

**Zeitschrift:** Alter & Zukunft : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** 4 (1996)  
**Heft:** 3: Neue Wohnformen : auf der Suche nach Wohnqualität für Ältere

**Artikel:** "Ich werde meinen roten Hut aufsetzen und unfolgsam sein!"  
**Autor:** Blatter, Gertrud  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-818314>

### 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:** 29.01.2026

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

# «Ich werde meinen roten Hut aufsetzen und unfolgsam sein!»

*Ich will nicht allein in meinen vier Wänden alt werden, krank sein und sterben ... Nein, ich werde viele meiner Freundinnen fragen, ob sie mit mir in ein grosses Haus ziehen, wo jede zwar genügend Raum hat, vielleicht sogar ein kleines Studio bewohnt, aber wo wir gemeinsam Kaffee trinken, essen, jassen und jammern können.*

Vielleicht ziehen wir gemeinsam ins *Altersheim*, denn dort haben wir eine wunderbare Infrastruktur; ein eigenes Studio mit Dusche/WC, Küche auf der Etage, Bibliothek, Musik- und Werkzimmer, Cafeteria, Gästezimmer und Coiffeuse im Haus. Ebenso einen Garten, Waschküche und Meditationsraum – und «gute Geister», die uns pflegen wenn wir krank sind oder ganz einfach mal nicht mögen. Was will ich noch mehr?

## Machen, was Spass bereitet

Wir werden Pläne schmieden, einen Campingbus kaufen und ein Ferienhaus im Süden mieten, um Distanz von der Gesellschaft zu finden oder ganz einfach dem Alltagstrott entfliehen zu können. Im Heim werden wir Ausflüge, Diskussionen, Kino- oder Theaterbesuche organisieren und jede macht das mit, was ihr Spass bereitet. Ich werde mei-



Foto: Vera Isler, Bottmingen

nen roten Hut aufsetzen, unfolgsam sein und essen, wann es mir passt. Die Küche ist wie ein kleines Bistro oder wie eine Cafeteria geführt – ich hasse Speisesäle. Die kleine Kochcke ist ideal für einen Spaghettiplausch oder das Ausprobieren von Rezepten.

### Warum alles dem Personal überlassen?

Wenn die Kräfte nachlassen, und wir nicht mehr so mobil sind, ist es selbstverständlich, dass wir uns gegenseitig besuchen, Tee kochen oder das Essen bringen. Wir lassen uns in den Garten führen, hören den Vögeln zu, lassen uns Geschichten erzählen und verbringen die Zeit mit Musik und Spiel. Zwischendurch erzählen wir von unseren Sorgen. Wenn eine von uns im Sterben liegt, wachen wir abwechselnd am Bett, halten die Hand und begleiten sie. Warum alles dem Personal überlassen; wir sind ja nicht alle gleich schwach dran. Wir wählen die Heimleitung und bestimmen mit, welches Personal wir für was brauchen.

### Ich will nicht allein in meinen vier Wänden alt werden – und Sie?

Wenn Sie meine Visionen teilen, sollten Sie folgenden Aussagen möglichst zustimmen:

– Ich halte nicht an «Altem» fest und kann Gegenstände, die ich seit zwei Jahren nicht mehr gebraucht habe, loslassen, weggeben.

- Ich mache gerne neue Bekanntschaften.
- Ich brauche nicht drei Zimmer für mich allein; eines genügt mir, wenn ich andere Räume mitbenutzen kann.
- Ich bin mir bewusst, dass Zusammenleben nicht immer Harmonie bedeutet, doch ich bin bereit, Probleme zu lösen und auch mal nachzugeben oder andere Meinungen zu akzeptieren.
- Ich habe Lust, gemeinsam mit anderen scheinbar «Verrücktes» oder «Gewöhnliches» zu unternehmen.
- Für mich ist der letzte Lebensabschnitt eine neue Herausforderung.
- Regeln gelten bei mir nicht ewig, sie können auch mal verändert werden.

Gluschtig gemacht? Dann rufen Sie Ihre Freundinnen an, verbreiten den «Heim- oder Hausgemeinschaftsvirus», und wenn alle Versuche fehlschlagen, wenden Sie sich an den Beratungsdienst der Pro Senectute Kanton Zürich. Vielleicht finden sich Gleichgesinnte.

Der Pro Senectute-Beratungsdienst Ihrer Region ist gerne bereit, Ihnen Auskunft zu erteilen über Vor- und Nachteile anderer Wohnformen, damit Sie zu einer Entscheidung kommen. Und falls Sie lieber in ihren eigenen vier Wänden bleiben, besprechen wir mit Ihnen Möglichkeiten von Hilfen-zu-Hause.

Gertrud Blatter

Pro Senectute Kanton Zürich

Regionalstelle Zürich-Stadt, Beratungsdienst

## Partnerschaft mit alten Menschen. Machen Sie mit!

**PRO  
SENECTUTE**  
**KANTON ZÜRICH**  
Fochstrasse 145 · 8032 Zürich  
Postcheck-Konto 80-6447-2

- Ich möchte die Arbeit von Pro Senectute Kanton Zürich unterstützen. Senden Sie mir Unterlagen.
- Senden Sie mir gratis Informationen über Beratungsdienst und Lebenshilfen.
- Senden Sie mir gratis den Veranstaltungskalender «Alter + Sport» für die Städte Zürich und Winterthur.
- Ich bestelle gratis die neue Infobroschüre «Anregungen zum Testament».

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Firma \_\_\_\_\_

Strasse, Nr. \_\_\_\_\_

PLZ, Ort \_\_\_\_\_

Bitte in Blockschrift ausfüllen! Talon bitte senden an

**Pro Senectute Kanton Zürich, Postfach, 8032 Zürich**