

**Zeitschrift:** Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft  
**Herausgeber:** Pro Senectute Basel-Stadt  
**Band:** - (1996-1997)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Leben zu Hause - auch wenn die Kräfte nachlassen  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-843344>

### **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:** 28.03.2026

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



## Leben zu Hause – auch wenn die Kräfte nachlassen

*Es ist ein weitverbreitetes Vorurteil zu glauben, die meisten Hochbetagten seien pflegebedürftig. 94% aller über 80jährigen und noch immer mehr als 70% aller über 90jährigen verfügen über die Kompetenz, ihr Leben selbständig zu führen, d.h. sie leben in ihrer eigenen Wohnung und sind allenfalls auf eine gewisse Unterstützung von Angehörigen und Nachbarn angewiesen oder auf Dienstleistungen, wie sie Pro Senectute Basel-Stadt anbietet.*

*Frau Krebs\* hat sich freundlicherweise bereit erklärt, **Akzent** zu erzählen, wie sie mit ihren 88 Jahren in ihrer eigenen Wohnung zurecht kommt, wie sie sich organisiert und wo sie auf Hilfe angewiesen ist.*

Frau Krebs sitzt am Fenster und wartet. Wartet auf mich, die ihren Besuch angesagt hat, um etwas über ihr Leben, ihr Älterwerden und Altsein zu erfahren. Ich mache ihr von der Strasse aus ein Zeichen, was sie aber, wie ich erst später erfahren werde, nicht sehen kann, da sie fast blind ist. Ich drücke kurz auf die Klingel. Frau Krebs empfängt mich an der Tür und führt mich in ihre Stube. Überall hängen Bilder, Fotos ihrer Geschwister, ihres verstorbenen Mannes, von ihrem Sohn, sie als junge Frau, lachend und erwartungsvoll. Sie erzählt von ihren nun auch schon erwachsenen Enkeln und freut sich ganz besonders, dass sie nun sogar Urgrossmutter geworden sei.

Die nächsten beiden Stunden vergehen wie im Flug. Frau Krebs erzählt mir aus ihrem Leben. In 88 Jahren hat sie viel erlebt. Ich höre ihr gerne zu, denn ihre Erinnerungen sind für mich eine Brücke zu einer Zeit, welche ich nur aus Büchern kenne. Ihre Gedanken schweifen immer wieder ab, sie lebt zu einem guten Teil in und mit ihren Erinnerungen. Ich lenke das Gespräch auf die Gegenwart. Sie lächelt, zuckt beinahe unmerklich mit den Schultern und meint, sie müsse es so nehmen, wie es komme. Ihre Stimme wird plötzlich fest und sehr bestimmt erklärt sie: «Wissen Sie, obwohl meine Beine nicht mehr so wollen und ich fast nichts mehr sehe, möchte ich so lange wie möglich in meiner Wohnung bleiben. Da ist es mir wohl und ich komme noch ganz gut selber zurecht.» Trotz ihres Willens hat sie es aber nicht einfach. Nach dem Tod ihres Mannes, den sie in den letzten Jahren zuhause gepflegt hat, ist sie oft allein. Ihr Sohn lebt mit seiner Familie auswärts. Er telefoniert



ab und zu mit seiner betagten Mutter und besucht sie alle vierzehn Tage. Natürlich freut sie sich herzlich darüber. Aber sonst ist sie oft einsam in ihrer Zweizimmerwohnung. Bedingt durch ihre fast vollständige Erblindung traut sie sich nicht mehr allein auf die Strasse. Sie fühlt sich zu unsicher, obwohl sie das Quartier von jung auf kennt. Zu viel hat sich in letzter Zeit verändert, als dass sie sich draussen ohne fremde Hilfe zurechtfinden könnte. Die kleinen Läden sind verschwunden, in den grossen Einkaufszentren ist es für sie schwierig, sich zu orientieren.

Von Zeit zu Zeit denkt Frau Krebs, es sei gut, dass sie nicht mehr aus dem Haus könne. Und trotzdem: ein Arztbesuch lässt sich nicht beliebig aufschieben, auch zum Coiffeur möchte sie ab und zu. Seit sie von Frau Lang, einer freitägigen Mitarbeiterin, die in der Quartierhilfe von Pro Senectute arbeitet, begleitet wird, machen ihr diese Verabredungen aber keinen Kummer mehr.

Manchmal muss sich Frau Krebs richtig überwinden, die Wohnung in Ordnung zu halten und zu kochen, denn auch in einem kleinen Haushalt fallen Arbeiten an, welche ihre Kräfte übersteigen. Sie findet sich in ihren eigenen vier Wänden trotz fehlendem Sehvermögen erstaunlich gut zurecht, jede Verrichtung ist für sie aber mit einem grossen Zeit- und Energieaufwand verbunden. Und doch: Sie hat ein Leben lang gearbeitet und möchte im Alter nicht auf ihre Eigenständigkeit verzichten. Frau Krebs ist froh, dass sie durch ihre Nachbarin auf den Reinigungsdienst von Pro Senectute Basel-Stadt aufmerksam gemacht wurde. So hat sie nun Gewissheit, dass alle zwei Wochen ihre Wohnung gründlich geputzt wird. Zudem freut sie sich

jedesmal auf den Tag, an dem die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von Pro Senectute bei ihr läuten und sie fröhlich begrüssen. «Viel erklären», so erzählt Frau Krebs, «brauche ich den beiden schon lange nicht mehr. Die kennen meine Wohnung unterdessen fast genau so gut wie ich. Sie wissen, wie wichtig es ist, dass alles an «seinem» Platz bleibt, damit ich meine Sachen eben blindlings – im wahrsten Sinne des Wortes – wiederfinden kann.»

Frau Krebs sitzt in ihrem Sessel und unvermittelt fängt sie an zu lachen: «Wissen Sie, ich habe es mir beinahe abgewöhnt, mir ständig Kummer zu machen. Ich bin jetzt 88 Jahre alt und irgendwie habe ich noch alle Situationen in meinem Leben gemeistert. So lange es Menschen und Institutionen gibt, die bereit sind, dort zu helfen, wo es nötig ist, so lange wird es möglich sein, auch für mich immer wieder eine befriedigende Lösung zu finden.

\*Name und persönliche Daten wurden von der Redaktion geändert.

