

**Zeitschrift:** Spitex Magazin : die Fachzeitschrift des Spitex Verbandes Schweiz  
**Herausgeber:** Spitex Verband Schweiz  
**Band:** - (2020)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Ein Projekt führt Studierende und betagte Menschen zusammen  
**Autor:** Bächtold, Beatrix  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-928156>

### 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:** 11.01.2026

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



Der 22-jährige Wirtschaftsstudierende Rron Mazrekaj schätzt den Austausch mit Spitex-Klienten wie Eugen Strässle, mit dem er regelmäßig auf Achse geht.

Bild: Rron Mazrekaj

## Ein Projekt führt Studierende und betagte Menschen zusammen

Derzeit sind isolierte ältere Menschen wegen des Coronavirus in aller Munde. Dass Betagte bei der sozialen Teilnahme Hilfe benötigen, war aber bereits zuvor eine Herausforderung der Gesellschaft. Seit 13 Jahren schenken Studierende der Universität St. Gallen darum betagten Menschen ihre Zeit. Dies in Zusammenarbeit mit der Spitex St. Gallen im Rahmen des Generationenprojekts «Soziales Engagement in Theorie und Praxis». Das Spitex Magazin stellt das Projekt vor, das von allen Beteiligten zur Nachahmung empfohlen wird. Und es besucht Eugen Strässle, der dank des Projekts wieder spazieren gehen kann – trotz seiner Blindheit.

Im fliederfarbenen Pulli, für den Ausgang zurechtgemacht und mit nagelneuen Wanderschuhen der Größe 45 an den Füßen, sitzt Eugen Strässle im Lehnstuhl. «Mein Name ist Eugen und ich lebe auf grossem Fuss», witzelt er. Der 90-jährige Herr ist so richtig guter Dinge. Da ertönt die Türklingel und seine Frau Marianne öffnet die Haustür. Vor ihr steht Rron Mazrekaj. «Guten Tag Marianne. Ist dein Mann schon parat?», fragt der 22-Jährige, der im 4. Semester Betriebswirtschaft studiert. Rron Mazrekaj ist ein Teilnehmer des Generationenprojekts «Soziales Engagement in Theorie und Praxis», das vor 13 Jahren von der Universität St. Gallen und

der Spitex St. Gallen initiiert worden ist und seither die Studierenden mit betagten Menschen zusammenbringt. Während dieses festen Bestandteils ihres Studiums erfahren die jungen Menschen, dass sich vieles im Leben nicht in Zahlen und Rentabilität ausdrücken lässt. Vielmehr erlangen sie durch den Kontakt mit den Senioren Sozialkompetenz, die ihnen später zugute kommen dürfte, sei es im Beruf oder im Privatleben.

Rron Mazrekaj und Marianne Strässle duzen sich; in den vergangenen Monaten haben sich die beiden angefreundet. Kürzlich installierte Rron bei einer Tasse Kaffee Whats-

App auf dem Smartphone der 75-Jährigen. Seitdem können die beiden mithilfe dieser App die nächste Spazierunde abstimmen. «Also, legen wir los», sagt der junge Mann und nimmt den betagten Herrn am Arm. Gestützt auf seinen Rollator und mit eben diesen neuen Wanderschuhen an den Füßen wird Eugen Strässle nun 90 Minuten wandern gehen.

#### **«Was für ein Segen!»**

Eugen Strässle war immer schon gerne auf Schusters Rappen unterwegs. Im Berufsleben schätzte man ihn als gewissenhaften und zuverlässigen Spinnereimeister. Noch heute ist er geistig fit, lauscht gerne Hörbüchern und wirkt eigentlich zufrieden. Niemals würde er zugeben, dass es ihn in seinem Innersten schon belastet, den ganzen Tag in der Wohnung zu sitzen. Er ist zwar blind, doch zu jammern ist für den lebensfrohen und gebildeten Herrn keine Option. Bald sind die beiden Männer draussen angelangt; Eugen Strässle hört die Vögel zwitschern, spürt zugleich frischen Wind und zaghaftes Frühlingssonnen im Gesicht. Und so spazieren sie los, werden von Menschen begrüßt, die Eugen Strässle zwar erkennen, die er aber nicht mehr sieht. Hört er einen Gruss, lässt er sich von Ronn Mazrekaj die Person beschreiben und nickt dann lächelnd.

