

Zeitschrift:	Curaviva : Fachzeitschrift
Herausgeber:	Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz
Band:	76 (2005)
Heft:	12
Artikel:	Diskussionsrunde : was alte Menschen über das Alter denken : "Ich dachte noch nie: Gott sei Dank bin ich alt"
Autor:	Rizzi, Elisabeth
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-805294

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: 11.02.2026

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

Diskussionsrunde: Was alte Menschen über das Alter denken

«Ich dachte noch nie: Gott sei Dank bin ich alt»

■ Elisabeth Rizzi

**Was denken betagte Menschen über das Altwerden?
Wie möchten sie gerne leben?
Was wünschen sie sich von einem Heim? Zum Abschluss des gerontologischen Grundkurses von Curaviva diskutierten eine 80-jährige Heimbewohnerin, ein selbständig lebender 80-jähriger Rentner und eine 71-jährige voll im Beruf stehende Erwachsenenbildnerin.**

Drei Menschen im fortgeschrittenen Alter, drei unterschiedliche Lebensläufe, drei Weltanschauungen, die sich fast diametral gegenüberstehen. Das Einzige, was sich feststellen lässt, ist: Alter lässt sich nicht in einer kurzen Formel zusammenfassen.

Elisabeth Dolderer-Thalmann steckt mitten im Umzugsstress. Von einem abgelegenen Einfamilienhaus auf dem Bachtel im Zürcher Oberland zieht die 71-Jährige in eine grosse Wohnung im Dorf. Im Hinterkopf die Idee, vielleicht mit ihrem neuen Lebenspartner bald gemeinsam dort zu sein. Bis vor kurzem lebte auch ihr über 100-jähriger Vater im Nebenhaus auf dem Berg. Nun ist er ins Altersheim gezogen.

Lys Furrer ist 80 und lebt seit fünf Jahren im Alters- und Pflegeheim Haus Tabea in Horgen. «Ich schaue auf die Früchte des Lebens zurück und bin dankbar, dass ich aus allem, was ich erlebt habe, etwas gelernt habe», sagt sie. Toni Spycher ist ebenfalls 80, steigt regelmässig aufs Velo und lebt gemein-

sam mit seiner Frau in einer Privatwohnung. Nach Venezuela, um seine frisch geborene Urenkelin zu sehen, will der ehemalige Pfarrer allerdings nicht mehr gehen. «Dafür bin ich zu alt. Sie soll mal zu uns in die Schweiz kommen», findet er.

Rasieren vergessen

Zum Abschluss des gerontologischen Grundkurses von Curaviva diskutieren die drei Senioren am 7. November in Zürich über ihren Umgang mit dem Altwerden, über ihre Sorgen und Wünsche. «Im Zug heute Morgen bemerkte ich, dass ich mich vergessen habe zu rasieren. Früher wäre mir so etwas nie passiert. Und wenn ich Velo fahre, kann ich mich nicht mehr gedankenlos auf den Sattel schwingen, sondern muss vorsichtig den Fuss aufs Pedal setzen.» So nimmt Toni Spycher das Altwerden wahr. Er sitzt in einem Kreis mit den beiden anderen Senioren und den Teilnehmenden des Kurses, von denen viele ihre Enkel sein könnten. «Es hat noch nie einen Augenblick gegeben, in dem ich gedacht habe: ‹Gott sei Dank bin ich alt›», sagt Lys Furrer. Als sie ins Altersheim eintrat, sei sie noch so rüstig gewesen, dass sie zwei- bis dreimal in der Woche in der Cafeteria ausgeholfen habe. Doch nach einem halben Jahr habe sie körperlich so grosse Probleme gehabt, dass sie einige Zeit sogar auf den Rollstuhl angewiesen war.

Die drei Senioren erleben einen unterschiedlichen Alltag. Sie haben

unterschiedliche Vorstellungen von der Art, wie sie ihren Lebensabend verbringen möchten. «Ich habe», sagt Toni Spycher, «ein sehr ungutes Gefühl beim Gedanken, einmal in ein Altersheim ziehen zu müssen. Wenn schon, dann könnte ich mir allenfalls eine Altersresidenz vorstellen.» Toni Spycher sieht zehn Jahre jünger aus, mindestens. Ausdauersport hat Muskeln hinterlassen. Die Augen taxieren wach die Gesprächsrunde. Wenn Toni Spycher etwas sagt, unterstreicht er die Worte mit kräftigen Gesten.

