

**Zeitschrift:** Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** - (2020)  
**Heft:** 4: Auf der Reise zum Ich : wir leben im Jetzt, aber zu uns gehören auch Erinnerungen, Illusionen, Träume : eine "Reise nach innen" fördert Erstaunliches zutage

## Inhaltsverzeichnis

### 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:** 13.04.2026

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

Liebe Leserin, lieber Leser

«Weisst du noch?»: Nicht nur an Familienfesten, Dienstjubiläen oder Klassenzusammenkünften schwelgen wir gerne in Erinnerungen, denken zurück an frühere Tage, als unsere Welt eine andere war. Das Telefon hatte noch eine Wählscheibe, erste Miniröcke flanierten durchs Dorf und von der Langspielplatte tönte die wunderbare Stimme von Edith Piaf: «Non, je ne regrette rien.»

Wir alle spüren es: Je mehr Geburtstage wir feiern, desto farbiger leben die Erinnerungen. Sie sind nach den Worten des Schriftstellers Jean Paul (1763-1825) «das einzige Paradies, aus dem wir nicht vertrieben werden können». So ganz stimmt das nicht. Denn Rückblicke sind nicht nur erfreulich. Manche bedrücken, einige schmerzen. «Aber Erinnerungen kümmern sich nicht darum, ob wir sie gern haben oder nicht», weiss der Schriftsteller und Kabarettist Franz Hohler (siehe Seite 9): «Alle zusammen – gut oder schlecht – ergeben einen Gang durchs Leben, den es zu akzeptieren gilt.» Ganz ähnlich sieht es die Zürcher Psychotherapeutin Geneviève Grimm-Montel im *Visit*-Interview ab Seite 12: «Unsere Identität besteht aus Erinnerungen. Sie sind etwas sehr Kostbares, dem man besonders Sorge tragen sollte.» Dazu zählen positive Erlebnisse wie auch schwierigere Phasen, sagt Geneviève Grimm: «Erinnerungen können quälend sein, aber auch Heilung bringen.»

In diesem *Visit* laden wir Sie ein zu einer Reise nach innen, in die Welt der Erinnerungen, der Träume und der Fantasie. Denn gedankliche Reisen können gerade in diesen herbstlichen Tagen eine wertvolle Kraftquelle sein. Erinnerungen auffrischen, Erlebtes teilen und Geschichten hervorholen: Lassen Sie sich von den Beiträgen in diesem *Visit* inspirieren! Sie finden darin bestimmt auch viele Anregungen für Ihren persönlichen Alltag.



Wir leben im Hier und Jetzt, aber wir leben auch mit Illusionen, Träumen und Erinnerungen. Eine «Reise nach innen» kann Augen öffnen.



«Erinnerungen sind Bausteine menschlicher Identität», sagt Psychotherapeutin Geneviève Grimm-Montel.



Farben, Formen, Fantasiewelten. Eine frühmorgendliche Fotowanderung mit der Zürcher Fotografin Ayse Yavas.

## LEBENSRAUM

- 4 «Die Reise nach innen kann viele Augen öffnen»
- 7 Wachter Geist, offene Ohren: Porträt von Franz Hohler
- 10 «Ich gehe oft innerlich auf Spaziergang»: Porträt der Clownerin Gardi Hutter
- 12 «Erinnerungen sind die Bausteine menschlicher Identität»: Im Gespräch mit der Psychotherapeutin Geneviève Grimm-Montel

## LEBENSART

- 15 Ein Leben voller Leidenschaft: Volkskundlerin Edith Schweizer-Völker (81)
- 18 «Das Alter ist bunter geworden»: Véronique Tischhauser-Ducrot, neue Geschäftsleiterin von Pro Senectute Kanton Zürich

- 26 Wie zufrieden sind die Freiwilligen von Pro Senectute Kanton Zürich? Eine Umfrage zeigt: Wer für andere da ist, tut sich selbst Gutes

## LEBENS Lust

- 30 Studie zeigt: Die Senioren werden immer onlinefähiger
- 34 Farben, Formen, Fantasiewelten – eine Fotowanderung
- 38 An den Ufern des Sarnersees
- 42 Rätsel
- 44 Marktplatz
- 45 Impressum
- 46 Goldene Zeiten: Erinnerungen an den Winter

## BEILAGE AKTIV

Agenda mit Veranstaltungen und Kursen von Pro Senectute Kanton Zürich



Véronique Tischhauser-Ducrot  
Vorsitzende der Geschäftsleitung