

**Zeitschrift:** Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** - (2008)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Mit und ohne Matura an die Hochschule : Senioren-Uni,  
Volkshochschule : den Jahren Leben geben  
**Autor:** Torcasso, Rita  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-819069>

### **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:** 09.04.2026

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

Mit und ohne Matura an die Hochschule: Senioren-Uni, Volkshochschule

# Den Jahren Leben geben

**Bildung wird heute als lebenslanges Lernen verstanden. Vielfältige Angebote für Seniorinnen und Senioren sorgen dafür, dass das Interesse für Neues wach bleibt. Eine ebenso wichtige Rolle nimmt der Austausch von Wissen und Erfahrungen ein, der gegenseitig fördert.**

Rita Torcasso

«Irgendetwas nehme ich immer mit», sagt Anita Meile. Die 67-Jährige ist seit ihrer Pensionierung vor vier Jahren Mitglied bei der Senioren-Universität in Zürich. «Ich bin froh, dass ich damals den Mut hatte, allein hinzugehen», sagt sie. Ein Jahr zuvor war ihr Mann gestorben. Bereits am ersten Nachmittag machte sie Bekanntschaft mit einer andern Teilnehmerin. Nach und nach entstand daraus eine Gruppe von neun Frauen, die zwischen 60 und 80 Jahre alt sind. «Die meisten von uns gehen an alle Vorträge und machen auch bei Sonderveranstaltungen wie Führungen in Museen mit», erzählt Anita Meile. Die Frauen treffen sich vorher zum Kaffee und nach dem Vortrag diskutieren sie oft noch zusammen das Gehörte. Am meisten interessiert sich Anita Meile für medizinische Vorträge. Vor der Pensionierung arbeitete sie als Sachbearbeiterin bei einer Versicherung. «Die Teilnahme an der Senioren-Universität ist für mich zu einem zentralen Lebensinhalt geworden», betont sie. «Und sie hat mir vielseitige soziale Kontakte ermöglicht.»

### Lernen findet im Alltag statt

Die Senioren-Universität war vor 23 Jahren die erste Institution in der Deutschschweiz, die ausschliesslich für Seniorinnen und Senioren Bildung in allen wichtigen Fachgebieten anbot. Heute sind Kurse für Senior/innen eine Selbstverständlichkeit. Die Zahl von aktiven Senior/innen nimmt zu, und gleichzeitig hat sich der Bildungsbegriff verändert. Aus der Weiterbildung, die vor allem für das Berufsleben galt, wurde lebenslanges Lernen – nicht nur in Kursen, sondern auch mit Hilfe des Internets, Büchern und Zeitschriften, durch die Teilnahme an kulturellen und politischen Anlässen und mit Freiwilligenarbeit. Eine Umfrage unter 70- bis 84-Jährigen zeigt, dass nur noch 15 Prozent Bildung in Form von Kursen und Vorträgen besuchen, doch zwischen 60 und 70 Prozent machen Reisen und



Künstlerin: Elisabeth Daly-Paris

Viele Menschen besuchen regelmässig kulturelle Anlässe.

Ausflüge, über die Hälfte besuchten regelmässig kulturelle Anlässe, und 15 Prozent sind ehrenamtlich tätig.

Entscheidend ist, ob schon vor der Pensionierung vielfältige Interessen gepflegt wurden. «Viele haben vor dem Ruhestand viele Pläne, was sie dann alles neu beginnen, doch tatsächlich weitergeführt wird vor allem, was schon vorher in der Freizeit gemacht wurde», stellt der Altersforscher François Höpflinger fest.

