

**Zeitschrift:** Fachzeitschrift Heim  
**Herausgeber:** Heimverband Schweiz  
**Band:** 71 (2000)  
**Heft:** 11

**Artikel:** Lebensbänder in der Pension Mürtschen, Eschenbach : Menschen und ihre Lebenswege  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-812101>

#### 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:** 23.12.2025

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

Lebensbänder in der Pension Mürtschen, Eschenbach

# MENSCHEN UND IHRE LEBENSWEGE

rr. In der Fachzeitschrift 9/2000 erschien der Beitrag von Hedwig E. Haske Pelsoeczy «Biographiearbeit im gesellschaftlichen Kontext». Sie zeigte darin auf, wie die Altersarbeit in unserer Gesellschaft eng verknüpft ist mit dem Wert der älteren Menschen. Als Antwort auf die theoretisch, wissenschaftliche Untersuchung von Hedwig Haske erhielt die Redaktion nun einen Praxisbeitrag zum Thema aus der Pension Mürtschen, Eschenbach. Heimleiter Peter Zollinger schreibt im Begleitbrief: «Wir haben in diesem Jahr zum Thema «Lebenswege» mit unseren Bewohnern «Lebensbänder» erstellt. Nach dem Lesen des Artikels durfte ich feststellen, dass wir mit dem Projekt «Lebensbänder» sehr praktische Biografiearbeit geleistet haben... Wir durften erfahren, dass beim Erarbeiten eines Lebensbandes viele gute und tiefe Gespräche stattfinden und dass neben den Bezugspersonen im Heim auch Kinder, Enkel und viele andere Mitmenschen einbezogen werden.» Doch was sind Lebensbänder?

## **Anna Schmuki-Tomasi beschrieb das Projekt**

«Die Altersarbeit in unserer Gesellschaft ist eng verknüpft mit dem Wert der älteren Menschen.» In Anlehnung an diese Aussage bemühte sich die Heimleitung der Pension Mürtschen in Zusammenarbeit mit der Aktivierungsverantwortlichen Dora Lüthi, dem Wert der älteren Generation besondere Beachtung zu schenken. Gemeinsam wird im Heim immer wieder versucht, den ganzen letzten Lebensabschnitt auf vertrauensvoller, menschlicher Ebene neu zu gestalten. Mit der Idee des persönlichen Lebensbandes wurde sicher ein Schritt auf dieser Ebene getan.

## **Farbige Lebensjahrzehnte**

Mit dem Projekt «Lebensbänder» wurde versucht, den Lebensweg der Bewohnerinnen und Bewohner nachzuzeichnen. Für jedes Lebensjahrzehnt haben sich die beteiligten Betagten aus vielen farbigen Bändern von je einem Meter Länge eine Farbe ausgesucht und sich so in der farblichen Gestaltung ein ganz persönliches Lebensband zusammengestellt. Aus den über 20 verschiedenen, von fröhlich bunten, warmen bis hin zu melancholisch trüben Farben wurde die zu den jeweils zehn Jahre umfassenden Lebensabschnitten gewählt. So ergaben sich Bänder bis zu neun Metern Länge, was der Höhe des Lichthofes entspricht.

In einer zweiten Phase wurden dann wichtige Lebensdaten, frohe und trauri-

ge Ereignisse usw. eingetragen. So entstanden eigentliche Lebensgeschichten, die ganz individuell erarbeitet wurden, zum Beispiel mit Fotos, Gegenständen, Bastelsachen, Worten oder Zeichen, die auf Höhepunkte hinwiesen und von persönlicher Trauer erzählten.

Die Erarbeitung wurde dabei nicht als Endprodukt oder als wichtigster Teil angesehen. Nicht die Vollständigkeit der Vergangenheit, sondern die persönlichen Bestandteile einzelner, herausgriffener Bestandteile war entscheidend.

