

**Zeitschrift:** Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft  
**Herausgeber:** Pro Senectute Basel-Stadt  
**Band:** - (1989-1990)  
**Heft:** 2  
  
**Rubrik:** Alltag auf der Beratungsstelle

### **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:** 17.01.2026

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

## Beratungsdienste

### Wohnberatung und -vermittlung

Unentgeltliche Beratung von Senioren und ihren Angehörigen in Wohnfragen sowie Vermittlung von Alterswohnungen.

#### Sprechstunden

Dienstag und Freitag 8.00–10.30 Uhr

#### Bei Neuanmeldungen mitbringen

Familienbüchlein oder gleichwertige Unterlagen.

#### Sozialberater

Herr D. Riesen, Tel. 23 30 71

Bitte keine Telefonanrufe während der Sprechstunde.

### Allgemeine Sozialberatung

Unentgeltliche Beratung von Senioren und ihren Angehörigen bei finanziellen und menschlichen Problemen; Beratung in allen Fragen des Alterns, Hilfe bei der Bewältigung von Lebenskrisen und Beziehungsschwierigkeiten, Vermittlung der notwendigen Hilfen und Hilfsmittel.

#### Sprechstunden

Dienstag und Donnerstag 14.00–16.00 Uhr, sowie nach Vereinbarung.

#### Gebietsaufteilung der Sozialberatung

Grossbasel im Luftgässlein 1, Basel

St. Johann/Kannenfeld/Spalen:

Frau J. Eberhard

Innerstadt/Neubad/Holee/Gotthelf Hegenheim:

Frau U. Feller

Breite/Lehenmatt/Gellert/Lufimatt/

St. Alban:

Frau B. Bubendorf

St. Jakob/Gundeldingen/Bruderholz:

Herr D. Keist

Kleinbasel im Klingentalgraben 37

Kleinbasel/Riehen/Bettingen:

Frau C. Stalder/Herr M. Leser

#### Bei finanziellen Fragen bitte mitbringen:

Familienbüchlein oder Niederlassung, Belege über Renten usw., Sparkassenbüchlein, übrige Vermögensbelege, Mietvertrag, evtl. Mietzinserhöhung, Krankenkassenbüchlein.

## Beratungsstelle im Kleinbasel

Für alle Bewohner im Kleinbasel, in Riehen und in Bettingen ist die Beratungsstelle vom Luftgässlein ins Kleinbasel gezogen.

Die neuen Räumlichkeiten der Beratungsstelle befinden sich unmittelbar bei der Tramhaltestelle Kaserne am

**Klingentalgraben 37, 4057 Basel.**

Die Sprechstundenzeiten sind wie bis anhin am Dienstag und Donnerstag von 14.00–16.00 Uhr.

Telefonisch erreichen Sie uns auch über die alte Telefonnummer 23 30 71.

## Alltag auf der Beratungsstelle



**Christian Zogg**

Was hat die Beratungsstelle mit dem Alterssport zu tun?

Vordergründig sicher recht wenig. Und doch sehen wir Zusammenhänge, wenn wir darauf achten, wer denn unsere Dienste in Anspruch nimmt. Selten sind es Betagte, die aktiv in einem Sportbereich teilnehmen.

Natürlich bieten wir unsere Dienstleistungen jedermann an, und wer Fragen oder Probleme irgendwelcher Natur hat, kann sich bei uns melden. Ist es vielleicht so, dass, wer aktiv bleibt, sei dies nun in einem Sportbereich oder auch durch eine geistig fordernde Tätigkeit, weniger anfällig ist für Probleme, die nicht alleine zu bewältigen sind?

Viele unserer betagten Mitmenschen, vor allem die Hochbetagten, haben körperliche Behinderungen, für die sie Hilfen benötigen, obwohl sie immer körperlich aktiv waren. Dazu kommen auch immer Situationen, in denen finanzielle Probleme eine Rolle spielen und die bei weitem nichts mit körperlicher und geistiger Aktivität zu tun haben. In den oben geschilderten Beispielen ist die körperliche Betätigung nicht eines der Probleme, die es in erster Linie zu bewältigen gilt. Obwohl es gerade bei einer körperlichen Behinderung wichtig ist, die noch vorhandenen Fähigkeiten zu erhalten, beschränken sich diese meist auf die engere Umgebung und sind dann eher therapeutischer Natur. Eine weit wichtigere Rolle kann die sportliche Betätigung für jene Mitmenschen sein, die alleine und einsam sind. Für sie wäre das Teilnehmen in einer Sportgruppe sehr wichtig, weil sie dadurch andere Menschen kennenlernen könnten.

Beispiele solcher einsamer älterer und alter Mitmenschen gehören zu unserem Alltag. Der Verlust eines Partners, eines Freundes oder einer Bekannten, der Wegzug der Kinder aus der Region, die Pensionierung, somit der Verlust von Beziehungen, die mit dem Arbeitsplatz zusammenhängen, seien hier als die wichtigsten Beispiele aufgeführt.

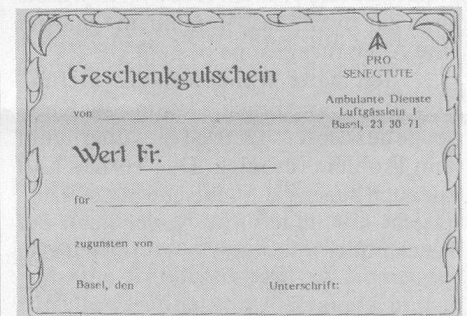
Wenn ich nun in diesem Artikel immer von Möglichkeiten spreche, so deutet dies darauf hin, dass sie nicht genutzt werden. Es liegt vor allem daran, dass einsame Mitmenschen es ohnehin schwer haben, Kontakt zu finden, bzw. zu knüpfen. Es braucht schon eine gehörige

Portion Mut dazu, sich einer Gruppe anzuschliessen, die man nicht kennt.

Anregung, Motivation und Begleitung sind notwendig, um diesen Weg zu gehen. Dies versuchen wir so weit als möglich auch in unserer täglichen Arbeit zu verwirklichen. Es kommt immer wieder vor, dass wir Kontakte zu Alterssportgruppen oder anderen Gruppierungen vermitteln und so die Betagten Anschluss finden und sich aus ihrer Einsamkeit etwas lösen können.

Unsere Erfahrung zeigt uns, dass: je jünger sich jemand um neue Kontakte bemüht, um so eher gelingt es ihm, sich körperlich und geistig fit zu halten, und zwar bis ins hohe Alter. Die Gelegenheit, solche Kontakte zu knüpfen, sollten wir, unabhängig vom Alter, jederzeit wahrnehmen.

*Christian Zogg*



Wie wär's mit einem Geschenkgutschein von Pro Senectute Basel für Ihre älteren Freunde, Verwandten und Bekannten?

Den Wert des Gutscheines können Sie selbst bestimmen, je nach Art des auszuführenden Dienstes.

Wir reinigen die Wohnung, helfen beim Transport von Möbeln, bringen die Mahlzeiten direkt ins Haus, waschen und flicken die Wäsche, machen die Frisur wieder frisch und vieles mehr.

Sie sehen, eine vielfältige Palette von Geschenk-Möglichkeiten. Lassen Sie sich von uns beraten und holen Sie sich einen oder mehrere Bons bei uns im Luftgässlein 1, im 1. Stock.