

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

Artikel: Akzente setzen für den Menschen, der zum Rentner wird
Autor: Gall, Heinrich
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-843690>

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: 18.02.2026

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

Akzente setzen für den Menschen, der zum Rentner wird

Der Autor dieses Beitrages ist als freitätiger Mitarbeiter für unsere Beratungsstelle im Einsatz. Er hat für «Akzent» seine Gedanken zum Thema Altersvorbereitung niedergeschrieben, die wir hier unverändert abdrucken.

Als ich vor sechs Jahren zum IV-Rentner wurde, kam für mich die grosse Frage: was nun?

Per Zufall las ich damals im Beobachter, dass Leiterinnen und Leiter gesucht wurden in der damaligen «Aktion im Dienste des Bruders», heute «Kowewe». Ohne Lohn.

Ich meldete mich und habe als Koch in Lagern mitgemacht, dann auch als Koch in Sonntagsschullagern wie auch Skilagern. Ich bin drum Hobby-Koch.

Was ich aber auch viel beobachte, ist, dass viele Rentner gar nichts aber auch gar nichts tun. Richtig resignieren.

Ja, Männer, die den ganzen Tag weg waren, auf Arbeit, nun den Frauen zuhause im Wege sind und kleine Haustyrannen werden.

Dabei hat jeder Mensch ungeahnte Fähigkeiten in sich, die gesucht und dann auch mobilisiert werden müssen. Wie denn?

Nun, ich würde folgendes vorschlagen: die Arbeitgeber müssten mitmachen. Mann oder Frau sollte schon bereit frühzeitig, vielleicht fünf Jahre vorher schon, ein Gespräch haben, mit einem Sozialarbeiter. Es werden Tests gemacht und dann kommen die Fähigkeiten hervor, die dann durch Kurse in die richtigen Bahnen gelenkt werden können.

Es sollte dann pro Woche eine Stunde, vom Arbeitgeber bezahlt, der zukünftige Rentner auf sein Rentnerdasein vorbereitet werden. Fragt sich nun, was kann denn der Rentner alles tun? Es gibt unendlich viele Möglichkeiten, sich im Alter zu beschäftigen. Kreativ-Kurse: Basteln, Töpfen, Schnitzen, Malen, Zeichnen, Knüpfen, Holzverarbeitung usw. Weiterbildungskurse: Sprachen, Seiorenuni, usw.

Was könnte man sonst noch tun? Junge Eltern hätten vielleicht gerne

Grosseltern für ihre Kinder. Behindertenbetreuung sowie auch bei Blinden. Begleiten in Ferien, Konzerte oder Vorlesen. Begleitpersonen auf Ämter usw. Ich selber arbeite ehrenamtlich auf einem Büro der Schweizerischen Patienten-Organisation. Auch hier werden immer Leute gesucht in Selbsthilfe-Gruppen der verschiedensten Organisationen.

Vielleicht sogar selber Kursleiter eines Spezialgebietes werden. Es geht mir darum, dass der Rentner wohlvorbereitet das Rentneralter antreten kann, ohne das Gefühl zu haben, nun von allem weg zu sein.

Denn es ist schon so, wer von heute auf morgen nichts mehr zu tun hat und resigniert, der altert viel schneller.

Dies in etwa auf die Rentnerzeit, die ausgefüllt aber auch befriedigend sein soll in jeder Art und Weise.

Heinrich Gall

Gegenseitige Hilfe in Riehen-Bettingen



Der Name «Gegenseitige Hilfe» gefällt uns. Schon die Bezeichnung dieses Beratungsdienstes in Riehen lässt vermuten, dass dort die Lösung der Probleme mit den Hilfesuchenden gemeinsam angegangen wird. Wir vom Akzent wollten mehr wissen von der Gegenseitigen Hilfe, und die Sozialarbeiterinnen Agath Rapp und Ursula Scherrer haben mich auf der Beratungsstelle im Rauracherzentrum zu einem Interview empfangen.

Akzent (A): Wie ist die Gegenseitige Hilfe entstanden?

Gegenseitige Hilfe (GH): 1965 ist der Verein Gegenseitige Hilfe gegründet worden als überkonfessionelle Vereinigung von Frauen und Männern, die sich die Aufgabe gestellt haben, freiwillig und kostenlos mitzuwirken, wenn in der Gemeinde Riehen-Bettingen Hilfe gebraucht wird. Die Gemeinde Riehen ist in der Gründungszeit stark gewachsen und gegen Ende der 60er Jahre ist dann auch die Beratungsstelle der Gegenseitigen Hilfe entstanden.

A: Wer kommt zu Ihnen auf die Beratungsstelle?

GH: Unsere Beratungsstelle wird von den Einwohnern Riehens jeden Alters

aufgesucht. Wir sind aber aufgrund der Zunahme des älteren Bevölkerungsanteils stark mit Altersfragen konfrontiert.

A: Wer arbeitet für die Gegenseitige Hilfe? Setzen Sie auch freitätige Mitarbeiter ein?

GH: Die Beratungsstelle im Rauracherzentrum ist zu 100% von uns gemeinsam (Frau Rapp und Frau Scherrer) besetzt. Zusätzlich ist Frau Rapp 20% ihrer Arbeitszeit im Sozialdienst des Gemeindespitals Riehen beschäftigt. Ferner leitet Herr Rolf Fischler, Sozialarbeiter, seit März 1989 die Kontakt- und Beratungsstelle «Drei Brunnen». Das sind im Moment die Stützpunkte der Gegenseitigen Hilfe. Freitätige Mitarbeiter beschäftigen wir seit Bestehen unseres Vereins.

A: Können Sie Ihren Aufgabenbereich kurz umschreiben?

GH: Wir leisten persönliche Beratung und Begleitung in verschiedenen Lebenssituationen, vermitteln finanzielle und praktische Hilfe (z.B. Spitex- oder Pro Senectute-Dienste) und machen Abklärungen. Daneben bieten wir selber verschiedene Dienste an, wie der Autodienst (z.B. für Fahrten zum Arzt), Besucherdienst bei Betagten und Kranken, Hütedienst für Kinder sowie praktische Hilfeleistungen (z.B. kleine Reparaturen, Vorfenster ein- und aushängen, im Garten helfen usw.), sofern es sich um eine Not-situation handelt. Dann führen wir gemeinsam mit den kirchlichen Sozialar-

beitern/innen eine Begleitgruppe für psychisch Belastete.

A: Also eine recht grosse Palette an Diensten neben Ihrer Beratertätigkeit. Arbeiten Sie auch mit Pro Senectute zusammen? Kommen sich die beiden Beraterdienste nicht in die Quere?

GH: Nein, die Gegenseitige Hilfe deckt weitgehend das Gebiet der Gemeinde Riehen ab, während die Beratung von Pro Senectute eher auf dem Stadtgebiet tätig ist. Wir arbeiten aber mit Pro Senectute zusammen, vor allem mit den Ambulanten Diensten oder bei finanziellen Unterstützungen.

A: Frau Scherrer und Frau Rapp, ich danke Ihnen für das Gespräch. Unsere Riehener Leser werden diese Information über Ihre verdienstvolle Institution mit Interesse lesen.

Interview: Silvia Schmid

Beratungsstelle der
«Gegenseitigen Hilfe»
In den Neumatten 63
(Rauracherzentrum)
4125 Riehen, Tel. 49 43 67

Sozialdienst im Gemeindespital Riehen
Mittwoch- und Donnerstagmorgen
Tel. 67 25 25

Kontakt- und Beratungsstelle
«Drei Brunnen»
Tel. 67 42 61