

<b>Zeitschrift:</b>	Curaviva : Fachzeitschrift
<b>Herausgeber:</b>	Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz
<b>Band:</b>	81 (2010)
<b>Heft:</b>	1: Soziotechnik : Pflegeroboter und andere digitale Helfer
<b>Artikel:</b>	Die bald 90-jährige Henriette Piguet sagt : "Wii ist für mich Bewegungs- und Gedächtnistraining in einem"
<b>Autor:</b>	Leuenberger, Beat
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-805440">https://doi.org/10.5169/seals-805440</a>

### 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:** 27.01.2026

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

**Die bald 90-jährige Henriette Piguet sagt**

## «Wii ist für mich Bewegungs- und Gedächtnistraining in einem»

Setzen die Betagten im Altersheim von Les Diablerets einen neuen Trend? Seit mehr als einem Jahr haben sie am virtuellen Bowling-Spiel den Narren gefressen. Mindestens einmal pro Woche sitzen sie vor dem Fernseher und schleudern aus dem Handgelenk Kugeln in Richtung der Kegeln.

Beat Leuenberger

Gewiss: Beim Bild, das Sie hier sehen, handelt es sich um eine geschönte Werbefotografie. Doch die dargestellte Szene spielt sich auch in der Wirklichkeit ab vor den Fernsehgeräten in den guten Stuben Tausender Familien in der Schweiz: Der wilde Kerl steht auf der «Wii»-Konsole, köpfelt Fussbälle, die nur in der Flimmerkiste existieren, nach rechts, nach links und nach vorn, als ob es sie tatsächlich gäbe. Der wilde Kerl kommt leicht ausser Atem und ins Schwitzen. Im Hintergrund schwankt der Vater zwischen Verbieten und selber Mittun. Nein! Keine Frage: Er will es auch versuchen. Auf dem Sofa sitzt die kleine Schwester und lacht vergnügt, macht aber vorerst nur grosse Augen, und auch die Mutter schaut ungläubig zu. Eines aber ist sicher: Alle haben mega den Plausch.

Die Familie spielt Wii (siehe Box «Das ist Wii»). Wer den Controller in der Hand hält und auf der Spielkonsole vor dem Bildschirm steht, braucht den Weg ins Freie nicht mehr auf sich zu nehmen, um fit zu bleiben: Tennis, Baseball, Bowling, Boxen und Golf; Yoga, Aerobics, Kraft- und Gleichgewichtstraining – alles geht bequem zu Hause an der Wärme. Und «Wii Fit Plus», die neueste Entwicklung aus dem japanischen Konzern «Nintendo», seit zwei Monaten bei uns auf dem Markt, bietet dazu noch einen Kalorienzähler und die Möglichkeit, sich ein individuelles Trainingsprogramm zusammenzustellen.

### Die Wii-Welt hält Einzug, auch in den Heimen

Die Vorstellung, für die Fitness nicht mehr aus dem Haus zu gehen, mag seltsam bis grotesk erscheinen für gesunde, junge Leute und noch mehr für Kinder. Betagten Menschen dagegen, die in ihrer Bewegung eingeschränkt sind, kann Wii zu einem grossen Spass werden. Diesen Eindruck bekommt jedenfalls, wer ihnen beim Wii-Bowling zusieht in der «La Résidence» im waadtändischen Les Diablerets. Die Bewohnerinnen und Bewohner sind zurzeit wahrscheinlich die Ersten in einem Schweizer Altersheim, die das Vergnügen mit Wii haben. Doch sie werden aller Voraussicht nach nicht die Einzigsten bleiben. Denn «Nintendo» startet Anfang dieses Jahres eine Offensive in Altersinstitutionen «mit Angeboten, die für diese Klientel massgeschneidert sind», sagt Said Tijani vom Solothurner Spielzeugevertreiber Waldmeier AG geheimnisvoll. Worum es sich im Detail handelt, will er noch nicht verraten.

### Die Enkel sind stolz auf ihre Grosseltern

Bereits gehört das virtuelle Bowling-Spiel zu den Favoriten im Altersheim La Résidence. Dort spielen es die Bewohnenden seit mehr als einem Jahr. Heimleiter Albert Dubois liess sich von Heimen in Frankreich ermuntern, die Wii schon länger als Therapie zur Stimulation der Betagten einsetzen. «Es bringt die Generationen näher zusammen», ist er überzeugt. «Die Seniorinnen und Senioren teilen mit ihren Enkeln neue Erfahrungen und tauschen sich über das Spiel miteinander aus. Und die Jungen sind stolz auf ihre Grosseltern.»

### Eine 90-jährige Sportskanone

«Eins, zwei, drei, los» tönt es durch den Aufenthaltsraum in der «La Résidence». Es ist der Ruf der bald 90-jährigen Henriette Piguet, die am Wii-Bowling sichtlich den Narren gefressen hat und es fast noch mehr liebt als Jassen. Zum Gehen braucht sie einen Rollator. Doch vom sicheren Stuhl aus gilt sie als



Kopfballspiel auf der Wii-Konsole: In erster Linie noch für junge Leute. Doch es wird sich bald ändern.