Im Gegensatz zu ihm hat Lys Furrer keine Mühe mit ihrem Leben im Heim. Sie selbst musste vor fünf Jahren ihre Wohnung aufgeben. Dass zufällig in einem Altersheim, das sie interessierte, ein Platz frei war, sieht sie heute als Schicksal. «Sonst hätte ich wohl eine neue Wohnung gesucht», meint sie an der Diskussion. Sie lebe ziemlich selbständig im Heim und profitiere von den Möglichkeiten zur Individualität. Schon kurz nach dem Eintritt ins Heim habe sie begonnen, ihr Frühstück allein im Zimmer einzunehmen und ihre Morgenrituale von zuhause wie beispielsweise die Kontext-Sendung beim Kaffee weiterhin zu pflegen. Zierlich wirkt die Frau. Als Vorbereitung für die Diskussionsrunde hat sie einen Stapel von Notizen vorbereitet. Sorgfältig überlegt sie, was sie sagt, wenn sie sich zu Wort meldet. Sie spricht knapp und treffend. Humor blitzt immer wieder auf.

«Ich hatte keine Probleme damit, Pflege anzunehmen», sagt Lys Furrer nun, «es blieb mir auch nichts anderes übrig.» Nach einem Unfall sei sie mehrere Wochen bettlägerig gewesen und froh über die Betreuung im Heim, «ich bin kein Rebell».

Toni Spycher dagegen fällt es schon schwer anzunehmen, dass seine Tochter ihm im Urlaub den Koffer trägt.

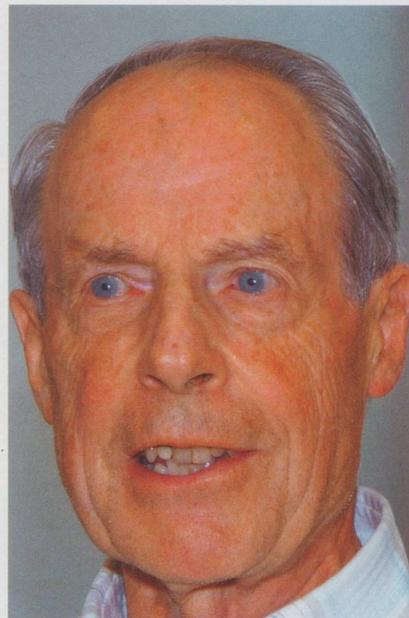


Elisabeth Dolderer-Thalmann: «Ich will, dass die Leute sagen: „Du siehst so toll aus, weil Du so alt bist!“»

Psychischen Schaden abwägen

Elisabeth Dolderer könnte sich vorstellen, in einer privaten Wohnung zu leben, die an ein Pflegezentrum angeschlossen ist. «Es wäre schön, wenn man bei Bedarf Pflegeleistungen dazukaufen könnte und mit einer Alarmglocke ans Zentrum angeschlossen wäre.» Die Frau wirkt quirlig. Es fällt schwer, sie in einem Altersheim oder einer Residenz vorzustellen. Obwohl bereits im Pensionsalter, ist die gelernte Krankenschwester und Erwachsenenbildnerin noch immer engagiert in ihrem Beruf tätig. Sie hat Verständnis für die Angehörigen, welche Betagte in ein Heim

einweisen möchten, «aber man muss bedenken, dass auch Betagte mündig sind. Wenn jemand sagt, „es ist okay, wenn ich zuhause stürze und eine Nacht lang liegen bleibe“, dann muss man das akzeptieren», sagte sie an der Diskussionsrunde. Schwieriger sei der Entscheid bei dementen Personen, aber auch hier müsse der Schaden einer psychischen Vergewaltigung durch die Zwangseinweisung abgewogen



Toni Spycher: «Wenn ich Velo fahre, kann ich mich nicht mehr gedankenlos auf den Sattel schwingen.»

werden. Ganz ungeeignet sei es, wenn Angehörige ihren alten Verwandten den Heimaufenthalt als Ferien verkaufen und unterdessen heimlich die Wohnung räumen, so dass kein Zurück mehr möglich sei.

