

**Zeitschrift:** Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** - (2014)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Die gute Fee von Dübendorf  
**Autor:** Kippe, Andrea  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-818943>

#### **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:** 26.01.2026

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



**ZWISCHEN FREIRAUM UND VERPFLICHTUNG** Maya Benz besucht als Freiwillige des Besuchsdienstes der Ortsvertretung Dübendorf hochbetagte Menschen. Zum Beispiel die 98-jährige Elisabeth Zehnder.

# DIE GUTE FEE VON DÜBENDORF

Text//ANDREA KIPPE Foto//RENATE WERNLI

Beiläufig zieht Maya Benz ein wenig an einer Ecke des grossen Einkaufswagens, um ihn zwischen den Gestellen hindurch zu lenken. Und um die zierliche 98-jährige Dame, deren Kopf fast hinter der Schiebestange verschwindet, sanft daran zu erinnern, ihr mit dem Wagen zu folgen. Es ist Mittwoch, 8.40 Uhr. Der Ort: ein Einkaufszentrum in Dübendorf. Hierhin begleitet Maya Benz die hochbetagte Seniorin Elisabeth Zehnder jede Woche einmal. Die ehemalige Direktionssekretärin kennt ihre Klientin gut; man ist per Du. Auf einem ausgedruckten Zettel kann Elisabeth Zehnder die Mengen der benötigten Produkte vermerken – eine Erleichterung, denn die bald hundertjährigen Hände mögen nur noch krakelige Blockbuchstaben schreiben, und selbst dies kostet einige Mühe. Mit dem vorgefertigten Einkaufszettel ermöglicht Maya Benz der Seniorin weitgehende Selbstbestim-

mung, wobei Elisabeth Zehnder im Laden lediglich das Postiwägeli schieben muss. Auf Autonomie legt Maya Benz viel Wert: «Die mir anvertrauten Menschen sollen möglichst viel selbst erledigen und entscheiden. Ich helfe nur da, wo Kraft und Übersicht wirklich fehlen. So hole ich zum Beispiel Frau Zehnder mit dem Auto zu Hause ab, aber ich versuche nicht, ihre Ernährungsgewohnheiten zu beeinflussen. Ich mache höchstens auf ein neues Produkt oder eine Aktion aufmerksam.» Dass Diskretion stets gewahrt bleibt, ist Maya Benz ebenfalls wichtig.

## Einsatz gegen die Einsamkeit

Maya Benz betreut insgesamt drei hochbetagte Menschen – zwei Frauen und einen Mann. Sie besucht sie zu Hause oder im Heim, begleitet sie zum Einkaufen, zum Arzt oder auch mal auf einen Ausflug. Auf

ihre Aufgabe wurde Maya Benz von Pro Senectute Kanton Zürich in einem mehrtägigen Kurs vorbereitet. Ganz ohne Ahnung hat sie sich aber nicht in die Verantwortung gestürzt: Die letzten zehn Jahre ihres Berufslebens sammelte die Dübendorferin nach einem Quereinstieg Erfahrung im Pflegebereich eines Alterszentrums. «Mir fiel auf, wie viele Betagte oft allein in den eigenen vier Wänden bleiben», sagt Maya Benz. «Damals nahm ich mir vor, später einmal ältere Menschen zu besuchen.»

Nach ihrer Pensionierung vor drei Jahren stieg Maya Benz in den ehrenamtlichen Besuchsdienst der Ortsvertretung Dübendorf ein. Ein Jahr später wurde ihr Mann Werner Benz Leiter der Dübendorfer Ortsvertretung von Pro Senectute Kanton Zürich – und dies ist nicht sein einziges Engagement. «Nun müssen wir unsere verschiedenen Nebenjobs ständig aneinander vorbeijonglieren», lacht Maya Benz, «und uns absprechen, wer das Auto gerade dringender braucht.»

### Blumenfülle und Bergliebe

Der Balkon quillt über vor Blumen, im nahen Reitstall warten zwei Pferde von Freunden auf Zuwendung... Und dann ist da noch das Oberengadin, die Lieblings-Bergregion von Maya und Werner Benz. Wenn die beiden nicht in ehrenamtlicher Mission unterwegs sind, geniessen sie es, gemeinsam und mit Freunden zu wandern, zu biken oder im Winter Ski zu fahren. Den Blick in die Weite und das Gefühl von Freiheit – das mag Maya Benz besonders.

Es ist die gleichzeitige Nähe zur ländlichen Natur und zum städtischen Umfeld, das Dübendorf für die naturverbundene 68-Jährige zum idealen Lebensmittelpunkt macht. «Hier wohne ich, seit ich mit 16 Jahren meine KV-Lehre begonnen habe», erzählt sie und fügt an: «Als Kind musste ich mit meinen Eltern so oft umziehen, dass sich meine Lust auf Wohnortwechsel danach in Grenzen hielt.»

Lange Jahre besass Maya Benz eigene Pferde und betrieb Freizeit-Reitsport. Pferde sind die Leidenschaft, die sie auch heute noch mit einem (inzwischen erwachsenen) Patenkind und mit ihrer 14-jährigen Nichte teilt. Letztere lebt in Polen, und Tante Maya verfolgt aus der Ferne gespannt die Reitkarriere des Teenagers mit. Selber hat das Ehepaar Benz keine Kinder grossgezogen. Angst, sich deswegen im hohen Alter einmal einsam zu fühlen, hat Maya Benz aber keine. «Man darf sowieso nicht erwarten, dass die nächste Generation ihr Leben gänzlich nach den älter werdenden Eltern ausrichtet», sagt sie.

Eine gute Viertelstunde läuft Maya Benz zielstrebig zwischen den Gestellen herum und sucht die gewünschten Lebensmittel zusammen. Milch, Früchte, Kaffee, einige wenige Fertiggerichte. Dann stehen die beiden Frauen an der Kasse. Maya Benz bezahlt aus dem Portemonnaie von Frau Zehnder, füllt die mitge-

brachten Taschen, und dann kommt der gemütliche Teil: die gemeinsame Kaffeepause im angrenzenden Selbstbedienungsrestaurant. Man spricht über dies und das und über die kommende Woche. Maya Benz wird in die Ferien verreisen, Elisabeth Zehnder Besuch von ihrer Tochter aus Italien bekommen. Der gemeinsame Einkaufsmittwoch fällt dann ausnahmsweise aus.

### Befriedigende Arbeit

Die Balance zu halten zwischen der Verbindlichkeit der Freiwilligenarbeit und dem benötigten Freiraum, das gelingt Maya Benz offenbar mühelos. Zudem ihr die Arbeit mit den hochbetagten Menschen auch einiges zurückgibt: «Es ist befriedigend, zu sehen, wie sie es geniessen, unterwegs zu sein und jemanden zum Reden zu haben.» Maya Benz selbst möchte nicht um jeden Preis hundertjährig werden. Zu viel bedeuten ihr auch in dieser Hinsicht Freiraum und Eigenständigkeit. Die Chancen stehen allerdings nicht schlecht – ihre eigenen Eltern sind beide über 90 Jahre alt geworden. ■

Sie geniessen ihren wöchentlichen gemeinsamen Einkaufbummel: Elisabeth Zehnder (links) und Maya Benz

