

**Zeitschrift:** Schweizer Heimwesen : Fachblatt VSA  
**Herausgeber:** Verein für Schweizerisches Heimwesen  
**Band:** 62 (1991)  
**Heft:** 10

**Artikel:** Bewohneraktivierung im Altersheim. 1. Teil  
**Autor:** Thomer, Stefan  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-810370>

### **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:** 02.04.2026

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

# Bewohneraktivierung im Altersheim

Von Stefan Thomer/1. Teil

Abschlussarbeit des VSA-Heimleiter-Grundkurses

*Seit ich in der Betagtenbetreuung eine Aufgabe übernommen habe, ist es mir ein Anliegen, unseren Senioren einen schönen Lebensabend zu ermöglichen. Ich versuche die Lebensqualität unserer alten Mitmenschen auch im Altersheim zu erhalten.*

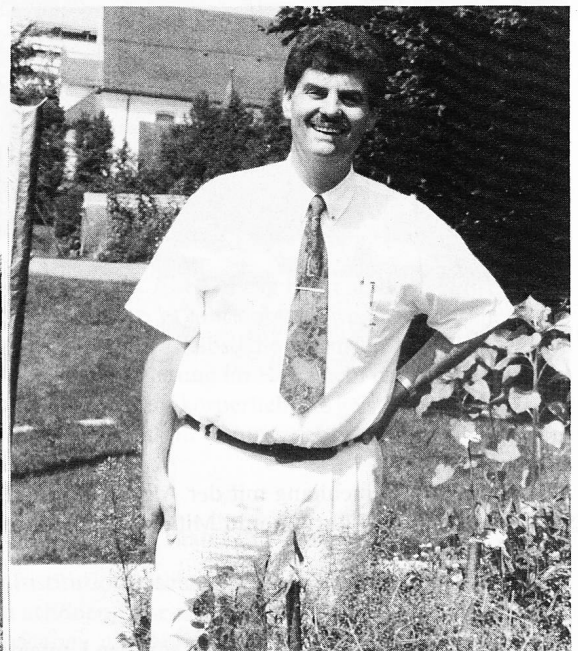
*Ich sehe in dieser Arbeit eine Art Berufung.*

*Es ist mir wichtig, dass diese Ideen und Vorstellungen schriftlich festgehalten wurden. Ich glaube, in dieser Form und in Ergänzung mit Gesprächen ist es auch ein «Baustein», um eine bewohner- und mitarbeitergerechte Aktivierung im Altersheim zu realisieren.*

*Ich danke Frau Gerda Frick und meiner Ehefrau herzlich für die guten Ratschläge und Tips, die sie mir gaben. Beide verfügen über grosse Erfahrung in der Krankenpflege und speziell in der Betagtenbetreuung.*

Stefan Thomer

**Die Alterssiedlung Steinhausen:** Links im Bild das Alterswohnheim mit den Wohnungen, rechts ein Trakt des Altersheims; Heimleiter Stefan Thomer.



## 1. Ausgangslage

### 1.1 Thema und Ziel der Arbeit

*Die Aktivierung der Bewohner eines Altersheimes ist eine der zentralen Aufgaben der Heimleitung und dessen Team.*

Was versteht man unter Aktivierung? Ist es basteln mit alten Menschen oder erfordert es gar eine Aktivierungstherapeutin?

Das Ziel ist es, diese und weitere Fragen im Zusammenhang mit der Aktivierung in dieser Arbeit aufzuzeigen. Es soll eine gedankliche Fassung und Bearbeitung dieses Themas sein. Es ermöglicht mir und meinem Team, Vorstellungen in Beziehung zu setzen und uns danach zu richten und allenfalls Zielkorrekturen vorzunehmen.

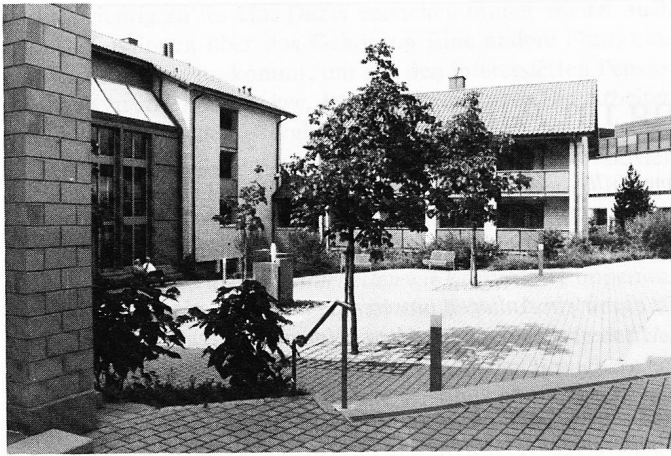
### 1.2 Aufbau und Abgrenzung der Arbeit

Im ersten Teil werden einige grundlegende Gedanken geäussert, um eine Basis des Verstehens zu schaffen.