Dem stimmt Lys Furrer nicht zu. «Es ist wichtig, dass die Jungen manchmal etwas Druck für einen Entscheid aufsetzen. Zu oft erzählen Betagte, die erst ins Heim kamen, als es gar nicht mehr anders ging, sie seien abgeschnitten worden.» Senioren müssten den Entscheid, ins Heim zu gehen, bewusst und - wenn auch mit einem Druck - aus eigenen Stücken fällen, findet sie.

Keine Frage des Jahrgangs

Jetzt meldet sich ein jüngerer Zuhörer aus dem Kreis. «Vielleicht», meint der Teilnehmer des gerontologischen Grundkurses, «müssen Betagte auch mehr Mut zeigen, ihre Wünsche zu äußern, obwohl sie manchmal für Angehörige und Pflegende schwierig und aufwändig sind.» Ein zweiter Zuhörer aus dem Publikum ergänzt: «Eigentlich sollten die Jungen lernen,



Lys Furrer: «Ich hatte keine Probleme damit, Pflege anzunehmen.»

Fotos: eri

den Alten nicht zu raten, was sie zu tun haben.»

Eines der Hauptprobleme sei wohl, dass die Gesellschaft den betagten Mitgliedern nicht helfe, alt zu werden. «Niemand fragt: Wie ist es, alt zu werden?», bemängelt Elisabeth Dolderer. Jeder müsste im Alter selbst dafür sorgen, seine Würde zu bewahren und die Frage zu beantworten: «Wie kann ich alt werden, damit auch die anderen Lust aufs Altwerden bekommen?»

Sie selbst hält Alter nicht für eine Frage des Jahrgangs: «Man merkt nichts vom Alter, weil man immer aus

Unsere nächsten Nachdiplomkurse

Personalentwicklung

«Der Weg durch die Organisation»

Beginn März 2006

Info-Abend 8. Dezember 2005, 18.45 Uhr

Organisationsentwicklung

OE-Kompakttraining

Beginn Januar und September 2006

Management und Change

Aufbau- und Vertiefungsseminar, einzeln belegbar

Beginn März 2006

Team- und Gruppenleitung in sozialen Arbeitsfeldern

Führungsaufgaben und -instrumente, Führungscoaching

Beginn März 2006

Info-Abend 12. Januar 2006, 18.45 Uhr

Budget- und Schuldenberatung

In Kooperation mit Plusminus, Budget- und Schuldenberatung Basel

Beginn März 2006, offene Module

Info-Abend 15. Dezember 2005, 18.45 Uhr

Feministische Mädchenarbeit

Theorie und Praxis geschlechterbewusster Mädchenarbeit

Beginn Oktober 2006

Info-Abend 7. September 2006, 18.45 Uhr

Professionelle Kommunikation mit psychisch Kranken und ihrem Umfeld

Psychiatrische und psychotherapeutische Basiskenntnisse – sozialpsychiatrische Zusammenarbeit – Methodisches Vorgehen im beruflichen Alltag

Beginn Januar 2006

Friedensarbeit (neu)

Frieden fördern im Alltag und Konflikte gewaltfrei lösen (in Kooperation mit dem Schweiz. Ökumen. Friedensprogramm SÖF)

Beginn März 2006

Info-Abende 18. Jan. 2006 (Bern), 24. Jan. 2006 (Zürich)

Diagnostik und Fördern im heilpädagogischen Frühbereich (neu)

Vom diagnostischen Verfahren zum heilpädagogischen Fördern – Module einzeln belegbar

Beginn Mai 2006

Info-Abend 3. Februar 2006, 18.45 Uhr

Familien- und Systemaufstellungen

Aufstellungen in Familien, Organisationen, Supervision und anderen Bereichen

Beginn Mai 2006

Info-Abend 16. Februar 2006, 18.45 Uhr

Weitere Informationen bei:

HPSA-BB, Hochschule für Pädagogik und Soziale Arbeit beider Basel,

Departement Soziale Arbeit, WDF/basis
Thiersteinerallee 57, 4053 Basel

Tel. 061 337 27 24, Fax. 061 337 27 95

basis@hpsabb.ch, www.hpsabb.ch

Alters- und Pflegeheim Ebnat-Kappel

Das Alters- und Pflegeheim «Wier» bietet 96 Bewohnerinnen und Bewohnern ein Zuhause. Das rund 30-jährige Haus wird gegenwärtig baulich erneuert und erweitert.

