

Zeitschrift: Alter & Zukunft : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich
Band: 10 (2002)
Heft: 3

Artikel: Heidi Widmer, 87 Jahre alt, hat mit einem rollstuhlgängigen Haus vorgesorgt : "Fürs Altersheim fühle ich mich noch viel zu lebenslustig"
Autor: Torcasso, Rita
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-818393>

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: 15.04.2026

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

Heidi Widmer, 87 Jahre alt,
hat mit einem rollstuhlgängigen Haus vorgesorgt

«Fürs Altersheim fühle ich mich noch viel zu lebenslustig»

Im grosszügig gebauten Haus fällt auf, dass es keine Treppen gibt und alle Räume ebenerdig liegen. Heidi Widmer bewegt sich geschickt mit der Gehhilfe durch das Wohnzimmer in die offene Küche und macht Kaffee. «Damit kann ich auch ums Haus herumspazieren und Leute in der Nachbarschaft besuchen», sagt sie. Die 87-Jährige kocht, räumt auf, wäscht und bügelt selber. Einmal in der Woche kommt eine Haushalthilfe für den Einkauf und den grossen Kehr.



Heidi Widmer: mobil dank Gehhilfe und guter Planung.

Bewusst fürs Alter geplant

Heidi Widmer zog vor 22 Jahren hierher, um näher bei ihren Kindern zu sein. Damals war sie bereits Witwe. «Wir bauten dieses Haus bewusst fürs Alter, es ist rollstuhlgängig», erzählt sie. Dass sie allein lebe, mache ihr nichts aus, sie lese viel, höre Musik und informiere sich, was in der Politik so laufe. «Wenn irgendwo Krieg ist, regt mich das auf, denn ich habe den Zweiten Weltkrieg aus der Nähe erlebt.» Damals arbeitete sie als hauswirtschaftliche Betriebsleiterin in verschiedenen Soldatenstuben.

* Rita Torcasso

«Alles hat seinen Sinn»

«Das grösste Geschenk ist heute für mich, dass es mir geistig so gut geht», betont Heidi Widmer. Als vor zwei Jahren ihre älteste Tochter an Krebs starb, liessen die Kräfte nach. «Damals wäre ich gerne an ihrer Stelle gegangen, heute denke ich, dass alles seinen Sinn hat», betont sie. Heute unternimmt sie mit den Töchtern wieder Ausflüge oder geht ins Theater. Im Haus möchte sie bleiben, solange es geht. «Denn fürs Altersheim fühle ich mich noch viel zu lebenslustig».

Dazugelernt: selber kochen

Dank Unterstützung kann Walter Ochsner noch im eigenen Hause leben. Die Pro Senectute hilft ihm im Haushalt und bringt dreimal in der Woche fertige Mahlzeiten. Doch abends kocht er selber. Anfangs habe er Angst davor gehabt, heute sei das keine Sache mehr, betont er. «Für mich wäre es schlimm, ins Altersheim ziehen zu müssen.» Deshalb will er nun hinter der Grünau ein kleines Haus fürs Alter bauen lassen und dann den Hof verkaufen.



FOTOS RITA TORCASSO, SCHAFFHAUSEN

* Rita Torcasso, Schaffhausen,
ist freie Journalistin.

Hauptsache auf dem Hof bleiben –
dafür hat Walter Ochsner sogar Kochen gelernt.