

Zeitschrift: Alter & Zukunft : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich
Band: 7 (1999)
Heft: 4

Artikel: Spazierbegleiter Thomas Koblet : "Schwierigkeiten kreativ überbrücken"
Autor: Koblet, Thomas / Schwizer, Viviane
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-818442>

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](#)

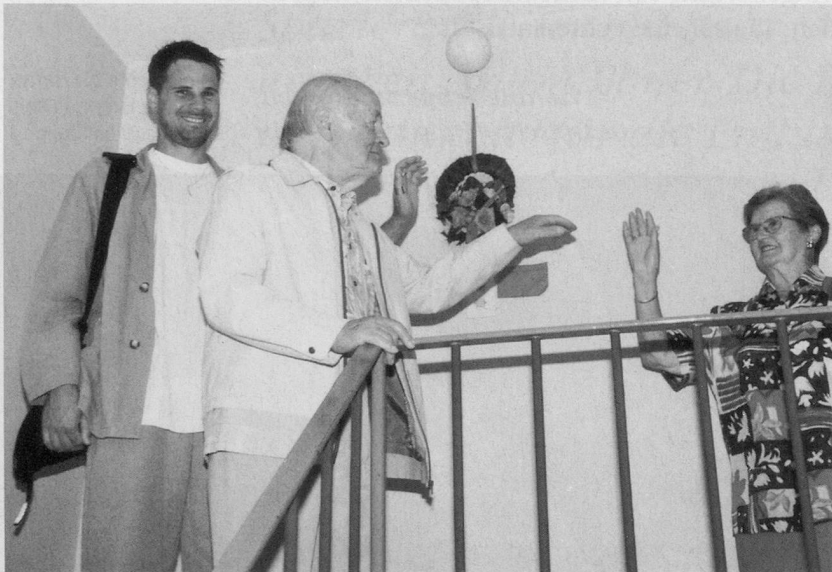
Download PDF: 19.04.2026

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

Spazierbegleiter Thomas Koblet:

«Schwierigkeiten kreativ überbrücken»

Spontan und offen erzählt der 30jährige Flight Attendant Thomas Koblet, wie er die besonderen Nachmittage mit Anton Elmer erlebt.



Thomas Koblet holt Herrn Elmer für den Rundgang ab. Der gemeinsame Nachmittag tut beiden gut.

Herr Koblet, warum haben Sie sich entschieden, sich als Spazierbegleiter zu engagieren?

Ein paar Monate nach dem Tod meiner Grossmutter bin ich im Tagblatt auf das Inserat «Spazierbegleiter für Alzheimerpatienten gesucht» gestossen. Weil ich mich sozial irgendwo engagieren wollte, habe ich mir gesagt: «Das versuche ich einmal» – und es hat geklappt.

Haben Sie Herrn Elmer bewusst ausgewählt?

Eigentlich nicht. Von der Anlaufstelle für Alzheimerfragen hörte ich von verschiedenen Menschen, die einen Spazierbegleiter suchten. Ich habe mich für Herrn Elmer entschieden,

weil er schon am längsten auf der Warteliste stand und weil er und seine Frau im Ort wohnen, wo ich aufgewachsen bin. Da kenne ich die Spazierwege immer noch ein wenig. Herrn Elmer persönlich habe ich aber erst beim ersten Treffen zu dritt näher kennengelernt. Wir haben uns gleich gemocht. Ich finde den Humor des Ehepaars eine enorme Hilfe – vor allem in Situationen, die von der Krankheit geprägt sind.

Ihr Engagement war also von Anfang an von Erfolg gekrönt?

Es braucht zuerst schon einen «Schubs», um bewusst eine Beziehung zu einem dementen Menschen zu wagen. Aber es war gar nicht so schwierig: Wissen Sie, ich bin es von meinem Beruf her gewohnt, flexibel, geduldig und mit Intuition auf Menschen zu reagieren: Wenn 312 Passagiere an Bord sind, gibt es oft Unvorhergesehenes, das es zu lösen gilt. Diese Erfahrungen kamen mir im Umgang mit Herrn Elmer zugute.