Auf den 1. Mai 2006 oder nach Vereinbarung suchen wir eine(n) qualifizierte(n)

Leiter/-in Pflegedienst

Für die anspruchsvolle und herausfordernde Aufgabe wünschen wir uns eine Persönlichkeit, die

- über eine fundierte Ausbildung und Erfahrung im Bereich Pflege und Betreuung verfügt,
- führungserfahren ist und das Betreuungsteam zielgerichtet und motivierend zu leiten vermag,
- eine hohe Sozialkompetenz aufweist, teamfähig, belastbar und flexibel ist,
- Flair hat für die Administration und über gute PC-Kenntnisse verfügt,
- mit der Heimleitung und einem Team von motivierten, einsatzfreudigen Mitarbeiter/innen die Reorganisation und den Umbau des Heimes zukunftsgerichtet mitgestaltet.

Es erwartet Sie eine attraktive Tätigkeit in einem interessanten Umfeld. Die Anstellungs- und Besoldungsbedingungen sind zeitgemäss.

Ihre Bewerbung mit Foto und den üblichen Unterlagen richten Sie bitte bis spätestens 12. Dezember 2005 an das Gemeindepräsidium Ebnat-Kappel, Gemeindehaus, Hofstrasse 1, 9642 Ebnat-Kappel.

Weitere Auskünfte erteilt Ihnen gerne die jetzige Stelleninhaberin Frau Elisabeth Kuhn (Tel. 071 993 26 11).

Grosse Auswahl... kleine Preise !

Bleiben Sie mobil mit einem Rollator!



Rollator Modell Ergo
Inkl. Sitz, Korb und pannensicherer
Bereifung. Farbe rot oder blau.
Preis: Fr. 297.20 inkl. MwSt.

Aktuelle Aktionen immer
unter www.gloorrehab.ch !



Rollator Modell WK018
Inkl. Sitz, Korb, pannensicherer
Bereifung und gepolsterter
Rückenlehne. Farbe blau.
Preis: Fr. 300.20 inkl. MwSt.

Dies sind nur zwei Beispiele aus unserem grossen Sortiment. Sie finden bei uns auch andere Gehhilfen, Hilfen für Bad/WC/Dusche, Patientenlifter, Rollstühle in grosser Auswahl und vieles mehr. Verlangen Sie die kostenlosen Unterlagen.

Gloor Rehabilitation & Co AG

Mattenweg 222 CH - 4458 Eptingen

Tel. 062 299 00 50 Fax 062 299 00 53

www.gloorrehab.ch mail@gloorrehab.ch

den gleichen Augen heraus schaut. Das ganze Leben lang hat man dieselben Bedürfnisse.» Toni Spycher dagegen bekundet grosse Mühe mit Gleichaltrigen. Für ihn komme es nicht in Frage, an die Einladungen zu Altersnachmittagen zu gehen. «Ich stelle mir vor, wie dort alte Menschen Kaffee trinken und Weggli essen», sagte er. Interessant sei für ihn nur eine Gesellschaft, in der spannende Diskussionen zu wichtigen Themen geführt würden. Dann sei das Alter der Teilnehmenden egal.

Auch Lys Furrer ist oft ausserhalb des Heimes aktiv. «Ich brauche,» sagt sie, «ein anderes Umfeld mit anderen als den immer gleichen Gesichtern.» Als wichtig erachtet sie jedoch, dass Seniorengruppen darauf achten, der Überalterung mit neuen jüngeren Teilnehmenden entgegenzuwirken.