Foto: zvg

«virtuelle Sportskanone». Einmal pro Woche, bei schlechtem Wetter auch häufiger, hat das Computerspiel einen festen Platz in ihrem Leben und im Leben ihrer Mitbewohner. Kein Zweifel: Hier haben die Senioren Wii als kurzweilige Freizeitbeschäftigung entdeckt.

«Wichtig für sie ist dabei der Wettkampf», sagt Amélie Massong, Aktivierungstherapeutin in der «Résidence». «Alle versuchen immer zu gewinnen.» Henriette Piguet bestätigt diese Einschätzung: «Keine Punkte zu machen, habe ich gar nicht gern», sagt sie und lacht verschmitzt.

«Wii gibt den Bewohnern ein Sporterlebnis zurück wie zu Zeiten, als sie körperlich noch fit waren», ergänzt Amélie Massong. «Und dank den Wettkämpfen wächst ein neues Gemeinschaftsgefühl im Heim. Die Spiele sind eine Bereicherung des Alltags.»

Nicht von Anfang an war der Umgang mit dem Sportcomputerspiel für die Betagten selbstverständlich. «Sie hielten sich zurück, trauten sich die Handhabung gar nicht zu», erinnert sich die Aktivierungstherapeutin. «Bis sich jemand ein Herz fasste und den Anfang machte.»

## Das heisst Wii

«Wii» ist allem Anschein nach ein erfundener Ausdruck, abgeleitet vom englischen Ausruf «wheeee!», auf Deutsch «huiii!», und von «we» wie «wir». Das Wort soll für Spass stehen, an dem mehrere Leute teilhaben können.

Seitens Nintendo, dem Hersteller von Wii, heisst es, Wii sei eine Konsole «für uns alle». Zudem lasse sich der Name «Wii» überall auf der Welt leicht merken, unabhängig von der Sprache.

Das Spiel hat offenbar lauter Vorteile. Denn die Bewegungen mit dem Wii-Controller ausführen heisst, an alles denken: «Wii ist für mich Bewegungs- und Gedächtnistraining in einem», sagt Henriette Piguet.

### Die Fachfrau von Pro Senectute schlägt ganz anderes vor

Allerdings: Was die Seniorinnen und Senioren vor dem Bildschirm tun, macht sie nicht fitter. Daran erinnert Rosa Minotti, Fachleiterin «Bewegungsangebote im Heim» bei Pro Senectute Schweiz. Denn: «Bewegungsangebote müssen ganzheitlich sein. Eine Armbewegung allein reicht nicht aus.» Die Fachfrau schlägt ganz anderes vor als Wii: «Krafttraining, Verbesserung der Beweglichkeit der Gelenke, Schulung der koordinativen Fähigkeit und Gehirnjogging sollten in jedem Angebot für ältere Menschen in Heimen enthalten sein - dreimal pro Woche für Rüstige, ein- bis zweimal für Rollstuhlfahrerinnen und -fahrer und Demenzkranke.» Wer so in Bewegung bleibe, brauche weniger Medikamente, bewege sich sicherer fort, benötige weniger Pflege und fühle sich wohler, zählt Rosa Minotti auf.

Vorläufig haben die Betagten in Les Diablerets einfach nur mega den Plausch am Wii. Und es ist nicht auszuschliessen, dass sie damit sogar einen neuen Trend setzen in den Schweizer Altersheimen. ●

## Das ist Wii

Wii, eine fernsehgebundene Videospiel-Konsole der japanischen Firma Nintendo, ist seit Ende 2006 auf dem Markt. Der neuartige Controller, der herkömmlichen Fernbedienungen ähnelt, verfügt über eingebaute Bewegungssensoren. Diese registrieren die Position und die Bewegungen des Controllers im Raum und setzen sie in entsprechende Bewegungen von Spielfiguren oder -elementen auf dem Bildschirm um. Mussten die Nutzer bei herkömmlichen Spielsystemen Knöpfe des Controllers betätigen, so können sie die Spiele nun steuern, indem sie den Controller selbst bewegen. Das Spielsystem aus Hardware und Software misst dabei die dreidimensionalen Bewegungen des Nutzers. Wii ist überaus erfolgreich: Bis 2009 wurden über 50 Millionen Einheiten verkauft.

### Internetlinks:

«Schweiz aktuell»-Beitrag über Wii-Bowling im Altersheim La Résidence in Les Diablerets:  
<http://videoportal.sf.tv> → Sendungen → Schweiz aktuell → 9. Juni 2009 → Videogames im Altersheim

Informationen zum Nutzen von körperlichem Training für ältere Menschen und zur Einrichtung von Trainingsräumen finden Heimleitende im Leitfaden «Kraftvoll altern im Heim» von Hansjürg Thüler, herausgegeben von Curaviva Schweiz: [www.curaviva.ch/publikationen](http://www.curaviva.ch/publikationen) → Krafttraining