Die Erarbeitung ist letztendlich gleichsam die Erzählung der verschiedenen Kapitel eines langen Lebens. Wer etwas zu erzählen hat, ist ebenso wenig einsam, wie der, der einer Geschichte zuhört, denn durch das Erzählen ihrer Geschichte werden Menschen zu achtbaren Persönlichkeiten und gewinnen Status. Auch kann sich daraus gegenseitiges Verstehen, Achtung der anderen und ein neues Erleben der eigenen Geschichte in der verarbeiteten Form ergeben.

Peter Zollinger bemerkt dazu: «Da viele Betagte nicht mehr die Möglichkeit hatten, ihre Lebensbänder selber zu gestalten, haben sie ihre Ideen und Wünsche mit dem Aktivierungsteam um Dora Lüthi besprochen und mit der notwendigen Hilfe umsetzen können. In langen und persönlichen Gesprächen wurden lustige, aber auch traurige Erlebnisse nochmals durchlebt. Manches Lächeln und Schmunzeln erheiterte die Gesich-

ter, aber auch Schmerz und Trauer kamen wieder hoch.»

Ab dem 16. September wurden die Bänder im Lichthof aufgehängt. Sie sind nicht gekennzeichnet, um so die Privatsphäre der Bewohnerinnen und Bewohner zu schützen. Heimleiter Peter Zollinger hat für die «FZH» zusätzlich spontan in den PC geschrieben, was ihm zum Projekt Lebensbänder so alles durch den Kopf gegangen ist. Die Redaktion möchte diese «ungefilterten» Überlegungen ebenso «ungefiltert» weitergeben:

*Der Idee, die Lebensgeschichte unserer Bewohner in Lebensbändern darzustellen, gingen viele Erlebnisse mit betagten Menschen voraus.*

*Es ist eigentlich erstaunlich, dass besondere Begegnungen und Gespräche immer in Ausnahmefällen (Sterben und Tod) oder dann auf Reisen/Ausflügen oder bei Transporten im PW zum Arzt usw. stattfinden. Bei solchen Gesprächen fällt auf, wie viel Menschen zu erzählen wissen und wie gut sie sich erinnern. Solche Gespräche schaffen eine Brücke und erleichtern den Einstieg in weitere Gespräche oder einen Zugang in schwierigen Situationen.*

Daraus lässt sich schliessen, dass auch unsere Bewohner, wenn sie im Heim eine Bezugsperson finden und erzählen können, sich auch in schwierigen Situationen an eine solche Person wenden.

*In einem Heim, in dem vorwiegend Menschen aus dem Dorf leben, spielen die Lebensgeschichten aller Bewohner eine wichtige Rolle und die Hierarchie aus dem Dorf setzt sich auch im Heim fort. So sind Gespräche unter den Betagten, wegen der ganzen früheren Dorfgeschichten, nur beschränkt möglich. Zudem müssen die betagten Menschen neu erleben, dass sie jemandem etwas anvertrauen können und dass das auch vertraulich bleibt.*

## **Zum Projekt:**

*Am Anfang stiess ich mit meiner Idee im ganzen Kader eher auf Widerstand.*

- Man konnte sich ein Lebensband nicht vorstellen.*
- Man hatte Hemmungen, Angst, den betagten Menschen zu nahe zu kommen.*
- Es könnte etwas ausgelöst werden, dem wir nicht gewachsen sind.*

**Ein Muster-Lebensband:**

Um zu zeigen, dass es möglich ist ein Lebensband zu gestalten, habe ich meine Mutter mit einbezogen und mit ihr ein Lebensband erarbeitet. In diesem Prozess wurde mir vieles klarer und ich spürte etwas von den Vorbehalten und Widerständen, die auch von Seiten der Betagten noch kommen werden.

- Ist es so recht?
  - Gefällt es dir, gefällt es den anderen?
  - Ich bin ja wie alle andern.
  - Wer interessiert sich für das? usw.
- Die Generation der jetzt 80–100-Jährigen hat noch nicht erlebt, dass man etwas nur für sich persönlich machen kann.

**Die Leiterin Aktivierung fasste Vertrauen:**

An einer Sitzung mit der Leitung Pflege und Aktivierung erzählte meine Mutter über ihre Erlebnisse beim Gestalten des Lebensbandes. Es haben Gespräche mit allen Kindern, mit Geschwistern und Bekannten stattgefunden. Alle waren sie interessiert und begeistert. Das fertige Lebensband beeindruckte zusätzlich. Nun war der Damm gebrochen, die Leiterin Aktivierung war überzeugt und wir konnten mit dem Projekt starten.

