

**Zeitschrift:** Schweizer Heimwesen : Fachblatt VSA  
**Herausgeber:** Verein für Schweizerisches Heimwesen  
**Band:** 60 (1989)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Ein Angebot der Pro Senectute an Pensionäre in Alters- und Pflegeheimen : Ferien vom Altersheim?  
**Autor:** Ritter, Erika  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-811084>

### **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:** 12.01.2026

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

## Ferien vom Altersheim?

«Eine komische Frage, wo im Altersheim keine grosse Arbeit geleistet wird. Nun gibt es das eben doch. Die 'Pro Senectute' unterhält eine Zentralstelle, die solches möglich macht. Aber es müssen zwei Personen diese Absicht bekunden. Diese tauschen einfach ihre Zimmer. Jeder bezahlt sein Zimmer wie bisher. Das verursacht keine grossen Umstände. Der Verfasser dieser Zeilen begab sich von Thusis nach Konolfingen im Emmental. Von dort kam ein Insasse vom Altersheim Kiesenmatte nach Thusis. Dauer der Zeit, zwei Wochen – aber es kann auch länger sein.

Die Absicht zu tauschen meldet man dem Hausverwalter. Die erste Überlegung, die nun folgt ist, wohin man will. Es kann eine bestimmte Gegend gewünscht werden. Dann stellt man fest, was man in einer Gegend besichtigen will und ob die Reiseverbindungen von Post und Bahn günstig sind. Dann sollte es auch möglich sein, dass man mit Privatautos mitfahren kann. Die Verhältnisse im Heim, in das man kommen wird, sollten mitgeteilt werden. Damit man die stellvertretende Person persönlich kennenlernen kann, muss diese besonders besprochen werden. In meinem Fall trafen wir uns in Zürich im Hauptbahnhof.»

Dieser Brief eines Altersheim-Pensionärs soll als Einstieg dienen in das Thema

### «Ferienfreuden im Alters- und Pflegeheim»

#### Heimaustausch mit der Pro Senectute

Auch Pensionäre im Alters- und Pflegeheim haben manchmal das Bedürfnis nach Tapetenwechsel, nach Ausbruch aus dem Alltagstrott. Die kommerziellen Ferienangebote sind zumeist ausgerichtet auf rüstige Personen. Für Menschen aber, die auf fremde Hilfe angewiesen sind, ist es viel schwieriger und auch kostspieliger, einen Ferienplatz zu finden.

Das Ferienangebot mit dem Heimaustausch durch die Pro Senectute basiert auf folgendem Grundgedanken:

Ein Ferieninteressent aus einem Alters- oder Pflegeheim stellt sein Zimmer einem Feriengast aus demjenigen Heim zur Verfügung, in dem er selber gerne Ferien verbringen würde. Bedingung ist natürlich, dass auch ein Pensionär aus jenem Heim an einem Ferienaustausch interessiert ist. Ziel der Aktion ist es, Heimpensionären, die sich aus finanziellen Gründen keine Ferien leisten können, oder die auf die Infrastruktur eines Heimes angewiesen sind (vermehrte Pflege, Diäten), zu einer Luftveränderung und neuen Bekanntschaften zu verhelfen. Den Teilnehmern erwachsen keine zusätzlichen Pensionskosten, da diese durch das Austauschen von Heimplätzen bereits gedeckt sind. Auslagen entstehen nur für kleine Ferienextras sowie für Reisekosten. Falls die Heimleitung damit einverstanden ist, können im Prinzip alle Heimbewohner teilnehmen, die verstehen, um was es geht.

Für den Heimpensionär, der oft Jahre seines letzten Lebensabschnittes im selben Heim verbringt, bedeuten Ferien nicht in erster Linie «sich ausruhen», sondern Abwechslung, neue Impulse und Kontakte über den gewohnten Alltag hinaus. Solche «Fe-

rien» helfen dem Pensionär oft auch über seelische Tiefs hinweg und vermögen eine gespannte Atmosphäre mit dem Zimmernachbarn oder dem Personal zu entkrampfen. Der Tapetenwechsel bringt Raum für die Einsicht, dass auch andernorts das Zusammenleben vieler Menschen nicht spannungsfrei verläuft. Das eigene Heim mit seinem Personal rückt wieder in ein besseres Licht.

#### Ferien und Betreuung

Es gibt wenig Orte, wo Hilfsbedürftige günstig Ferien verbringen können und ihnen zugleich die nötige Betreuung und Pflege geboten wird. Vielfach fehlt es bei den üblichen Ferienangeboten an der nötigen Infrastruktur. Doch gerade in den Ferien sollte nicht auf das elektrische Bett, die Rufanlage oder ähnliches verzichtet werden müssen.

