

Zeitschrift: Action : Zivilschutz, Bevölkerungsschutz, Kulturgüterschutz = Protection civile, protection de la population, protection des biens culturels = Protezione civile, protezione della popolazione, protezione dei beni culturali

Herausgeber: Schweizerischer Zivilschutzverband

Band: 51 (2004)

Heft: 1

Artikel: "Besuchen Sie uns bald wieder!"

Autor: Seiler, Benjamin

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-369815>

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: 05.02.2026

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



**Jassen –
über Generationen
hinweg.**

**Teamwork:
junge Hände
helfen beim
Mühlespiel.**



WERTVOLLE ERFAHRUNGEN IM ALTERS- UND PFLEGEHEIM

«Besuchen Sie uns bald wieder!»

Die Zivilschutzorganisation Oberfreiamt im Kanton Aargau unter ZSO-Kommandant Alois Stegmeier schickte Zivilschützer in vier Gruppen zu je einem halben Dutzend Schutzdienstpflichtiger für einen je zweitägigen Einsatz in ein Alters- und Pflegeheim. Die Pensionäre des Bernarda-Heims in Auw waren über die Arbeit der jungen Zivilschützer des Lobes und Dankes voll. Die folgenden, persönlich gefärbten Impressionen belegen, dass das Projekt «Altersheimeinsatz» als Erfolg gewertet werden darf.

BENJAMIN SEILER

Das grosse Fenster bietet einen wunderbaren Ausblick über die weiten Felder des Bauerndorfes Auw. An klaren Tagen kann man den stolz aufragenden Pilatus sehen; heute verliert sich die Starkstromleitung im grauen Dunst eines verhangenen Tages. Doch Frau Bauknecht (Name geändert) scheint es nicht zu stören. Wir beide sind schwer beschäftigt. Es ist 10 Uhr 45 – Mittagessenszeit für die Pflegebedürftigen. Auf dem Teller liegt das weichgekochte Gemüse neben dem Fleischragout und den hausgemachten Knöpfli. Alles fein säuberlich durch verschiedene Tellervertiefungen abgetrennt.

Heute bin ich der «gute Engel» von Frau Bauknecht. Ja, ein Engel in Jeans und mit Bartstoppeln im Gesicht. Denn heute Morgen sagte der Pfarrer während der Frühmesse in der hauseigenen Kapelle zu uns Zivilschützern und den versammelten Pensionären, dass wir Menschen uns ein Vorbild an den Engeln nehmen sollten. Engel seien ganz auf Gott ausgerichtet und würden gleichzeitig den Menschen hier auf Erden dienen.

Die Hände von Frau Bauknecht sind zittrig, und ihre Fingerspitzen taub. Das Hantieren mit Messer und Gabel ist für Frau Bauknecht zu einem Ding der Unmöglichkeit geworden. Ich binde das «Lätzli» mit geübter Hand um ihren Hals – das Resultat langjähriger Erfahrung mit zwei eigenen Jungs, die jeden Tag erfolgreich aufs Neue kleckern. Dann schneide

ich das Essen in kleine, mundgerechte Stücke. Das Eingeben erfordert echte Teamarbeit. Während Frau Bauknecht pflichtbewusst den Mund aufmacht, balanciere ich die Häppchen auf der Gabel, versuche dabei, nichts fallen zu lassen, und schiebe meiner Schutzbefehlenden das Essen zwischen die Zähne. Wir sind

echt gut: kleckern überlassen wir andern. Dazwischen saugt Frau Bauknecht kräftig am Strohalm in der Teetasse. An der Wand hinter Frau Bauknecht hängt eine Fotocollage von vielen lächelnden, freundlichen Menschen: ihre Familie, die sie so ständig um sich hat.

Manchmal, wenn ich ihr die Gabel besonders aufmerksam in den Mund geschoben habe, lächelt mich Frau Bauknecht dankbar an. Und ich fühle mich glücklich und zufrieden. Jemand sagte einmal, dass es die kleinen Dinge sind, welche das Leben lebenswert machen. Das Gefühl, gebraucht zu werden.

Beständigkeit zählt sich aus. Schliesslich machen wir dem letzten Salatblatt den Garaus, das sich zwar, heftig tropfend und zweimal von der Gabel fallend, wehrt und sträubt. Endlich ist der Teller von Frau Bauknecht vollkommen leergegessen. An ihr kann es also nicht liegen, falls es morgen kein schönes Wetter gibt...

Geduld, Fingerspitzengefühl und auch etwas Gewitztheit sind Eigenschaften, welche ein gutes Pflegepersonal ausmachen. Das ler-



**Praktische
Übung
«Joghurt
essen».**

nen wir Zivilschützer schnell: Frau Herrmann ist weit über neunzig und einer der Lieblinge der Pflegeschwestern. Sie hat Alzheimer, und ich muss ihr einen mit Pulver eingedickten Milchkaffee einflössen (ein Schuss Kaffee mit viel Milch). Jedesmal, wenn sie am Trinkbecher gesaugt hat, verzieht Frau Herrmann das Gesicht und brummelt: «Ich han gnueg.» Dann strahlt sie mich und sagt: «Nämed Sie!»