Im Alter von 60 Jahren wurde bei Eugen Strässle die Netzhautdegeneration Retinitis pigmentosa diagnostiziert. Seitdem verengte sich sein Gesichtsfeld schmerzlos und schleichend. Seit Frühling 2018 ist er blind. Dass seine Mobilität darunter leidet, macht ihm schon zu schaffen. Zweimal pro Woche hilft ihm die Spitex beim Duschen, eine Haushaltshilfe bringt die Wohnung auf Vordermann und auch die Freunde des Ehepaars statten Besuche ab. Eigentlich läuft alles gut, doch was Eugen Strässle vermisst, ist die Bewegung in der freien Natur. «Seit die Studenten einmal pro Woche mit ihm spazieren, geht es ihm viel besser. Er ist richtig glücklich und blüht auf», sagt seine Ehefrau und erklärt dann, dass die Entlastung auch ihr gut tue. «Einmal in Ruhe Zeitung lesen. Ohne schlechtes Gewissen die Wohnung verlassen, wissend, dass mein Mann glücklich und in guten Händen ist. Was für ein Segen!», sagt sie und stimmt dann ein wahres Loblied auf die Studenten an. «Ich kann nur das Beste sagen. Und auch mein Mann ist begeistert. Immerhin sind diese jungen Leute doch künftige Führungskräfte und Wirtschaftsbosse. Unglaublich und rührend, wie sie sich um meinen Mann kümmern», fährt sie fort. Angefangen hat es im Herbst 2019: «Die Spitex fragte mich an, ob mein Mann es schätzen würde, wenn ein Student einmal die Woche mit ihm spazieren gehen würde. Sofort sagte ich zu. Ich kann das doch nicht mehr mit ihm. Ich habe Rückenschmerzen und spüre mein Alter auch», sagt sie.

#### **Die Anfänge des Projekts**

Vor gut 15 Jahren begleitete ein Reporter des «St. Galler Tagblatts» die Mitarbeitenden der Spitex St. Gallen einen Tag



**«Das Projekt funktioniert. Interessierte Universitäten, Fachhochschulen oder Spitex-Organisationen dürfen gerne von unserem Know-how profitieren.»**

Andrea Hornstein, Spitex St. Gallen-Ost

lang bei ihrer Arbeit. In der Reportage thematisierte er auch den zunehmenden Wirtschaftlichkeitsdruck des Gesundheitswesens und die immer knapper bemessene Zeit für den sozialen Austausch. Als Dr. Anna-Katharina Klöckner, Lehrbeauftragte der Universität St. Gallen, den Zeitungsartikel las, war sie tief betroffen. «Die Arbeit der Spitex ist so wertvoll, und es schmerzte mich, dass die Mitarbeitenden im getakteten Pflegefahrplan eigentlich kaum Zeit für soziale Zuwendung haben. Da muss doch etwas zu machen sein», fand sie. Spontan kontaktierte sie Andrea Hornstein, Geschäftsleiterin der Spitex St. Gallen-Ost.

In der Folge überlegten die beiden Fachfrauen, in welcher Art und Weise die Studierenden der Universität und die Non-profit-Spitex zusammenspannen könnten. Wertvolle Inputs und Vorschläge zum Zusammenwirken kamen auch von Dr. Hans-Ulrich Bösch, ehemaliger Studiensekretär der Universität St. Gallen und früher selbst Spitex-Vorstandsmitglied. Ein freiwilliges, gemeinnütziges Engagement ohne Tiefe und wissenschaftlichen Hintergrund lehnte Andrea Hornstein kategorisch ab. «Es war mir wichtig, dass ein Sozialpraktikum einem Wirtschaftspraktikum gleichgestellt und mit gleich vielen Credit Points bewertet wird», sagt sie. Innerhalb von zwei Jahren stellte man mit vereinten Kräften ein tragfähiges Konzept auf die Beine, welches alledem gerecht wurde.



**«Wenn ich die Reflexionsberichte der Studierenden lese und erfahre, wie viel sie mitnehmen, kommen mir oft vor Rührung die Tränen.»**

Dr. Anna-Katharina Klöckner,  
Universität St. Gallen

#### **So funktioniert es**

2007 wurde schliesslich – nach einer Anpassung der Statuten der Uni – das Seminar «Soziales Engagement in Theorie und Praxis» geboren. Anfangs fand der Kurs einmal pro Jahr statt. Seit 2010 ist er sowohl im Frühlings- als auch im Herbstsemester mit jeweils 14 Studierenden im Studynet der Universität St. Gallen ausgeschrieben. Der Kurs ist begehrte. Nur etwa die Hälfte der sich Bewerbenden können berücksichtigt werden.