MENSCHLICHKEIT  
GEBORGENHEIT IN FREIHEIT  
LEBENSFREUDE

**Lebensbänder**

Im Rahmen des Projektes «Lebenswege» könnten wir mit den Bewohnerinnen und Bewohnern «Lebensbänder» gestalten.

Die Idee: Jede Bewohnerin, jeder Bewohner gestaltet sich ein Lebensband. Ein Lebensband ist wie folgt aufgebaut:  
1 m Band entspricht 10 Lebensjahren

90 Jahre ergeben somit ein Band von 9 m Länge, was der Höhe im Lichthof entspricht.

Das Lebensband wird mit jedem Bewohner individuell gestaltet. In einer ersten Phase wird das Band nur farblich zusammengestellt. In einer zweiten Phase können noch wichtige Lebensdaten auf dem Band eingetragen werden.

So entsteht eine eigentliche Lebensgeschichte, die mit jedem Bewohner erarbeitet wird.

**Wichtig ist der Prozess, das Erarbeiten des Lebensbandes.**

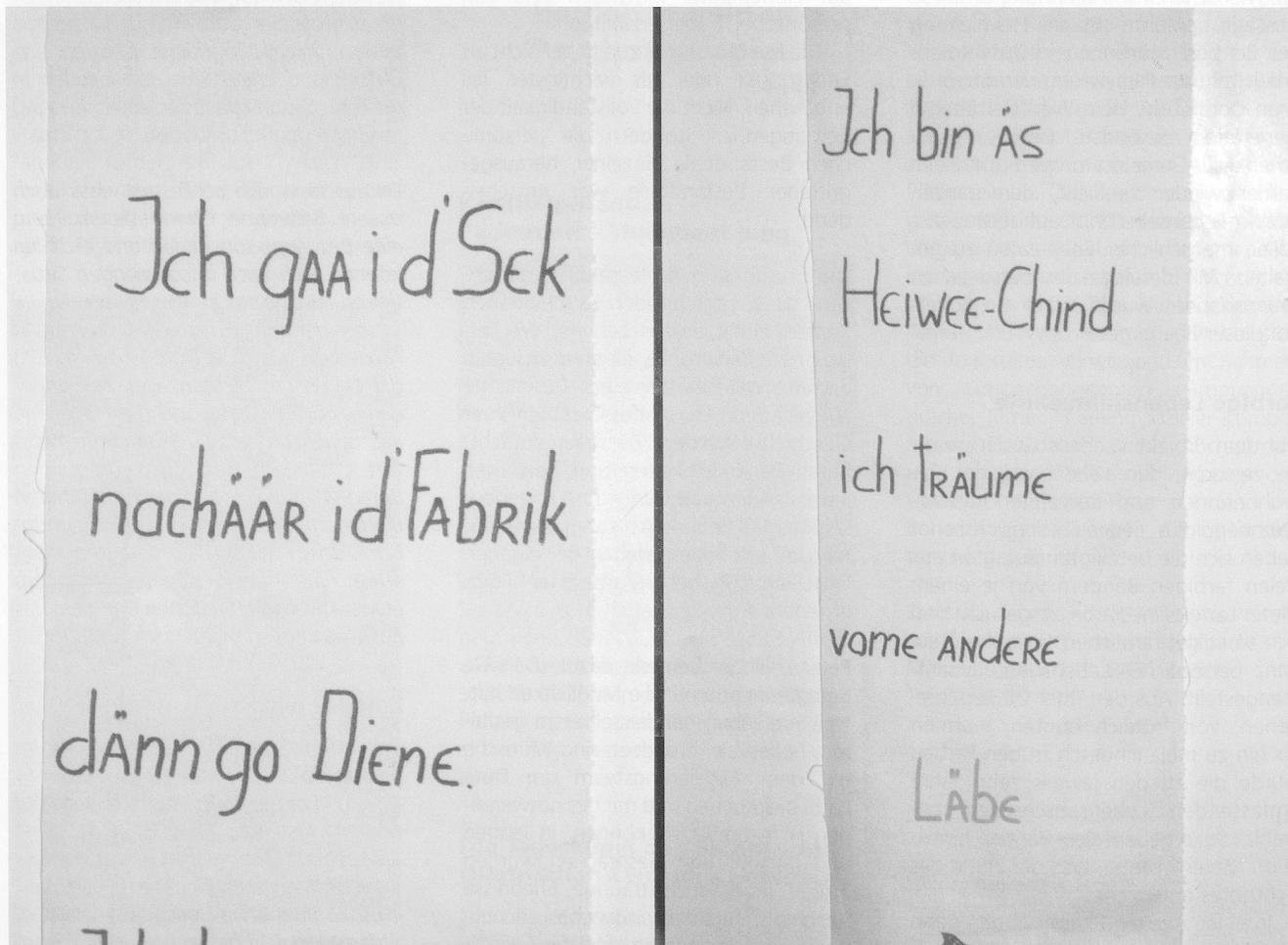
Dazu werden auch die Angehörigen eingeladen.