Im Heim kennt man die Bedürfnisse, Ängste und Nöte der Alten und Pflegebedürftigen. Das «Ferien»-heim ist in der Lage, seinem Gast aber auch verschiedenes anzubieten. Es gibt zu Ehren des Gastes diverse Aktionen, wie ein kleines Begrüßungsfest, einen Kaffeehöck. Ein grösseres Heim kennt das regelmässige Altersturnen, Spielnachmittage, Besuche im Tea-Room mit einer Gruppe von Pensionären oder gemeinsame Spaziergänge. Mit dem Heimaustausch kann ein Pensionär ohne grosse finanzielle Aufwendungen eine neue Gegend kennenlernen oder den Ort nochmals erleben, wo die Jugendzeit verbracht wurde.

Ferienfreuden im Alters- und Pflegeheim



Ferien im Heim bringen:	Ferien im Heim sind:
Freude	Für jedermann erschwinglich und
Abwechslung	für alle Pensionäre möglich.
Anregung	wenn Sie mehr wissen möchten, wenden Sie sich bitte an den Heimleiter
Kontakte	
Erlebnisse	

### Wer kann mitmachen?

Im Prinzip können alle Pensionäre aus Alters- und Pflegeheimen am Heimaustausch teilnehmen, auch pflegebedürftige und Rollstuhlpatienten. Im Heim werden die Bewohner auf die Möglichkeit derartiger Ferien aufmerksam gemacht. Der Austausch muss aber freiwillig, auf Wunsch des Pensionärs erfolgen, der sein Zimmer auch zur Verfügung stellen will. Wer sich am Heimaustausch beteiligt, der sollte *soviel geistige Beweglichkeit besitzen, dass er den Ortswechsel realisiert und davon profitieren kann.* Stark abgebaute Feriengäste könnten einen Heimaustausch gar als Versetzung verstehen und am neuen Ort Angst bekommen. So wäre es für einen *scheuen und unsicheren Interessenten von Vorteil*, wenn er sich einem *zweiten Feriengast aus dem eigenen Heim*, den er gut kennt, anschliessen könnte.

### Sein Ferienziel selber wählen

Der Pensionär soll wenn möglich sein *Ferienziel selber wählen* können. Seinen Wunsch, sich an Austauschferien zu beteiligen, teilt er der *Heimleitung* mit. Diese wendet sich an die *Pro-Senectute-Vermittlungsstelle*, welche ein Heim in der gewünschten Feriengegend sucht. Die Vermittlungsstelle bemüht sich um eine sorgfältige Abklärung in bezug auf medizinische und pflegerische Fragen, auf persönliche Wünsche und Gewohnheiten der Feriengäste. So kann ein passender Ferienplatz gefunden und Missverständnissen und Schwierigkeiten während der Ferien vorgebeugt werden. Der Ferienaustausch ist nicht ein Vorwand, um sich von einem schwer pflegebedürftigen oder depressiven Pensionär vorübergehend zu entlasten. Sollte der Gast während seiner Ferien erkranken, wird das Vorgehen von Heim zu Heim besprochen. Niemals darf eine neue Behandlung begonnen werden ohne Rücksprache mit dem Vertrauensarzt des Gastes.

Eine gute Vorbereitung des Pensionärs auf das Ferienheim ist für den Erfolg der Ferien ebenso wichtig, wie die Vorbereitung des Heimpersonals und der Pensionäre auf den zu erwartenden Gast. Steht in einem Heim ein Gastzimmer oder ein anderes leerstehendes Zimmer zur Verfügung, so löst dies einige Probleme, welche manche Heimleitung und Pensionäre davon abhalten, sich am Heimaustausch zu beteiligen. Auf jeden Fall sollten abschliessbare Schränke vorhanden sein.