### Zeugnisse zählen nicht mehr

Braucht es spezielle Bildungsangebote für Senior/innen? «Geschätzt wird die Vorgabe, dass Mitglieder pensioniert sein müssen, weil dadurch der Leistungsdruck

wegfällt», sagt Gaby Atta von der Senioren-Universität Zürich. Von den über 2160 Mitgliedern in Zürich arbeiteten nur 40 Prozent früher in einer leitenden Position, die andern waren mehrheitlich Handwerker, Angestellte und Hausfrauen. Rund je 8 Prozent kommen aus pädagogischen Berufen und aus der Pflege. «Ich freute mich, nach der Pensionierung nun etwas von dem nachholen zu können, was mir als jungem Mann nicht möglich war», erklärt Hermann Graber. Er arbeitete früher als Schmiedemeister und als Berufsbildner. Der 74-Jährige engagierte sich dann dafür, dass auch in Winterthur universitäre Vorlesungen angeboten werden. Heute koordiniert und organisiert er die Vorträge

und Veranstaltungen. «Dafür arbeite ich 150 Stunden im Jahr», sagt er. «Und bin natürlich bei jedem Vortrag dabei.» Spannend findet er die unterschiedlichen Themen. So lerne man Neues, das man selber weiter vertiefen könne. «Die Senioren-Uni ist für mich ein Glücksfall, denn ohne Matura wäre ich ja als Hörer an der Universität nicht zugelassen worden.»

### Offenheit als Grundhaltung

Auch die Volkshochschule bietet Vorträge zu allen Fachgebieten an. Doch im Unterschied zur Senioren-Universität sind alle Altersgruppen willkommen. «Wir trennen Senioren von den andern Kursteilnehmenden nur dort, wo es vom Lernen oder der Zeit her Sinn macht, zum Beispiel in Informatik- und in einigen Sprachkursen», sagt Iddamaria Germann, Direktorin der Volkshochschule des Kantons Zürich. In andern Kursen wie zum Beispiel dem gesamten Bereich des kreativen Gestaltens betrachtet sie gemischte Altersgruppen als gegenseitige Bereicherung. Die Altersforschung unterstützt diese Wahrnehmung. François Höpflinger stellte in einer Studie fest, dass sich Senior/innen an den Menschen orientieren, die sie als subjektiv gleichaltrig empfinden. Nur gut ein Viertel der Befragten fand, dass man mit 60–69 Jahren bereits zu einer besonderen Kategorie von «Alten» gehöre, 1995 waren es noch 40 Prozent, die den Ruhestand als Beginn des Alters wahrnahmen.

### Gut zu wissen

Bildung im Alter ist eine besondere Herausforderung, weil man sich selber ein Ziel setzen muss. Im September findet zum 5. Mal das Lernfestival statt, das allen Interessierten in der ganzen Schweiz zehn Schnuppertage anbietet, um kostenlos Bildungsmöglichkeiten kennenzulernen. Dieses Jahr steht das Angebot unter dem Motto «Gut zu wissen». «Die beste Art des lebenslangen Lernens ist, die Welt mit den eigenen Augen zu sehen und den Mut zu haben, sich von Fremdbestimmung zu lösen, aber auch von Scheuklappen gegenüber Neuem und von Vorurteilen», sagt der 68-jährige Tessiner Schriftsteller Alberto Nessi. Er betrachtet Bildung als eine Lebenshaltung der Offenheit. Eine solche Haltung kann bis ins

\* Jürg Willi, *Sich im Alter brauchen lassen – ein notwendiger Einstellungswandel*, in: *Lebenshorizont Alter*, vdf Verlag, 2003

hohe Alter bestehen. «Viele unserer Mitglieder sagen, dass sie mit dem Besuch der Vorträge gegen das Vergessen ankämpfen», sagt Gaby Atta von der Senioren-Universität. Der älteste Teilnehmer ist 98, die älteste Teilnehmerin 94 Jahre alt, und über 200 Mitglieder sind über 80.

### Bildung als Beitrag an die Gesellschaft

Bildung im Alter bedeutet aber auch, sich durch das Vermitteln von Erfahrung und Wissen weiterzuentwickeln. Jürg Willi, ehemaliger Direktor der psychiatrischen Poliklinik der Universität Zürich, stellt das Konzept des sorglosen Ruhestandes in Frage. «Für die psychische Gesundheit braucht es soziale Herausforderungen und die Möglichkeit, einen eigenen Beitrag an die Gesellschaft leisten zu können», betont er. Die steigende Zahl von freiwilligen Frühpensionierungen signalisieren für ihn, dass diese Menschen in ihrem Beruf nicht mehr genügend herausgefordert und motiviert waren. Der Eintritt in den Ruhestand werde vom Bedürfnis nach einer sinnvollen Tätigkeit geprägt.\*

