

**Zeitschrift:** Alter & Zukunft : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** 3 (1995)  
**Heft:** 1: Altersleitbild : Wegweiser für eine umfassende Altersarbeit

**Artikel:** Altersplanung - attraktiv und lebendig : alte Menschen mit einbeziehen  
**Autor:** Hösli, Ruedi  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-818581>

### **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:** 20.02.2026

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

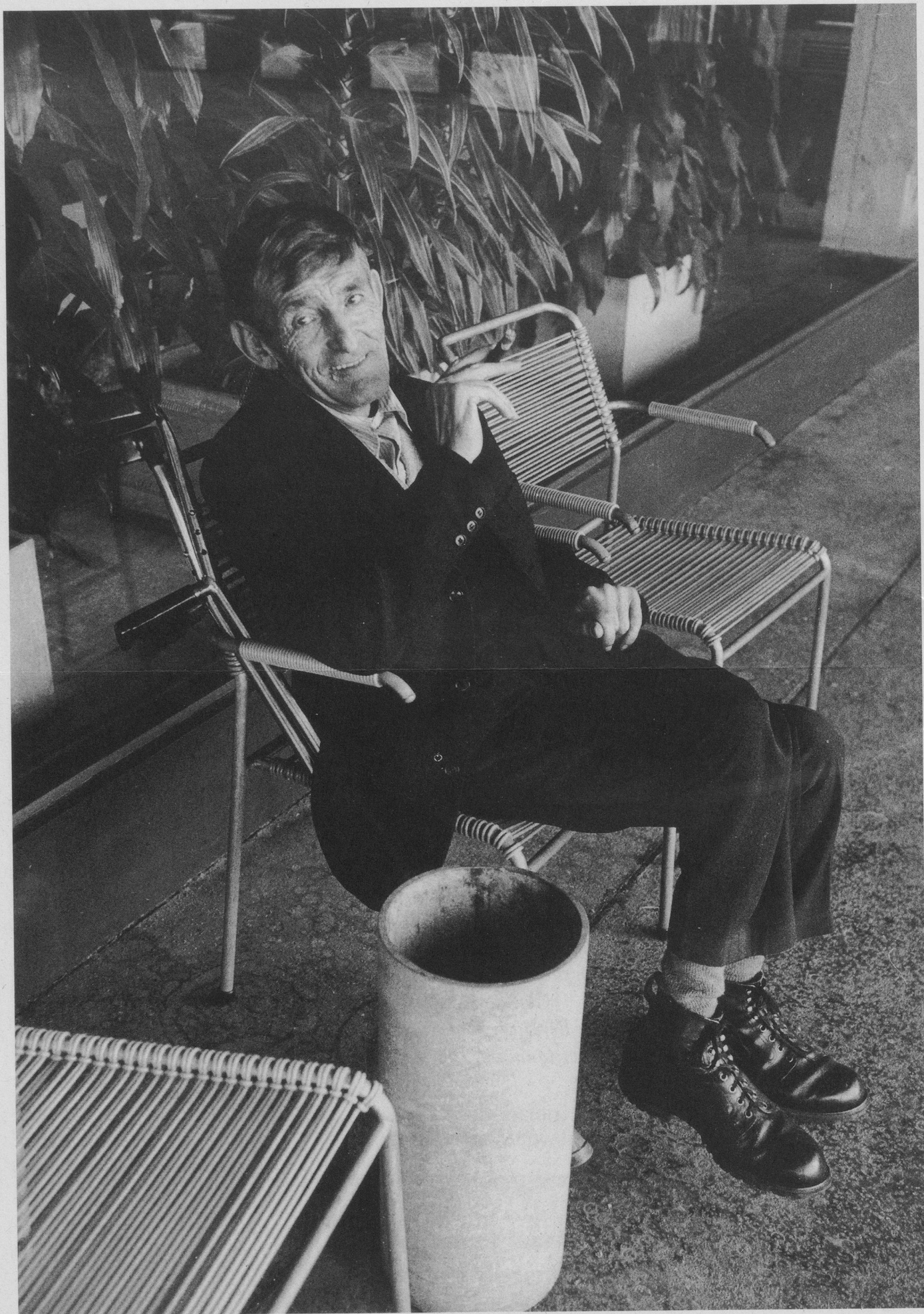


Foto: Ernst Winički, Zürich

# Altersplanung – attraktiv und lebendig

## Alte Menschen mit einbeziehen

*Wenn Altersplanung als einmalige Arbeit einer einsamen Expertin, eines einsamen Experten verstanden wird, oder wenn Altersplanung das Ausarbeiten eines Berichtes durch eine Expertengruppe mit viel Text, Tabellen und Hochrechnungen bedeutet, dann ist sie weder attraktiv noch lebendig. Der Bericht wird sicher gewürdigt, doch er verschwindet dann schnell in Büchergestellen und Schubladen. Konkrete Auswirkungen auf die Verbesserung der Lebensqualität von alten Menschen sind selten.*