Es kam also nie zu Zwischenfällen oder Schwierigkeiten?

Doch, doch schon. Einmal wollte Herr Elmer nicht zum Spaziergang mitkommen. Er gehe jetzt ins Bett, sagte er trotzig zu mir. Nach kurzem Intermezzo, als die Situation nicht wie üblich mit einem Ablenkungsmanöver und mit Humor zu «retten» war, liess ich ihm seinen Willen. Ich teilte ihm aber mit, dass ich in dieser Zeit im Wohnzimmer die Zeitung lesen würde, weil seine Frau weggegangen sei.

Nach drei Viertelstunden kam Herr Elmer wieder aus dem Zimmer heraus. Bedingt durch seine Krankheit hatte er den Zwischenfall längst vergessen. Mit Verspätung konnten wir den Rundgang dann doch noch antreten. Danach waren wir beide zufrieden über den Spaziergang, der doch noch gelungen war.



Störungen der Sexualität

Ihr Arzt kennt die Lösung

Sexualität spielt in unserem Leben eine wichtige Rolle. Trotzdem werden sexuelle Schwierigkeiten wie Erektionsstörungen **weitgehend tabuisiert** und verschwiegen. Selbst Menschen, die in einer sehr engen Beziehung zueinander stehen, besprechen das Thema oft nicht. Leider – denn bestenfalls packt das Betroffene Paar die Schwierigkeiten **gemeinsam** an und entscheidet sich rasch für einen **Arztbesuch**. Es ist der Arzt oder die Ärztin, die einen entscheidenden Teil zur Bewältigung der Erektionsstörungen beitragen können. Sie kennen die verschiedenen Behandlungsmethoden und gehen auf die individuelle Situation des Einzelnen ein – im Wissen um die **Wichtigkeit einer natürlichen Sexualität**.

Weitere Informationen zur Krankheit und der Behandlung von Erektionsstörungen erhalten Sie direkt von einem Arzt unter der Telefonnummer **0900 553 100** (1.50 Fr. pro Minute) und auf der Internetseite **www.erektionsstoerung.ch**.

Fehlt die hier eingeklebte Broschüre «Lebensgefühl und Sexualität», können Sie diese bestellen bei: Pfizer AG, Postfach, 8048 Zürich.

Gefordert scheinen also Toleranz und Entgegenkommen?

Ja. Es geht an diesen Nachmittagen nicht um mich, sondern darum, Herrn Elmer eine Freude zu machen. Das gelingt nicht, wenn ich mit Sturheit auf Schwierigkeiten reagieren würde.

Werden die Spaziergänge auch für Sie persönlich zu einem Erlebnis?

Die Nachmittage sind frei von Hektik. Sie sind wirklich eine Abwechslung zu meinem Berufsalltag. An diesem Nachmittag lebe ich ohne Uhr. Ich habe Zeit, lerne selber wieder Langsamkeit, kann zusammen mit Herrn Elmer die Natur beobachten. Das gefällt mir. Ich bin überzeugt, dass viele Frauen und auch Männer einen solchen Spaziereinsatz leisten könnten und gewinnen würden, wenn sie nur wollten.

Werden Sie als Spazierbegleiter in ihren Fragen und Unsicherheiten auch unterstützt?

Ich besuche einzig die regelmässigen Treffen der Spazierbegleiter, wenn es mir von meinem Beruf her möglich ist. Diese Zusammenkünfte werden von der Anlaufstelle für Alzheimerfragen und der Memoryklinik Entlisberg einmal monatlich durchgeführt. Es ist ein Ort, wo Unterstützung und Gespräche möglich sind, wenn dies nötig ist.

Noch zu einem andern Thema: Herr Elmer wird ja von seiner Ehefrau betreut. Ist das «Dreiecksverhältnis»-Patient, betreuende Ehefrau, freiwilliger Spazierbegleiter - für Sie nicht manchmal schwierig?