### Selber mitgestalten können

Ein von der EU übernommenes Projekt «Ehrenamtliche für lebenslanges Lernen im Alter» (Ella) geht noch einen Schritt weiter. Interessierte können sich während sechs Halbtagen zu Bildungsvermittlern ausbilden lassen. «Bisher wurde dieses Angebot von 57 Personen genutzt», sagt Irena Cavelti, Leiterin Soziokultur der Städtischen Altersheime Zürich. «Bildungsmittler/innen übernehmen in Heimen freiwillige Lernunterstützung, nicht im Sinne einer Wissensvermittlung, sondern im Dialog», erklärt sie. So kann Vergessenes wiederbelebt und Vorhandenes weiter gepflegt werden, zum Beispiel zusammen musizieren, den Umgang mit technischen Geräten üben, frühe Erinnerungen als Alltagsgeschichte wieder aufleben lassen oder über aktuelle Themen und Sinnfragen diskutieren.

### Leidenschaft

«Um das Gehirn auf Trab zu halten und geistig fit zu bleiben, müssen im Prinzip zwei Bedingungen erfüllt sein: sich selber immer wieder mit Neuem herausfordern und soziale Kontakte suchen und pflegen», sagt Mike Martin, Professor am Zentrum für Gerontologie an der Universität Zürich. «Bildung soll nicht nur einzelne Fähigkeiten vermitteln, sondern den ganzen Menschen einbeziehen.» Des-

halb müssen sich Senior/innen selber an der Entwicklung beteiligen und das Angebot mitgestalten können. «So erkennen sie eigene Stärken und Interessen und erfahren, was ihnen Freude macht. «Am meisten bringt Bildung im Alter, wenn es ihr gelingt, die Fähigkeit zur aktiven Lebensgestaltung zu fördern», betont der Gerontologe. Paul Baltes, ein bekannter Altersforscher, vertritt die Überzeugung, dass Leidenschaft für das, was man tut, zentral für die Weiterentwicklung im Alter sei. «Das Leben gibt nicht nur uns Jahre, sondern wir können den Jahren Leben geben!»

### Infos

- Senioren-Universität Zürich, Winterthurerstrasse 190, 8057 Zürich, [www.seniorenuni.uzh.ch](http://www.seniorenuni.uzh.ch), Telefon 044 635 66 66, und Universitäre Vorlesungen Winterthur, Ulmenstrasse 8, 8442 Hettlingen, [www.univw.ch](http://www.univw.ch), Telefon 052 316 31 94. Für das Programm per Post ein frankiertes und adressiertes Couvert beilegen.
- Volkshochschule des Kantons Zürich, Riedtlistrasse 19, 8006 Zürich, [www.vhszh.ch](http://www.vhszh.ch), Telefon 044 295 84 84, für Sprachkurse Telefon 044 205 84 94.
- Universität Zürich, Zentrum für Gerontologie ZfG: Interdisziplinäre, öffentliche Vorlesungsreihe im Herbstsemester 2008, «Ein gelungenes Leben» – Lebensgestaltung im Alter(n). Programm unter Telefon 044 635 34 20, [www.zfg.uzh.ch](http://www.zfg.uzh.ch).
- Kurse aller Art in der ganzen Schweiz oder nach Kantonen: Weiterbildungsbörse der Schweiz WAB: [www.w-a-b.ch](http://www.w-a-b.ch); Lernfestival 2008 vom 4. bis 14. September: [www.lernfestival.ch](http://www.lernfestival.ch)
- Internetforen mit Austausch und Kursangeboten: [www.seniorweb.ch](http://www.seniorweb.ch); [www.seniorcollege.ch](http://www.seniorcollege.ch)
- Freiwilligenarbeit im Kanton Zürich: [www.zuerichfreiwillig.ch](http://www.zuerichfreiwillig.ch); [www.freiwillig-zh.ch](http://www.freiwillig-zh.ch)
- Ella: [www.projekt-ella.eu](http://www.projekt-ella.eu) Der nächste Kurs findet im April 2009 statt. Informationen und Anmeldung: Altersheime der Stadt Zürich, Telefon 044 412 47 44.