

**Zeitschrift:** Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft  
**Herausgeber:** Pro Senectute Basel-Stadt  
**Band:** - (1991-1992)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Ruhestand : Ferien in Permanenz?  
**Autor:** Schnieper, Werner  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-843710>

#### 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:** 14.01.2026

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

# Ruhestand: Ferien in Permanenz?

Meine Tätigkeit im Rahmen der Pro Senectute Basel-Stadt bringt mich oft in Kontakt mit Senioren, vor allem mit angehenden Rentnern. Im Blick auf den Ruhestand ist begreiflicherweise oft Euphorie im Spiel, vordergründig. Nach Jahrzehnten oftmals anspruchsvoller Berufssarbeit freut man sich auf die «Ferien in Permanenz». Und man hat ja seine Hobbies und Reisepläne, seine Freunde und vielerlei Aktivitäten. Man avisiert die neuen Möglichkeiten – das ist ebenso gut wie menschlich.

Die Euphorie weicht oft in kurzer Zeit der Enttäuschung. Denn: wir Menschen leben nach eingespielten Verhaltensmustern, von denen wir uns – ungeachtet ihrer oftmals unangenehmen Begleiterscheinungen – nicht ohne weiteres lösen können. Die Umstellung in das Dasein im Ruhestand ist deshalb unweigerlich mit einigen Problemen verbunden. Dem Manager fällt der Verzicht auf seine Führungsrolle schwer; er fühlt sich ausgebootet. Der Kadermann, als Bindeglied zwischen Management und Personal am ehesten dem Stress ausgesetzt, empfindet mit dessen Wegfall eine gewisse Leere, denn Stress gehörte bisher geradezu elementar zu seiner Berufssarbeit. Die oder der Angestellte schliesslich ist gewohnt, nach festgefügtem und klar verordnetem Pflichten

heft zu arbeiten. Nun fehlt plötzlich die Leitlinie für Ablauf und Arbeit des Tages: man ist auf sich selbst angewiesen und muss nun eigene Impulse spielen lassen.

Fazit: In welcher Stellung wir uns auch befinden – so oder so ist eine Umstellung zu bewältigen, die rechtzeitig und sorgsam geplant sein will. Führungs- und Kaderkräfte werden sich – gute Gesundheit vorausgesetzt – überlegen, wo und in welcher Weise ihre fachlichen und persönlichen Gaben noch einsetzbar sind, ohne den Stress des Berufslebens in die dritte Lebensphase einzubringen.

Angestellte andererseits, im Berufsleben doch weitgehend an Fremdsteuerung gewohnt, werden den oft wohl auch beschwerlichen Weg zur Eigenständigkeit zu bewältigen haben. Gewiss, der Reiz der dritten Lebensphase liegt in der Ungebundenheit und der damit gebotenen Freiheit der Entscheidung und Zeitdisposition. Nun wird nicht mehr nach fest umrissemem Tagesplan gearbeitet, aber notwendig ist dennoch eine gewisse Zeitdisposition. Wer Jahrzehntelang in einen Arbeitsprozess eingegliedert war, bedarf auch im Ruhestand einer Leitlinie. Im Klartext: Man sollte sich auch im Rentneralter für jeden Tag etwas vornehmen. Es muss nicht unbedingt eine anspruchsvolle Arbeit sein –

es lässt sich auch eine Wanderung, eine menschliche Begegnung, ein Krankenbesuch oder eine ansprechende Lektüre denken. Was auch immer unternommen wird – eine angemessene Zeitreserve ist einzuplanen. Das grosszügige Mass an Freiheit in der dritten Lebensphase darf nicht restlos «organisiert» werden. Mit etwas Lebensphilosophie lässt sich auch erkennen, dass sich unsere geistigen und körperlichen Kräfte nicht mehr mehren lassen. Im Gegenteil, wir müssen uns auch im Loslassen üben. Es wäre sicher verfehlt, im Ruhestand eine hektische Betriebsamkeit zu entfalten. Damit würde eher ein «Unruhestand» geschaffen, und der selbst-fabrizierte Stress müsste früher oder später auch unsere Gesundheit gefährden.

Arbeit, soweit wir geistig und körperlich dazu fähig sind, kann unseren Ruhestand wesentlich bereichern und damit sinnvoll gestalten. Ihr kommt aber nicht mehr die Dominanz aus der Zeit des Berufslebens zu, denn sie soll mehr Abwechslung als harte Pflicht bedeuten. Wenn sie zudem mit zwischenmenschlichen Kontakten, vor allem auch mit der Nachwuchsgeneration, verbunden ist, wird sie unseren Ruhestand nicht nur bereichern, sondern auch sinn- und freudvoll gestalten.

Werner Schnieper

## Für Sie notiert

Werner Schnieper

**Der verhinderte Träumer**  
**Eine Autobiografie**

GS-Verlag Basel  
110 Seiten, broschiert,  
Fr. 19.80

Als er 13 Jahre alt war, entdeckte der als Sohn eines Eisenbahners in Luzern, Bern und Basel aufgewachsene Werner Schnieper jene Lieblingsbeschäftigung, der er noch heute, im Alter von 77 Jahren, nachgeht: das Schreiben.

Nicht die Literatur ist sein Fach, die hat er zwar stets geschätzt. Seine Themen sind vor allem die Wirtschaft, die Finanz- und die Arbeitspsychologie. Hunderte von Zeitungs- und Zeitschriftenartikel hat Werner Schnieper, Mitglied des Schweizerischen Fachpresse-Verbandes, verfasst, nicht im Laufe seines Lebens, sondern erst seit 1955, als er nach 21 Jahren aus der gesicherten Position als kaufmännischer Angestellter in der chemischen Industrie, zur Volksbank wechselte, um dort als Werbeleiter und Kundenberater tätig zu werden.

Damals begann Werner Schnieper zum Beispiel für die «Technische Rundschau», für «Finanz und Wirtschaft», für die «Schweizerische Gewerbezeitung» und das «Schweizerische Kaufmännische Zentralblatt» zu schreiben.

Während der letzten zwölf Jahre vor seiner Pensionierung, 1978, wirkte Werner Schnieper als Redaktor der Personalzeitschrift des Schweizerischen Bankvereins.

Werner Schnieper hat seit jeher nicht bloss darüber geschrieben, was ihn fachlich bewegt, er hält auch schriftlich fest was er erlebt und was er denkt.

So ist er zum Autor dieses Taschenbuches geworden, eines Dokumentes dafür, dass Altwerden und Altsein kein Anlass zu sein braucht für pessimistische Gedanken oder Angst vor dem Tod. In schlichten Sätzen teilt Werner Schnieper dem Leser, dem Junior wie dem Senior, seine Erfahrungen mit dem Leben und seine Gedanken über das Leben mit, ohne Moralin und ohne Brimborium.

GS-Verlag Basel

**WERNER  
SCHNIEPER**

**DER  
VERHINDERTE  
TRÄUMER**

Eine Autobiografie

GS