Im Rahmen ihrer praktischen Tätigkeit begleiten die Teilnehmenden nach Absprache und in Abstimmung mit der Spitex-Leitung regelmässig Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Spitex und übernehmen auch eigene Aufgaben. Soziale Tätigkeiten mit älteren Menschen wie zum Beispiel Plaudern oder Spazierengehen, gemeinsames Einkaufen oder auch mal eine Veranstaltung besuchen sind Beispiele dafür. Manchmal bringen sich die angehenden Wirtschaftskoryphäen auch bei unternehmerischen Fragestellungen in der Administration der Spitex ein oder kommen alternativ im Spitex-Tagesheim «Notkerstübli» bei der Aktivierung und Betreuung von Menschen mit Demenz zum Einsatz.

Momentan sind fast alle Teilnehmenden des Seminars «Soziales Engagement in Theorie und Praxis» männlich. Zu Beginn eines jeden Kurses, der übrigens pro Semester min-

destens 50 Einsatzstunden umfasst, lernen sie den Aufgabenbereich der Spitex kennen und erhalten die Themen für die Gruppenarbeiten zugeteilt. In Theorieblöcken steht beispielsweise die Fragestellung im Zentrum: «Wie kann ich mehr Empathie – auch im Umgang mit älteren Personen – leben?». In einer schriftlichen Selbstreflexion halten die Teilnehmenden dann fest, welche Situation sie bei ihrem Spitex-Praktikum am meisten berührt hat und warum – und welche konkreten Handlungen sie daraus für ihr Leben ableiten. «Wenn ich diese Reflexionsberichte der Studierenden lese und erfahre, wie viel sie mitnehmen, kommen mir oft vor Rührung die Tränen», sagt Dr. Anna-Katharina Klöckner. So schilderte beispielsweise eine Studentin den Alltag einer betagten Frau, die seit 40 Jahren alleine lebt und aufgrund ihrer Beeinträchtigung nur selten die Wohnung verlässt. «Ich will mir mehr Zeit nehmen für solche Menschen. In meinem Leben will ich unbedingt ändern, dass ich die Meinungen von älteren Menschen ernster nehme und meine Sicht hinterfrage. Hab unheimlich viel mitgenommen. Ich bin froh, dass es den Kurs gibt. Bitte unbedingt weitermachen», schrieb die Studentin beispielsweise.

Als offizieller Bestandteil des Studiums wird die Teilnahme am Kurs mit 4 ECTS-Punkten und einem Zeugnis belohnt. Dieses dürfte sich positiv im Bewerbungsdossier auswirken, denn Führungskräfte mit Sozialkompetenz sind gefragt. Doch der Leistungsausweis ist mehr als nur Karriere-Turbo: «Die Teilnehmenden erfahren, dass Lebensfreude nicht nur an Geld und Gesundheit gekoppelt ist. Sie werden mit Menschen konfrontiert, die mit all ihren Einschränkungen zu leben gelernt haben, und sie erhalten Einblick in zum Teil wirklich schwierige Lebenssituationen», sagt Andrea Hornstein. «Oft erkennen sie auch, dass es sich lohnt, Träume nicht bis zur Pensionierung vor sich herzuschieben. Und sie registrieren, dass sie im Prinzip extrem privilegiert sind und ihnen alle Möglichkeiten offenstehen.»

#### **Was bringt es für die Spitex?**

Neben dem laufenden Betrieb, ohne zusätzliche personelle Ressourcen und Erfahrungswerte, war das Aufgleisen des Projekts für die Spitex als Betrieb eine echte Herausforderung. Das Einführungsgespräch, die Vorstellung der Spitex als Non-profit-Organisation und die Herstellung des Erstkontakts mit den Klientinnen und Klienten nahmen jeweils durchaus Zeit in Anspruch. «Doch wenn ich heute die grosse Akzeptanz spüre und die Reflexionsarbeiten der Studierenden lese, hat sich diese Investition für die Spitex tausendfach gelohnt», betont Andrea Hornstein. Die Erfahrung zeige nämlich, dass das Erlebte die Teilnehmenden ganz deutlich prägt. Sie erzählen bei jeder Gelegenheit von ihren Eindrücken. So machen sie Herausforderungen, mit denen die Spitex tagtäglich konfrontiert ist, publik. «Langfristig lässt sich der Wert dieser Öffentlichkeitsarbeit für die Spitex-Organisation gar nicht in Franken ausdrücken. Denn schliesslich werden so Menschen,