Der Hauptteil wird zuerst aufgezeigt, welche Möglichkeiten bestehen, um Aktivierung im Altersheim zu betreiben. Ich versuche darauf hinzuweisen, welche Schwierigkeiten auftreten können. Es liegen auch Chancen verborgen, die als Potential verwertet werden können. Besonderes Augenmerk schenke ich unserem Seniorenrat. In kurzen Erklärungen stelle ich meine Zukunftsideen vor. Im zweiten Teil widme ich meine Ausführungen den Einflüssen. Einflüsse auf die Aktivierung und die Einflüsse der Aktivierung auf die Umgebung. Den Abschluss bilden die Auswertung und Zusammenfassung der gewonnenen Erkenntnisse.

Im Zentrum soll, wie im Titel erwähnt, der Bewohner sein. Jedoch ist der Mensch ein komplexes Wesen, und ich werde nur einfache Überlegungen anstellen, die das Physische und Psychische betreffen.

Den Aspekt der Krankenpflege werde ich nur am Rande streifen. Es ist mir jedoch bewusst, dass die aktivierende Pflege und Betreuung unserer Senioren einen eng verbundenen Faktor darstellen.



**Rund ums Haus:** Ein lauschiger Hof zwischen den Gebäuden; die Visitenkarte beim Haupteingang: das Biotop.



Wichtig im Zusammenhang mit der Aktivierung sind auch die Auswirkungen auf Führung und Mitarbeiter sowie auf die Öffentlichkeit.

### 1.3 Der betagte Mensch im sozialen Umfeld gestern und heute

Wenn wir davon ausgehen, dass der Mensch von je her in Sippen lebte, dann ist es verständlich, dass er es auch heute noch tut oder zumindest das Bedürfnis dazu hat. Die *Generationen-Familie als Lebensform ist am Aussterben*, was durchaus verständlich ist, betrachtet man heute zum Beispiel die vielerorts akute Wohnungsnot.

Ein weiterer wichtiger Punkt ist sicher das *Konsumverhalten*. Es hat sich in den letzten Jahrzehnten grundlegend geändert. Waren die Leute früher meistens einfach und genügsam, so sind sie heute oft sehr anspruchsvoll.

Die *Gesellschaftsstruktur* hat sich ebenfalls gewandelt, gibt es doch heute im Verhältnis wesentlich mehr Leute mit höherer Schulbildung als früher. Das bedeutet eine Verlagerung weg vom Handwerk hin zu akademischen Berufen. Sieht man die Stellung des alten Menschen im Gefüge unserer Gesellschaft, so stellt man fest, dass in den Anfängen unseres Daseins die Weisheit, die Erfahrung und das Alter regierten. In den Sippen gab es eigentliche Ältestenräte, die die Entscheidungen der Sippe fällten. In der Vergangenheit war es doch immer noch so, dass dem Status der «Alten» in der Familie grosse Bedeutung beigemessen wurde.

*Heute regiert, was jung, dynamisch, strebsam ist.* Wir massen uns vielfach an zu glauben, wenn wir die «Alten» um einen unverbindlichen Ratschlag bitten, unsere Pflicht und Schuldigkeit getan zu haben.

Es ist festzustellen, dass sich das «Alter» mittlerweile den neuen Verhältnissen anpasst. Man denke an die Gründung von Organisationen wie die Grauen Panther.

Ein weiterer Aspekt ist, dass früher der alte Mensch bis ins hohe Alter seinen Beitrag zum Wohlergehen selber leisten musste. So wird erkannt, dass der *Sozialstaat* diesbezüglich auch Nachteile hat.

### 1.4 Altersheim im Wandel der Zeit

Mit Namen wie Bürgerheim, Armenheim, Armenasyl wurden die Vorgänger unserer Altersheime bezeichnet. Wie die Namen es sagen, waren sie eigentlich nur für Mittellose und alte Menschen ohne Familie gedacht.

Diese Institutionen waren einfach gehalten und die Bewohner mussten mit ihrer Arbeit einen grossen Teil zum Lebensunterhalt beisteuern.

Die heutige Generation von Altersheimen gleicht eher einem Grand Hotel als einer Senioren pension. *Heute bevölkern Leute aus allen Schichten der Gesellschaft die Altersheime.* Teilweise wird versucht, durch den Bau von solchen «Superheimen» die Familie zu kompensieren. So ungefähr: «Die alten Leutli haben das doch verdient.» Es ist sicher eine legitime Art, sein Gewissen zu entlasten. Es gibt aber auch durchaus positive Seiten, gibt uns ein solcher Bau neuerer Generation doch viele Möglichkeiten. Im Raumprogramm tauchen Namen auf wie Andachtsraum, Turnraum, Bibliothek, TV-Raum, Beschäftigungsraum, Kafistube, Teeküche, Pensionärswaschküche, Aufenthaltsraum usw. Die Bauweise ist flexibel, damit eine Umnutzung der Räumlichkeiten möglich ist. Die Heime werden heute vermehrt in Zentrumsnähe gebaut, was unseren Senioren erlaubt, weiterhin aktiv am Geschehen teilzunehmen. Durch Integration der Altersheime ins Zentrum ist die nötige Kommunikation zwischen den Generationen möglich.