Wichtig ist für mich, dass ich nicht nur mit Herrn Elmer spazieren gehe. Ich rede auch mit seiner Frau, frage, wo sie der Schuh drückt. Ich komme zu den Rendez-vous, um auch Frau Elmer zu entlasten. Diese Ausgangslage hat ein Vertrauensverhältnis entstehen lassen, das trägt. Wir haben ein sehr gutes Verhältnis zu dritt.

Die Zukunft wird nicht einfacher werden: Da die Krankheit Alzheimer bis heute nicht heilbar ist, wird Herr Elmer vermutlich noch mehr Pflege und Betreuung brauchen. Wie gehen Sie mit dieser schwierigen Gewissheit um?

Für mich ist klar, dass ich da bin und Herrn und Frau Elmer besuche, solange dies möglich sein wird. Ich weiss, dass dies schwierig werden kann. Aber ich werde versuchen, mich der Herausforderung immer wieder aufs Neue zu stellen.

*Interview:
Viviane Schwizer*

Anlaufstelle für Alzheimerfragen (AfA)

Die Alzheimerkrankheit ist tückisch: Oft beginnt es «nur» mit kleinen Vergesslichkeiten. Später kommen Kommunikationsprobleme dazu. Worte und Zusammenhänge brechen auseinander. Da wichtige Hirnleistungen abgebaut werden, leiden die Patientinnen und Patienten zunehmend an Verwirrtheit. Es kommt zu Missverständnissen - manchmal zu Wut, zu Angst, Verlassenheitsgefühlen und Traurigkeit. Die bis heute nicht heilbare Krankheit, die vor allem ältere Menschen befällt, führt schliesslich in die völlige Pflegebedürftigkeit.

Anlaufstelle für Alzheimerfragen

Seit 1994 gibt es im Kanton Zürich die Anlaufstelle für Alzheimerfragen (AfA), welche von der Pro Senectute Kanton Zürich und der Schweizerischen Alzheimervereinigung getragen wird; zur Finanzierung leistet die Schweizerische Alzheimervereinigung ebenfalls einen Beitrag. In den fünf Jahren ihres Bestehens ist die Stelle bei der Bevölkerung immer bekannter geworden.

Von Montag bis Donnerstag, von 9 bis 11 Uhr, erhalten Demenzerkrankte, ihre Angehörigen und Bezugspersonen, Fachpersonen und weitere Interessierte unter Telefon 01 / 923 68 63 kompetente Unterstützung und Beratung.

Heidi Weber (Sozialarbeiterin HFS bei Pro Senectute Kanton Zürich) leitet diese Stelle. Auch die weiteren Mitarbeiterinnen der Pro Senectute-Zweigstelle Meilen, Lizzy Kaufmann und Doris Grammer, unterstützen diese Arbeit.

Wissenswertes über die «Spazierbegleitung»

Die «Anlaufstelle für Alzheimerfragen» vermittelt auf Wunsch sogenannte «Spazierbegleiterinnen und Spazierbegleiter». Die Freiwilligen erhalten keine Entschädigung. Sie werden aber in ihre Aufgaben eingeführt und bei ihrer Arbeit begleitet. Dazu gehören

- ein halbtätiges Einführungsseminar
- regelmässige Zusammenkünfte in der Erfahrungsgruppe unter fachlicher Leitung
- Vermittlung von Fachwissen, Zugang zu entsprechenden Veranstaltungen
- bezahlte Weiterbildung
- gesellige Anlässe
- persönlicher Ausweis für Tätigkeit
- Einsatzbestätigung

Erwartungen an Spazierbegleiterinnen und -begleiter:

- Freie Zeit für regelmässige Einsätze (3 bis 4 Stunden pro Woche)
- Einfühlungsvermögen, Geduld, Belastbarkeit
- Lernbereitschaft im Umgang mit Demenzerkrankten
- Zuverlässigkeit, Verschwiegenheit, Toleranz.

Die Vermittlung der Spazierbegleiterinnen und -begleiter liegt bei der AfA

Weitere Informationen: Anlaufstelle für Alzheimerfragen (AfA), Dorfstrasse 78, 8706 Meilen, Telefon: 01/923 68 63 (VS)