

**Zeitschrift:** Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft  
**Herausgeber:** Pro Senectute Basel-Stadt  
**Band:** - (1995-1996)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Seniorentheater : Fitness für Geist und Seele  
**Autor:** Cereghetti, Ruth  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-843568>

### 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:** 15.01.2026

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

## Seniorentheater: Fitness für Geist und Seele

Das im zweiten Jahrzehnt seiner Aktivität stehende Seniorentheater Bottmingen hat sich im regionalen Kulturleben einen beachtlichen Stellenwert erarbeitet. Die Idee zur Gründung eines solchen Theaters hat damals gezaudert und heute noch seine Daseinsberechtigung. Es erfreut sich immer grösserer Beliebtheit.



Die Erfahrung zeigt, dass Theateraufführungen an Altersnachmittagen und in Altersheimen, wie bei kirchlichen Festen, zu den Höhepunkten zählen und immer gut besucht werden. Auf dem Programm stehen daher lustige Stücke, Komödien; Probleme haben deren Zuschauer ja selber meistens genug.

Das Alter kann faszinierend und interessant sein. In einer Theatergruppe haben ältere Menschen die Möglichkeit, sich ihren Fähigkeiten entsprechend zu entfalten, um eine eigene Identität zu finden. Die Leute gewinnen durch das Erarbeiten einer Rolle an Selbstwertgefühl. Gemeinsame Erlebnisse aktivieren zu neuen Taten. Das bewusste Streben nach Fitness für Seele und Körper wird dabei gefunden, es ist durchaus eine schöpferische Tätigkeit.

Neben dem Engagement für die Rolle wird auch die Kameradschaft gepflegt. Das Zusammengehörigkeitsgefühl wird gross geschrieben, denn mit dem Mitmachen geht man die Verpflichtung ein, dass sich jeder Mitspieler auf den andern verlassen kann. Man ist für die Funktionstüchtigkeit des ganzen Teams mitverantwortlich, und man wird vom Ehrgeiz gepackt, zum Gelingen des Stükkes seinen Teil beizutragen.

Das Theaterspielen ist ein gutes Training für Geist und Seele. Nicht nur der Text muss «sitzen», sondern auch die dazugehörigen Handlungen, was bei älteren Menschen sehr viel Disziplin und Freude an der Arbeit voraussetzt. Die Rollen werden normalerweise doppelt besetzt, um eventuellen plötzlichen Krankheitsfällen und Ferienabwesenheiten an Aufführungstagen zuvorkommen.

Die Freude, einem Publikum eine fröhliche Stunde zu bieten, ist ein beglückendes Gefühl für die Darsteller und mit dieser Befriedigung wächst das Selbstvertrauen und das Können. Die Erfahrung, selbst dazu beigetragen zu haben, ein Publikum bestens unterhalten zu haben, ist eine unvergessliche Genugtuung.

Theater kann und darf bis ins hohe Alter gespielt werden. Bei den wöchentlichen Proben kann sich jedes und jeder nach eigenem Können in die ihm gestellte Aufgabe einleben. Theatererfahrung ist nicht nötig, jedoch Teamgeist und Freude an der Arbeit.

Für die Regie konnte die in Bottmingen lebende Schauspielerin Ann

Höling gewonnen werden, die das Theatergrüpplein bereits seit Beginn vor 12 Jahren mit viel Erfolg und Enthusiasmus durch die Klippen der Schauspielkunst steuert. Sie hat dazu beigetragen, dass den jeweiligen Aufführungen ein voller Erfolg beschieden war.

Wer sich für eine Mitwirkung interessiert, ist eingeladen, sich während einer Probe zu orientieren, ob es seinen Vorstellungen entspricht. Vielleicht geht doch dem einen oder andern ein lang gehegter Jugendtraum, nämlich Theaterspielen, in Erfüllung. Wer also als aufgeschlossener Senior ein mutiges Stündlein verspürt, soll sich ohne Zaudern bei Frau Höling, Telefon 401 06 23 melden.

Ruth Cereghetti

