizeitgestaltung geht, d.h. indem sie in erster Linie nach mehr Harmonie streben, versuchen sie der Einsamkeit, Isolation und Langeweile entgegenzuwirken. Da trifft sich z.B. jeden Mittwochnachmittag eine Gruppe von Seniorinnen, welche in offenen Gesprächsrunden aktuelle Themen diskutieren oder Ausflüge planen.

Daneben gibt es aber auch Alten-Selbsthilfe-Gruppen, so Herr Haag, die ihre Kraft aus der Bereitschaft beziehen, gesellschafts- und sozialpolitische Fragen, die Ausgangspunkt und Ursache von Konfliktsituationen sein können, aufzugreifen und an ihnen zu arbeiten.

So waren u.a. die stark politisch engagierten Grauen Panther an der Tagung vertreten. Aber auch bedeutend kleinere gemeinnützig und politisch tätige Selbsthilfe-Gruppen durften an dieser Tagung grössten Applaus ernten.

Z. B. die Brockenstube Gränichen, welche es verstand, durch den Gratiseinsatz von Senioren im Durchschnittsalter von 78 Jahren eine Menge Geld zu erwirtschaften. Aus einer Alters-Turngruppe von 25 bis 30 Männern hervorgegangen, hat sie unter dem Motto «Das Alter hilft sich selbst» von 1972 bis 1982 über eine Million Franken für den Bau eines Altersheimes aufgebracht. Dieses und Beispiele ähnlicher Art, haben an dieser Tagung einmal mehr bewiesen, dass gesellschaftliches und soziales Engagement nicht zwangsläufig beim Erreichen des Rentenalters halt machen müssen.

Mich würde es nun interessieren, ob Sie als Akzent-Leser oder -Leserin auch schon Erfahrungen mit Selbsthilfe-Gruppen gemacht haben.

Bitte teilen Sie mir in einem kurzen Brief Ihre Erlebnisse mit. Ihre Zuschriften senden Sie an: Pro Senectute Basel-Stadt, Stichwort «Altenselbsthilfe» z. H. Herrn D. Keist, Luftgässlein 1, Postfach, 4010 Basel. Mit dem Einverständnis der Textverfasser würden wir dann im nächsten Akzent ein paar Zuschriften veröffentlichen.

Daniel Keist