

**Zeitschrift:** Schweizer Heimwesen : Fachblatt VSA  
**Herausgeber:** Verein für Schweizerisches Heimwesen  
**Band:** 64 (1993)  
**Heft:** 10

**Artikel:** Freiwilliger Einsatz und Erfahrungen in der Cafeteria  
**Autor:** Baumann, H.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-811471>

### **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:** 28.01.2026

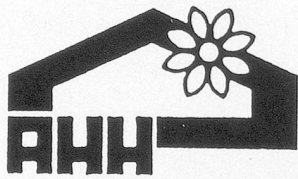
**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Freiwilliger Einsatz und Erfahrungen in der Cafeteria

H. Baumann

Liebes Elsy

Bei unserem letzten Zusammensein haben wir ausgiebig über das Alterwerden und die Einstellung dazu gesprochen. Dabei sitzen wir ja alle im gleichen Boot und versuchen so gut wie möglich durch die Wellen und den Wind zu kommen – an ein Ziel – welches Ziel?



## Blättli

Wir möchten ein Tabu brechen und einmal über eine andere beschwerliche Seite des Alterns sprechen:

### Über die Vergesslichkeit und das Langsamerwerden

Die Betroffenen leiden unter diesen Veränderungen, schämen sich deswegen, auch betiteln sie sich oft als «blöd». Sie glauben, dass sie sich besser anstrengen könnten, sie seien selber schuld an ihrem Defizit. Mancher fühlt sich nicht mehr vollwertig. Es gibt einfache Hilfe für den Betroffenen, damit er mit seinen Veränderungen leben kann und diese lernt zu akzeptieren: Zeigen wir ihm gegenüber Toleranz! Räumen wir ihm genügend Zeit ein, wenn er etwas sucht, braucht oder wünscht. So kann er sich getragen fühlen in der Riedhof-Gemeinschaft. Wir dürfen nicht erwarten, dass er sich «zusammennimmt» oder «sich bessert», es liegt ja nicht an seinem Willen, sondern an seinen altersbedingten Veränderungen!

*Aufeinander zugehen, Rücksicht nehmen  
Aus der Hauszeitung Riedhof Höngg*

Ich habe Dir erzählt, dass ich sehr Mühe hätte, mich in der Gesellschaft vieler älterer Menschen wohl zu fühlen und dass ich mir eine Zukunft in einem Altersheim kaum vorstellen könne. Seither haben wir uns nicht mehr gesprochen. Zu diesem seinerzeitigen Thema möchte ich Dir nun berichten: Vor geraumer Zeit erhielt ich eine Anfrage zur Mithilfe in der Cafeteria im Altersheim Riedhof, hier in unserem Quartier Höngg. Es brauchte keine grosse Überlegung; hier öffnete sich ein Weg, mich mit älteren Menschen, die den mir bevorstehenden Weg bereits ein Stück weiter gegangen sind, bekannt zu machen, Verbindung aufzunehmen und von ihnen zu lernen.

Als Hilfe in der Cafeteria bin ich ein wenig wie ein Glied dieser Gruppe von Mitmenschen in der zweiten Lebenshälfte, zugleich darf ich diesen, meinen Gästen, einen Dienst erweisen. Ganz herzlich freue ich mich jeweils, wenn sie mich begrüßen: «Schön, dass Sie da sind.» Man bekommt das Gefühl, einen sinnvollen Einsatz zu leisten. Was einen ganz besonders beglückt, sind die persönlichen Gespräche und Begegnungen, die so nach und nach entstehen.

Liebes Elsy, ich kann Dir gar nicht sagen, wie ich mich jedesmal freue auf den Gang in den «Riedhof». Auch mit den Angestellten, in deren Reihen ich mich für diesen Nachmittag aufgenommen fühle, verbindet mich eine zwanglose Kameradschaft. Nach und nach lerne ich auch kleine Eigenheiten und Spezialwünsche meiner Gäste kennen. Auch die Namen der einzelnen Pensionäre prägen sich mir langsam ein. Meine eigenen Gedächtnisschubladen werden zwar altershalber ebenfalls harzig, so dass es für mich immer eine Freude bedeutet, möglichst viele Leute mit dem Namen begrüßen zu können. Zwar hat man um die Zvierizeit ganz schön zu tun als Wirtin, doch gibt es immer hin und wieder etwas Zeit für einen kleinen Schwatz mit dem einen oder andern der Gäste. Herr F. freut sich über meine Frage nach seinem Ergehen, nachdem er vor 14 Tagen bei meinem letzten Einsatz über Schmerzen geklagt hat. Frau M. sitzt wieder an ihrem Platz, und wir begrüßen uns gegenseitig herzlich; war sie doch inzwischen für einen Spitalaufenthalt abwesend. Herr S. möchte ein wenig «hönggere» und lebt beim Erzählen ganz auf, wie unser Dorf einmal ausgesehen hat. Besonders freut ihn die Tatsache, dass ich seinen ehemaligen Lehrer auch noch gekannt habe und die Plätze, wo er als Schulbub mit seinen Kameraden Streiche ausheckte. «Wissen Sie noch...?»

Wenn ich Dir erzähle, liebes Elsy, dass ich allmählich meine inneren Widerstände gegen Altersheime abgelegt habe und mich wirklich an den Nachmittagen im «Riedhof» recht wohl fühle, dann wirst Du es kaum glauben im Gedanken daran, wie negativ mir die Zukunft eines Lebens im Altersheim noch vor zwei Jahren schien. Ich kann mir nun auch vorstellen, in einer fernen Zukunft einmal auf der anderen Seite der Theke auf einen Kaffee zu warten und mich ebenfalls zu freuen an einer Helferin, die aus unserem Quartier Höngg hin und wieder den Dienst in der Cafeteria versieht.

Übrigens: Unsere Cafeteria ist auch für Passanten offen und alle Spaziergänger sind uns herzlich willkommen. Komm doch einmal herein, wenn ich im Einsatz bin. Ich könnte mir vorstellen, dass auch Dir eine solche Aufgabe Freude machen würde. Und eben, es ist eine Vorbereitung auf das eigene Altern. Von Herzen hoffe ich, dass es mir vergönnt sein werde, noch lange diesen Dienst zu tun. Bleibe auch Du gesund. Ich wünsche uns allen und meinen Gästen im «Riedhof» eine gute Zukunft.

Herzlich Deine Hilde

*Aus der Hauszeitung Riedhof, Höngg*

### Schmunzel-Ecke Aus dem Riedhof: Auch das gibt's!

Frau A. hat fein warm geduscht. Sie denkt, jetzt sind die Poren schön offen und die Haut weich, der beste Moment, mein Rheuma mit der guten R.-Salbe zu kurieren. Sie reibt die grosse Stelle an der Hüfte ein. Noch ein zweiter Salbenstrang, so jetzt bessert es dann. Beim Überziehen der sauberen Unterwäsche klebt alles. Was ist denn? Muss ich die Salbe länger einziehen lassen? Auf der Tube steht das sicher. Sie schaut nach und sieht, dass sie Zahnpasta eingerieben hat. Das Resultat? Die Schmerzen sind weg!

*Aus der Hauszeitung Riedhof Höngg*