Ich glaube, Altersheime gehen in Zukunft in Richtung Dienstleistungszentrum, weg von der eigentlichen Senioren pension.

Sicher benötigen wir immer Heimplätze, aber ich glaube, *in den nächsten Jahrzehnten wird es eine Umnutzung der Institution geben.* Ich kann mir vorstellen, dass in Zukunft die Hälfte der Kapazität gebraucht wird, um *Dienstleistungen an extern wohnende Senioren* zu erbringen. Ich denke zum Beispiel an eine Übergangsstation für «verwahrloste», kranke, einsame alte Menschen. Sie würden während mehrerer Wochen körperlich und geistig aufgebaut und reaktiviert werden, um anschliessend wieder entlassen zu werden. Zu Hause in den eigenen vier Wänden würde dann, mit entsprechender Unterstützung, die Selbständigkeit wieder möglich sein.

Zu diesen Dienstleistungen, die heute schon angeboten werden, gehören:

- Mahlzeitendienst
- Mittagstisch
- Wäscheservice
- Badedienst
- Ferienzimmer
- Krankenpflege (Spitex)
- Haushilfedienst
- Fahr- und Begleitedienst



**Gartenbeete für die Heimbewohner:** Hier wachsen Schnittblumen, Gemüse und Gewürzkräuter für die Heimküche; «einzelne Bewohner/innen sind täglich im Garten zu finden», wie Stefan Thomer betonte. So bildet auch für die derzeit älteste Steinhauserin der Garten einen Teil ihres Lebens. Beim Jäten und Giessen erhält sie allerdings Hilfe.

*(Fotos Stefan Thomer und Erika Ritter)*

- Besuchsdienst
- Tagesheime
- Altersturnen
- Gedächtnistraining
- Unterhaltungsangebot
- «Kafistube»

Diesen Leistungen wird in Zukunft sicher immer mehr Bedeutung beigemessen.

Ich denke da an die stetig steigende Lebenserwartung der Menschen und die Überalterung der Bevölkerung. Wir müssen vermehrt die Nachbarschaftshilfe und unsere «Jungsenioren» einbeziehen, um eine interne und externe Betreuung unserer alten Mitmenschen zu gewährleisten.

### 1.5 Was versteht man unter Aktivierung und weshalb ist sie notwendig?

Im Zusammenhang mit Aktivierung kann man das Wort passiv nicht gebrauchen. Denn es gibt äusserst wenige Menschen, die passiv oder inaktiv sind. Selbst die kleinsten Gedankengänge sind aktiv. Bei der Aktivierung im Heim geht es darum, vorhandene Ressourcen (Aktiven) körperlich wie geistig zu fördern und nicht verkümmern zu lassen. Gemäss dem alten Sprichwort, das seine Richtigkeit hat:

#### «Wer rastet der rostet»

Wir wollen Institutionen schaffen, die unseren betagten Mitmenschen einen schönen Lebensabend garantieren. Wir nehmen ihnen alle Aufgaben und Verantwortung ab. Für was ist der alte Mensch dann noch gut? Wer braucht ihn denn noch und wozu? Tun wir ihnen einen Gefallen, wenn wir ihnen alles abnehmen, was das Alltagsleben ausmacht? Vergessen wir in dem Zusammenhang nicht, dass es wichtig ist, dass der Mensch Wertschätzung erfährt.

Ist es nicht auch mit ein Grund, warum alte Menschen immer von früher und nicht von dem, was sie heute erleben und schaffen, erzählen. Fördern wir durch das Abnehmen jeglicher Tätigkeit nicht den «Rostvorgang»?

Ist der Übertritt in ein Altersheim meistens nicht nur eine teilweise Schwäche der Funktionen und Aufgaben des Menschen? Können wir nicht die übriggebliebenen Fähigkeiten fördern und als Potential ausnützen?

Aus den Fragen lässt sich schliessen, dass eine Aktivierung im Altersheim in den meisten Fällen eine zentrale Rolle spielt.

Auch der älter werdende Mensch hat ein Recht auf Persönlichkeit, Individualität und Wertschätzung. Wir sind ihm Respekt schuldig. Indem wir auch unseren «Alten» einen Lebenssinn und Selbstwertgefühl vermitteln, zollen wir ihnen höchsten Respekt.

(Fortsetzung folgt)



**Forum Culinaire...**

**Der Treffpunkt der Kochfachleute  
für Informationen und Weiterbildung.  
Unser Beitrag  
zur Erhaltung einer leistungsstarken Gastronomie.**

Haco AG, 3073 Gümligen, Tel. 031/52 00 61