Muss das so sein? Sicher nicht. Die Arbeitsgruppe «Altersleitbild Burgdorf» hat gezeigt, dass auch andere Wege zum Ziel führen können. In dieser Arbeitsgruppe haben sich 25 alte Menschen engagiert, die in ihrer Arbeit durch die Sozialvorsteherin, Mitarbeiterinnen der Pro Senectute, von der Kirchgemeinde und vom Spitex-Dienst unterstützt worden sind. Die alten Menschen führten mündliche Befragungen an Altersnachmittagen, Seniorentreffen und anderen öffentlichen Veranstaltungen durch. Professionelle Mitarbeiterinnen in der Altersarbeit standen ihnen dabei mit Beratung sowie mit Sekretariats- und Schreibarbeiten zur Seite. Als wichtiger Grundsatz galt dabei:

**Die alten Menschen liefern  
den Inhalt – die Professionellen stellen  
Gefässe zur Verfügung.**

Erstaunlich war, in welcher kurzen Zeit eine Vielfalt von Informationen über Wünsche, Bedürfnisse, Probleme, Erhaltenswertes und Unnötiges aus der Sicht von älteren Menschen zusammengetragen wurde, und zwar aus den Bereichen Wohnen, soziales Zusammenleben, Kommunikation, Verkehrsverbindungen, gegenseitige Hilfe und Beratung, öffentliche und private Dienstleistungen, Nachbarschaftshilfe, Kulturförderung, finanzielle und physische Sicherheit, Mobilität, Quartiergestaltung, Zugänglichkeit zum Friedhof.

### Was war und ist anders?

In Burgdorf bestimmen nicht die Expertinnen und Experten, nicht die politisch Verantwortlichen, nicht die «Für-andere-Sorger», was für ältere Menschen gut ist, was sie nötig haben, wie sie zu leben haben. Die alten Menschen bestimmen selbst. Alter ist ja keine Krankheit, ist keine Entmündigung, ist kein Versorgungs- oder Entsorgungsproblem. Alter ist ein spannender Lebensabschnitt, der wie jeder andere gestaltet werden muss. Wir von der schweizerischen Gesundheitsstiftung RADIX gehen davon aus, dass jemand, der sein Leben selbst gestaltet, der aktiv am gesellschaftlichen Leben teilnimmt, sich, unabhängig von seinem physischen und psychischen Zustand, wohl und gesund fühlt. «Noch bleibt mir die Wahl, flügelahm zu werden oder mich wach zu halten und tätig mitzuwirken, wo es mir zufällt und noch angeht», so die Schriftstellerin Maria Simmen anlässlich ihrer Rede zu ihrem eigenen neunzigsten Geburtstag.

### Wie «macht» man Altersplanung attraktiv und lebendig?

Das Herzstück ist eine Arbeitsgruppe, die sich aus alten Menschen, professionell Mitarbeitenden in der Altersarbeit und engagierten Politikerinnen und Politikern zusammensetzt. Die Expertinnen und Experten sind die alten Menschen, die anderen sind die «Hilfsarbeiterinnen und Hilfsarbeiter», welche die Arbeit ermöglichen. Je grösser eine Arbeitsgruppe ist, desto besser muss sie in Ausschuss, Untergruppen und Koordinationsorgan strukturiert wer-





Foto: Ernst Winicki, Zürich

den. Eine Beschränkung der Mitgliederzahl ist nicht nötig und sinnvoll. Empfehlenswert ist, eine ständige oder sporadische Projektberatung zu bestimmen, um geeignete Arbeitsformen zu finden und zu erhalten.

### **Welches sind die Aufgaben solcher Arbeitsgruppen?**

Zuerst braucht eine solche Arbeitsgruppe einen Namen. Welchen Namen sie sich gibt, ist nicht wichtig; wesentlich ist, dass sie eine Bezeichnung hat – wie jedes Produkt, jedes

### **Wer sind die Fachleute?**

Menschen im Alter über 50 Jahre, die ihre eigenen Wünsche, Ideen, Hoffnungen anmelden, sind *die Fachleute* für Altersfragen, Alterspolitik und Planung. Sie sind die zukünftigen Nutzniesserinnen und Nutzniesser der heutigen Altersplanung oder sie werden unter der eigenen Phantasielosigkeit leiden.

Projekt, jede Organisation oder Firma. Der Name ist das Aushängeschild, prägt das Image der Arbeitsgruppe. Deshalb lohnt es sich, einige Zeit für die Namensfindung aufzuwenden.