Philosophieren für die Welt

So unterschiedlich wie die drei betagten Diskussionspartner leben, blicken sie auch auf ihr bisheriges Leben zurück und auf den Sinn des Lebens. «Ich will, dass die Leute sagen: ‹Du siehst so toll aus, weil du so alt bist, nicht obwohl›», sagt Elisabeth Dolderer, die mit Kursen und Beratungen noch voll im Erwerbsleben steht. Er habe vor einigen Jahrzehnten gelernt, zufrieden auf das Leben zu blicken, sagt Toni Spycher. Zurzeit überlege er sich, ob er noch etwas tun soll, wozu er in der Gesellschaft gebraucht werde. Er habe kein bitteres Gefühl, nicht gebraucht zu werden, aber abgeklärt sei er diesbezüglich noch nicht. Im Moment kümmere er sich viel um seine Frau, die gebrechlicher sei als er. «Aber was wird sein, wenn sie eines Tages nicht mehr hier ist?»

Versöhnter ist Lys Furrer mit sich: «Ich philosophiere, denn jeder Gedanke und jede Emotion trägt zur Entwicklung der Menschheit bei», sagt sie. Sie habe ein schweres Leben gehabt. Manchmal staune sie, wie sie alles überstanden habe. «Aber», meint sie und lacht einmal mehr in ihrer charmanten Art, «ich bin auch sehr dankbar für meinen Charakter.» Lys Furrer, feingliedrig und humorvoll, meint: «Gott ist der Stararchitekt, und die Menschen arbeiten an seinem Allerweltprojekt. Dafür braucht es Menschen, die nicht ‹bschiesse›, sonst fällt das Weltbild zusammen wie ein Kartenhaus.» ■

Der Gerontologische Grundkurs wird neu ab 2006 zum Nachdiplomkurs Gerontologie. Er findet statt mit 20 Kurstagen von 27. März bis 6. November. Anmeldeschluss ist der 28. Februar 2006. Infos unter www.weiterbildung.curaviva.ch. Detailprogramme: Telefon 041 419 01 83, wb.betagte@curaviva.ch

agogis

Berufliche Bildung im Sozialbereich

Fachtagung: ICF – das Modell der Zukunft für den Sozialbereich?

Freitag, 3. Februar 2006, 9.00 – 16.30 Uhr, Olten, Konferenzzentrum Swisscom beim Bahnhof

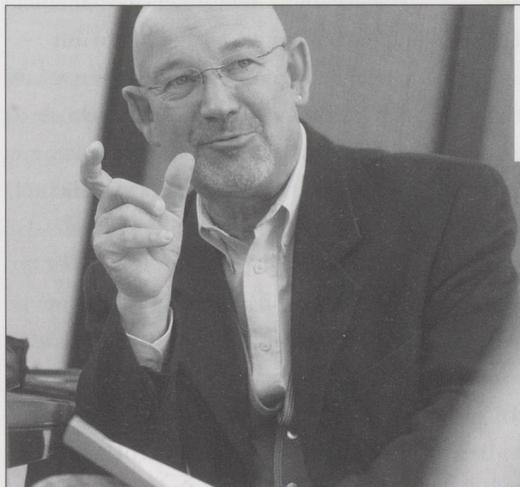
Referate und Workshops von:

- Judith Hollenweger, Pädagogische Hochschule Zürich
- Beat Knecht, Rehabilitationszentrum Kinderspital Zürich, Affoltern a.A.
- Claudia Sturzenegger und Elke Gamma, Stiftung Schulheim Dielsdorf
- Daniel Oberholzer, FH Nordwestschweiz
- Rudolf Bätscher, GCN General Consulting Network, Winterthur
- Beatrice Rohrer, Agogis

- für Fachleute aus Sozialer Arbeit, Heilpädagogik und benachbarten Fachgebieten
- vollständiges Programm unter www.agogis.ch

• Anmeldung bis 20. Januar 2006

Röntgenstrasse 16, Postfach, 8031 Zürich – Tel 043 366 71 03 – Fax 043 366 71 11 – www.agogis.ch



a e B AKADEMIE FÜR
ERWACHSENENBILDUNG

FÜHREN IN NONPROFIT- ORGANISATIONEN

Nachdiplomkurs (NDK)

- Führungsinstrumente und – handwerk
- Enger Theorie – Praxis – Bezug
- Kultursensibles Führen

25 Tage, modularer Aufbau,
Zertifikatsabschluss (16 ECTS)

Informationen unter:

AEB Luzern
Kasernenplatz 1
6000 Luzern 7
Telefon 041 240 77 20
Telefax 041 240 79 88
e-mail info-lu@aeb.ch
www.aeb.ch