Eugen Strässle kaufte sich kürzlich ein paar neue Wanderschuhe, schliesslich geht der 90-Jährige jetzt regelmässig mit Studierenden spazieren. Auch seine Frau Marianne freut sich darüber. Bild: Beatrix Bächtold

die später entscheidende Positionen einnehmen, für Gesundheitsthemen und die Anliegen der Spitex sensibilisiert.» Während des Praktikums haben die Studierenden weder einen Pflegeauftrag, noch sind sie Haushalthilfe. Vielmehr rücken sie als neutrale Personen aus und ergänzen die Arbeit der Spitex durch soziale Zuwendung. Andrea Hornstein erachtet das Projekt jedenfalls als nachahmenswert und am Puls der Zeit. «Der Anteil der Singles und Alleinstehenden liegt in unserem Gebiet bei 45 Prozent – Tendenz steigend. In Zukunft werden also immer mehr Menschen nicht nur auf Pflege, sondern auch auf soziale Zuwendung angewiesen sein», prognostiziert Andrea Hornstein. «Das Projekt funktioniert», betont sie zum Schluss. «Interessierte Universitäten, Fachhochschulen oder Spitex-Organisationen dürfen gerne von unserem Know-how profitieren.»

#### Nicht vorbei, wenn vorbei

Doch zurück zu Rron Mazrekaj und Eugen Strässle: Die beiden diskutieren während des Spazierens gerade über Gott und die Welt. «Mein Grossvater starb vor zwei Jahren. Er war auch blind, und in Albanien gibt es keine Spitex. Und stellen Sie sich vor, er hatte nicht einmal einen Rollator», erzählt der Student, woraufhin beide eine ganze Weile schweigen. Danach nimmt Eugen Strässle das Gespräch wieder auf. Er erzählt, dass er wahnsinniges Glück bei der Partnerwahl hatte. «Zwei wichtige Entscheidungen gibt es im Leben: Den Beruf und die Partnerwahl», betont der Senior.

Rron Mazrekaj hat den Kurs gewählt, weil es ihm Freude macht, Menschen zu erfreuen. «Bei Eugen Strässle ist das

Resultat sofort sichtbar. Er ist aufgeschlossen und mitteilsam. Aber ich besuche auch eine Dame, deren schwierige Biografie sie in sich verstummen liess. Bei ihr erhalte ich nicht so viel zurück, sie geniesst einfach meine Gegenwart», sagt der Student und berichtet dann, dass er durch diesen Kurs auch erfuhr, dass sich die Spitex nicht nur bei älteren Menschen engagiert, sondern auch bei solchen, die krank sind oder einen Unfall hatten. Voraussichtlich im Frühsommer wird Rron Mazrekaj den Theorieteil des Kurses abschliessen und die nötigen 50 Praxisstunden beisammen haben. Er sagt: «Aber auf jeden Fall werde ich den Kontakt aufrechterhalten und bei Gelegenheit wieder mit Eugen Strässle auf Achse gehen.»

Beatrix Bächtold

#### Projekt generiert weitere Projekte

Das Generationenprojekt «Soziales Engagement in Theorie und Praxis» wurde 2016 mit dem Migros Kulturpreis ausgezeichnet. Aus dem Praktikum heraus entstanden auch mehrere Bachelorarbeiten: Das Projekt BeneWohnen zum Beispiel, in dessen Rahmen Seniorinnen und Senioren Wohnraum für Studierende zur Verfügung stellen und im Gegenzug dafür Zeit von ihren Mitbewohnenden erhalten. Ferner inspirierte das Projekt auch das Start-up Volunty, das moderne Corporate-Volunteering-Programme für Unternehmen etabliert. Auskünfte für Interessierte am Projekt erteilt Andrea Hornstein: [ost@spitex-stgallen.ch](mailto:ost@spitex-stgallen.ch).