

**Zeitschrift:** Wohnen  
**Herausgeber:** Wohnbaugenossenschaften Schweiz; Verband der gemeinnützigen Wohnbauträger  
**Band:** 91 (2016)  
**Heft:** [1]: Wohnen und Nachbarschaft  
  
**Artikel:** "Wir lachen oft zusammen"  
**Autor:** Weiss, Helen  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-658332>

### **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:** 25.12.2025

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



FÜR ÄLTERE MENSCHEN IST NACHBARSCHAFTSHILFE BESONDERS WICHTIG

## «Wir lachen oft zusammen»

TEXT: HELEN WEISS/FOTO: URSULA MARKUS

Seniorin Rita Widmann benötigte Unterstützung beim Spazieren, Sergio Ahl hatte Zeit dafür – die Schaffhauser Nachbarschaftshilfe hat die beiden vor sechs Jahren zusammengebracht.

### ZU DEN PERSONEN

**Sergio Ahl** (64) hat Zeit zum Helfen. Er besucht im Rahmen der Nachbarschaftshilfe **Rita Widmann** (90), die diese Abwechslung sehr schätzt.

plaudert und gescherzt. Man merkt deutlich, wie gut sich Sergio Ahl und Rita Widmann kennen: Seit sechs Jahren besucht der Mittsechziger die 90-Jährige wöchentlich. «Nach einem Oberschenkelbruch und einer Knieoperation suchte ich jemanden, der mit mir spazieren geht», erinnert sie sich.

Zwar kommen Kinder und Enkel gern und oft zu Besuch, für Ausflüge im «Schnecken-tempo» hatten sie aber meist zu wenig Geduld. Rita Widmann: «Ich wurde durch ein Zeitungsinserat auf die Nachbarschaftshilfe in meinem Quartier aufmerksam und meldete mich an.» Die Schaffhauserin erhielt bald darauf Besuch von der zuständigen Koordinatorin, die ihr Sergio Ahl vor-

*«Es ist ein Geben und ein Nehmen.»*

stellte. Auf der Vermittlungsstelle sei man nicht sicher gewesen, ob sie mit einem Mann als Spazierbegleiter einverstanden sei, erzählt sie. «Aber das war für mich kein Problem, schliesslich habe ich zwei Söhne und drei Enkel, ausserdem arbeitete ich früher oft mit Männern zusammen.»

### Rumkurven mit dem «Mercedes»

Die beiden waren sich auf Anhieb sympathisch. Standen früher eher die Spaziergänge im Mittelpunkt, besucht Sergio Ahl die Seniorin heute meist zuhause. «Meine Knie wollen einfach nicht mehr», bedauert Rita Widmann. Vor allem im Winter falle ihr aufgrund der Schmerzen das Gehen schwer. Dafür hat sie jetzt einen Mercedes, wie sie ihren Rollator liebevoll nennt, mit dem sie geschickt in ihrer Zweizimmerwohnung herumkurvt. «Auch wenn der Körper nicht mehr alles mitmacht, ist Rita Widmann geistig sehr wach, und ich geniesse unsere interessanten Gespräche», meint Sergio Ahl.

Die Themen gehen den beiden während des einstündigen Besuchs nie aus. Beide haben im Detailhandel gearbeitet: Rita Widmann betrieb mit ihrem Mann eine Konditorei mit Café in der Schaffhauser Innenstadt, Sergio Ahl war in der Modebranche tätig. Heute arbeitet der 64-Jährige als Aushilfe an einem Kiosk; für seine Freizeit suchte er nach einer erfüllenden Beschäftigung. Vor einigen Jahren absolvierte er deshalb den Kurs «Besuchen und Begleiten» bei Benevol, der Dachorganisation für Freiwilligenarbeit, und meldete sich wenig später bei der Nachbarschaftshilfe Breite in Schaffhausen als Helfer an. «Ich werde bald pensioniert und habe viel Zeit», sagt der seit kurzem verwitwete Schaffhauser. Das Helfen mache ihm

Freude, zudem sei er ein geselliger Mensch. «Für mich ist das eine tolle Aufgabe, denn es ist ein Geben und ein Nehmen.» Wichtig für ihn ist auch der Aspekt der christlichen Nächstenliebe. «Zudem weiss ich nicht, wie es mir im Alter einmal gehen wird, und ich bin vielleicht später selbst froh um Hilfe.»

### Unabhängigkeit behalten

Seine freiwillige Tätigkeit in der Nachbarschaftshilfe benötige viel Empathie. «Man muss Menschen gerne haben und ihre individuellen Eigenheiten akzeptieren», meint Sergio Ahl. Er besucht neben Rita Widmann zusätzlich eine andere ältere Frau in einem Altersheim. Seine Hilfe beschränkt sich auf regelmässige Besuche. «Für Putzen, Kochen oder Reparaturen am Haus ist die Nachbarschaftshilfe nicht zuständig», betont Sergio Ahl. «Allenfalls müssen Grenzen gesetzt werden, wenn man sich ausgenutzt fühlt.» Dies sei ihm jedoch noch nie passiert und er mache für Rita Widmann ab und an auch kleine Besorgungen oder rufe sie zusätzlich an, um ein wenig zu plaudern.

Für Rita Widmann sind die Besuche eine schöne Abwechslung: «Ich bin froh, dass ich noch daheim wohnen und meine Unabhängigkeit behalten kann», erklärt sie. Heute brauche sie zwar für alles dreimal länger als früher, aber sie koche sich noch immer einmal täglich eine warme Mahlzeit und könne selbständig aufstehen. Nach ihrem Geschmack zu schalten und zu walten, ist ihr in den letzten zwei Jahren besonders wichtig geworden. «Mein Tagesrhythmus hat sich stark geändert», erzählt die Seniorin. Oftmals schlafe sie durch den Tag und sei nachts wach. «Da bin ich froh, wenn ich auf niemanden Rücksicht nehmen muss.»

### Sudoku lösen

Ganz ohne fremde Hilfe geht es jedoch nicht: Einmal wöchentlich sorgt eine freiwillige Helferin, die früher in der Spitzex tätig war, für Ordnung. Daneben helfen die Söhne, Schwiebertöchter und Enkel aus. Die Besuche von Sergio Ahl geniesst Rita Widmann: «Er ist ein sehr guter Mensch, der nicht herrschaftlich ist und mir jederzeit etwas zuliebe tut.» Bei den Besuchen wird viel geplaudert, manchmal lösen die beiden ein Sudoku zusammen oder machen ein Gesellschaftsspiel. «Wir lachen oft zusammen», so Sergio Ahl. Die fröhliche Seniorin ist froh über den Kontakt mit ihm und kann die Dienstleistung gut annehmen: «Ich habe früher auch vielen Menschen geholfen. Und jetzt ist es umgekehrt.»

[www.benevol.ch](http://www.benevol.ch)

«Es hat sich bewegt», ruft Sergio Ahl und zeigt auf das bunte Holzstäbchen vor sich. Rita Widmann hält sich nicht an die Regeln und spickt mit Elan lachend ein weiteres Stäbchen in hohem Bogen vom Tisch. Das Mikado-Spiel sorgt bei beiden für viel Gelächter und Heiterkeit. Während sie geschickt ein Stäbchen nach dem andern aus dem wirren Haufen befreien, wird locker ge-