**Frau ja, Männer nein!**

Frauen und Männer wurden getrennt zu einer Information eingeladen. Bei den Frauen stiess unsere Idee auf viel Interesse und die «Selbständigen» machten sich umgehend an die Arbeit. Bei den

Männern mussten wir grosse Vorbehalte bis klare Ablehnung erleben.

Wir boten einen Workshop an, das heisst, während einigen Tagen lagen die farbigen Stoffstreifen ausgebreitet bereit und die Betagten konnten sich ihr Band zusammenstellen. Dora Lüthi war wäh-



Min MAA und  
ich händ gueti

Jaar miteinand.

D'Ankselchind

rend dieser Zeit immer anwesend und half, wenn es nötig war. Mit ihrer Unterstützung war es auch möglich, dass «schwächer» Menschen sich ein Band zusammenstellen konnten. Nur schon das farbliche Zusammenstellen war mit vielen guten Gesprächen verbunden.

#### Hilfe beim Ausschmücken der Lebensbänder

Beim Ausschmücken der Bänder waren viele Bewohnerinnen auf Unterstützung angewiesen. Sie hatten Texte entworfen, wollten/konnten aber nicht auf die Bänder schreiben. Sie hatten Bilder und Fotos herausgesucht, die nun aufgeklebt werden mussten.

Und während all dieser Arbeiten und Prozesse fanden unzählige Gespräche statt, zu jedem Bild wurde eine Geschichte erzählt.

#### Eine grosse Heim-Familie!

Wir sind überzeugt, dass durch dieses Projekt das Vertrauen wachsen konnte.

CHOMMED und

bringed Läbe.

Ich büenze und

Lisme vill für sii

GROSSELTERE

sii isch schön



Eis Chind

nachem Andere



SMuetter sii

erfüllt mich

Die Bewohnerinnen konnten sich einbringen, sie konnten erzählen, sich mit ihrem Leben auseinandersetzen, Fröhliches, Trauriges nochmals spüren.

Die Bänder hängen jetzt noch bis zum Advent in unserem Lichthof. Und dann? Werden sie mitgenommen ins Grab, bleiben sie als Erinnerung an einen lieben Menschen zurück?

Fazit: Es hat sich gelohnt! Wir werden uns jeden Tag bemühen, unsere «Gäste» bewusst wahrzunehmen. Mit ihren Geschichten wollen sie uns eine wichtige Botschaft überbringen, wir müssen sie verstehen lernen. Und auch wenn die Worte fehlen, Geschichten, Erlebnisse sind da, wir müssen lernen, auch diese Botschaften zu verstehen.

Persönliche Anmerkung: Wir verlassen diese Welt mit leichtem Gepäck, wir müssen viel Unerledigtes noch aufschaffen, ob wir wollen oder nicht. Das Totenhemd hat keine Taschen, nicht nur für Materielles, auch für Unerledigtes, Ungelebtes.