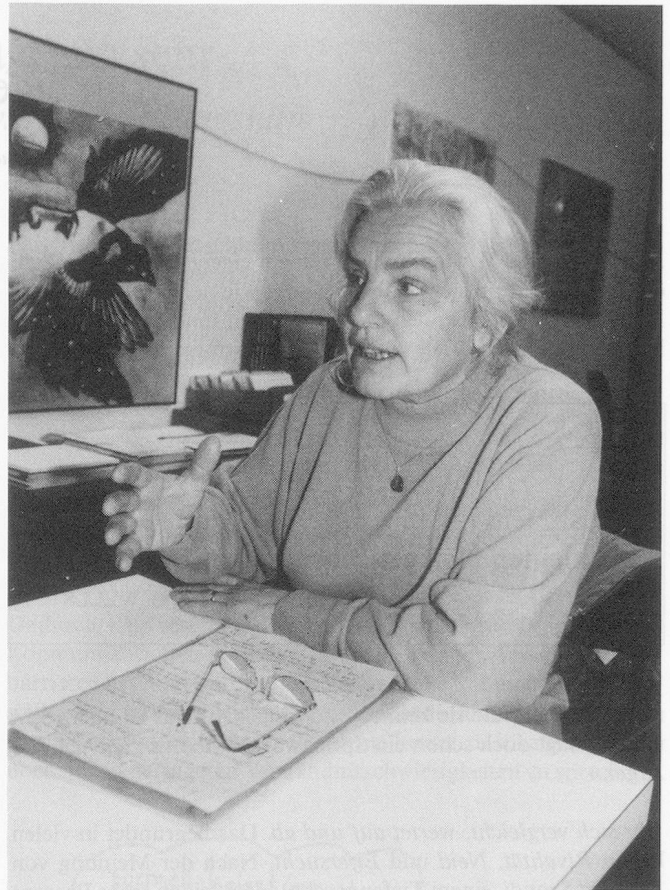
Jede Aufnahme eines Gastes bringt für die Mitarbeiter im Heim einen gewissen Mehraufwand, der in den beteiligten Heimen jedoch gerne geleistet wird. Wenn der Mitarbeiter über Sinn und Zweck der Aktion orientiert ist, wenn er beim Ausfüllen der Fragebogen einbezogen wird und über den bevorstehenden Austausch frühzeitig Bescheid weiss, nimmt er diese Mehrarbeit auf sich. Wie die Erfahrung zeigt, haben Heimbewohner und Heime bisher mit dem Ferienaustausch viel *Freude und Anregung* erfahren.

### Und die Reise in die Ferien?

Ist der Pensionär noch rüstig genug, unternimmt er die Reise in die Ferien im *öffentlichen Verkehrsmittel*. Dies ist jedoch nur in Ausnahmefällen möglich. Normalerweise wird die Fahrt in die Ferien durch *Verwandte, Bekannte oder die Heimleitung* durchgeführt. Andernfalls werden *freiwillige Automobilisten* gesucht, welche die Fahrten hin und zurück übernehmen. Die Reisekosten gehen zu Lasten des Feriengastes.

### Heimaustausch-Vermittlung seit 1971

Bereits 1971 vermittelte *Sr. Wiborada Elsener* im Auftrag von Pro Senectute Kanton Zürich 18 Altersheim-Pensionären einen Ferienaustauschplatz. 1973 wurde die Arbeit von Frau *Rita Schmutz* übernommen und seit 1980 von Frau *Emilie Eberhart*



Emilie Eberhart: Seit 1980 Vermittlerin für den Heimaustausch. (ri).

weitergeführt. Das Austausch-Angebot besteht somit seit 18 Jahren und weist eine jährlich steigende Beteiligung auf.

Erst beschränkte sich das Angebot auf die Heime im Kanton Zürich. Schon bald aber verlangte die steigende Nachfrage aus der ganzen Schweiz – «vor allem aus der Deutschschweiz, Heime in der Welschschweiz und im Tessin zeigten bislang kein grosses Interesse, obwohl die Sprache kein Problem darstellen würde», bestätigte die jetzige Vermittlerin, *Emilie Eberhart*, im Gespräch mit der VSA-Redaktion –, ein Zusammengehen mit dem Pro-Senectute-Zentralsekretariat und die Arbeit wurde vertraglich geregelt. Emilie Eberhart erledigt ihre Vermittler-Arbeit bei sich zu Hause. Die ehemalige Sozialarbeiterin stieg seinerzeit mit der Familie aus dem Beruf aus, suchte jedoch immer wieder den Bezug zur Sachwelt. 1975 trat sie als freiwillige Helferin bei der Pro Senectute ein. 1980 übernahm sie die Vermittler-Arbeit. Sie unterstützt dabei der Pro Senectute Zürich, Fachstelle «Lebensgestaltung im Alter», welcher auch der Alterssport angegliedert ist. Emilie Eberhart kennt keine festen Bürostunden. Die Heimarbeit bietet so den Vorteil, dass die Vermittlerin auch abends noch erreichbar ist.

In den nächsten Wochen wird der Heimaustausch in den verschiedenen Heimen ausgeschrieben. «Wir haben unter den Beteiligten eine gewisse ‚Stamm-Kundschaft‘, freuen uns aber, wenn sich neue Heime mit weiteren Pensionären zum Mitmachen entschliessen könnten.» *Emilie Eberhart* ist erreichbar unter der **Telefonnummer 01 713 33 05 (Notnummer: 01 55 42 55 Pro Senectute Zürich, Forchstrasse 145).**

*Auch die längste Reise beginnt mit dem ersten Schritt», sagt ein altes chinesisches Sprichwort, mit anderen Worten: «Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise» – . . . dem steht die Welt respektive ein anderes Heim offen.*

Erika Ritter