### **Ausgangslage und Bestandesaufnahme**

Jede Altersplanung braucht statistische Angaben über Einwohnerzahl, Altersstruktur, Anzahl Männer und Frauen etc. Diese Informationen sind bei der Gemeindeverwaltung, in grösseren Gemeinden beim statistischen Amt oder im Büro für Regionalplanung erhältlich. Weitere wichtige Fragen sind: Welche Institutionen bieten welche Dienstleistungen an? Welche Vereine, Clubs bestehen, und wie sieht ihr Angebot, ihr Programm aus? Welche Selbsthilfegruppen, welche Selbsthilfeorganisationen sind im Gemeindegebiet tätig und welche Leute erreichen sie? Das wichtigste ist jedoch die Frage, wie wohl, wie gesund fühlen sich die älteren Leute? Diese Frage kann naturgemäss nur von den alten Menschen selbst beantwortet werden.

### **Zukunftswerkstatt**

Bei der Befragung wird nicht nur Bewährtes und Bestehendes erhoben, sondern es werden auch Lücken, Wünsche sowie Ideen für Verbesserungen angemeldet. Diese werden in einem Ziel- bzw. Forderungskatalog zusammengefasst. Um die soziale Kreativität, die Phantasie und Vorstellungskraft für künftige Entwicklungen, aber auch um die verborgenen Wünsche und Ideen sicht- und hörbar zu machen, eignet sich die Planungsmethode «Zukunftswerkstatt».

In dieser erarbeiten die Teilnehmenden in Gruppen Konzepte, Leitbilder und Projektskizzen. Um zu verhindern, dass Ideen, Phantasien und «Wünsche» abgewürgt werden, noch bevor sie ausgesprochen, geboren sind, werden die Projektskizzen erst am Schluss einer Realisierungsprüfung unterzogen. In dieser Werkstattform geht man davon aus, dass durch aktive Beteiligung von betroffenen Menschen die Zukunft gestaltbar ist und somit handfeste Resultate entwickelt werden können.

### **Der Weg zum Ziel**

Verbesserung und Ausbau der Dienstleistungsangebote sind, sofern die Argumente und nötigen Finanzen vorhanden sind, relativ einfach zu verwirklichen. Etwas schwieriger zu realisieren sind die Zusammenarbeitsformen zwischen den verschiedenen Organisationen und Selbsthilfegruppen. Ab und zu werden Zwangsfusionen zwischen

Organisationen von höherer Stelle verordnet, um die Zusammenarbeit zu verbessern. Weil aber die Organisationen lebendige soziale Gebilde sind, werden solche Verordnungen auf ähnliche Schwierigkeiten wie etwa Zwangseinweisungen von alten Menschen in Heime oder ähnliche Einrichtungen stossen.

Um Strategien für eine bessere Zusammenarbeit innerhalb und zwischen Organisationen entwickeln zu können, ist das Planspiel eine geeignete Methode. In einer simulierten Situation werden Informationsflüsse und Entscheidungsmechanismen sichtbar gemacht sowie die Strukturen der Zusammenarbeit verbessert.

Die Planungsarbeit, um die mögliche Isolation bzw. Vereinsamung, den «sozialen» Tod zu verhindern, und die Integration von älteren Menschen sowie das Zusammenleben von verschiedenen Generationen zu fördern, ist anspruchsvoll. Auch hier sind Phantasie und soziale Kreativität gefragt. Die Fachleute, welche solche Fragen zu lösen imstande sind, sind wiederum die älteren Menschen selbst. Um Hemmungen zu überwinden, wie sie beispielsweise der Münchner Kabarettist und Schauspieler Karl Valentin formuliert hat: «Mögen hätten wir schon wollen,

aber dürfen haben wir uns nicht getraut», sind Zukunftswerkstätten eine geeignete Methode.

## Das Erreichte überprüfen

Die vierte wichtige Aufgabe der Arbeitsgruppe ist die Frage: Was haben wir erreicht? Was haben Aktionen, Massnahmen und Zusammenarbeitsformen verändert oder verbessert? Sind Resultate sichtbar? Eindrücke, Einschätzungen der Beteiligten, der Veranstalterinnen und Veranstalter genügen für eine kurzfristige Auswertung. Einmal pro Jahr sollte die Arbeitsgruppe das Verhältnis von Analyse (wie ist es – wie war es?), Perspektiven (wie wollen wir es – was wollten wir eigentlich?) und Realisierung (was haben wir erreicht?) überprüfen. Empfehlenswert ist bei einer solchen Überprüfung etwa der Beizug einer neutralen Person aus der Projektberatung. Eine kritische Würdigung oder Standortbestimmung gibt Garantie, dass die Arbeitsgruppe nicht in einen wilden Aktionismus verfällt, und macht Mut, weitere Projekte zu verwirklichen.

*Ruedi Hösli*

*Gesundheitsstiftung RADIX, Bern*



## PARTNERSCHAFT

Wir sind gerne Ihre Bank. Und noch lieber Ihr Partner. Denn wir legen besonderen Wert auf eine Beratung, bei der Professionalität und Menschlichkeit Hand in Hand gehen. So begleiten wir Sie, wohin Ihr Weg auch führt.

Wir machen mit.