Singen, spielen und ausschwärmen

Nebst leichter Küchen-, Haus-, Garten- und Pflegearbeit sollten wir Zivilschützer – alles «junges Gemüse» – die im Heim wohnenden «alten Früchtchen» mit unserer Anwesenheit beglücken. Sprich: wir waren die Entertainer der Stunde. Unser zweitägiger Gastauftritt hatte man schon Tage zuvor auf Zetteln in je-

dem Stockwerk angekündigt. Dementsprechend waren sämtliche Plätze in der gemeinsamen Cafeteria schon lange vor unserem Eintreffen ausgebucht.

«Wo man singt, da lass dich ruhig nieder» heisst es im Volksmund. Also sangen wir zu Beginn Schweizer Volkslieder, die Junge und Alte gleichermassen kennen. Was als Auflockerung gedacht war, entwickelte sich zu einem Gesangsmarathon von fast einer Stunde. «Schuld» war eine rüstige Pensionärin, die so mitreissend auf dem «Handörgeli» spielte, dass wir alle einfach nicht genug vom Singen bekommen konnten – die gesangsfaulen unter den jungen Zivilschützern eingeschlossen...

Auch beim Jass ging es hoch zu und her: Unsere Musikantin rechnete die Punkte im Kopf schneller zusammen, als ich die Karten-

werte in meinen Taschenrechner hätte eintippen können. Mit anderen Pensionären spielten wir «Eile mit Weile» oder «Mühlestein», jeweils mit extragrossen Spielfiguren, die man auch mit zittrigen Händen gut halten kann. Selbstverständlich durfte das Witze-Erzählen ebenso wenig fehlen wie das Rätselraten. Beim Schätzen taten sich einige Pensionäre besonders hervor; andere wiederum staunten nicht schlecht, was so alles in einem Glas Platz hat (128 Würfelzucker, 295 «Hörnli» und 15 000 Reiskörner).

Sogar das Kino kam zu Besuch: Auf eine Leinwand projizierten wir den Film «Zugvögel», der uns alle auf eine Reise quer über den Erdball mitnahm. Apropos Ausfliegen: Die an den Rollstuhl gefesselten Pensionäre kommen nur selten in den Genuss von Ausflügen. Häufig sind sie einfach im Garten des Heims, weil das Pflegepersonal mit seinen vielen Pflichten nicht immer genügend Zeit hat, ausgedehnte Spaziergänge zu unternehmen. Wir Zivilschützer aber schon. Und so schwärmten wir mit unseren Schützlingen in die nahe gelegene Natur aus. Das bescherte uns frische Luft und körperliche Ertüchtigung (besonders dann, wenn man sich in der Zeit verschätzt hat und plötzlich ins Heim zurückhetzen muss, weil das Mittagessen auf dem Tisch steht). Bei diesen Spaziergängen fand sich auch die Zeit für persönliche Gespräche, und es konnte in alten Erinnerungen geschwelgt werden.

Am Ende der zwei Einsatztage hatten wir Zivilschützer «unsere» Schützlinge ins Herz geschlossen, und der überschwengliche Dank manch eines Pensionärs zeigte, dass dieses Gefühl gegenseitig war. Eine echte «Win-Win-Situation» also, in der alle Beteiligten nur profitieren. Dieses Schlagwort aus dem Wirtschaftsjargon kann Zivilschutzkommandant Alois Steigmeier mit gutem Gewissen in seinen Bericht setzen. Es hat sich gezeigt, dass der Zivilschutz der Bevölkerung auch dann auf vielfältige Weise dienen kann, wenn keine Katastrophen bewältigt werden müssen. □

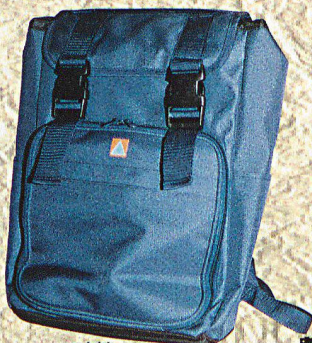
BS. Mein Einsatz im Maria-Bernarda-Heim in Auw lehrte mich nicht nur, wie erfüllend es sein kann, dem Mitmenschen zu dienen, sondern auch, dass man im Umgang mit pflegebedürftigen Menschen viele Kleinigkeiten beachten muss, an die man normalerweise nicht denkt. Aus diesem Grund wurden wir Zivilschützer im September 2003 denn auch nicht unvorbereitet auf die Pensionäre des Heims losgelassen.

«Um etwas aus dem Topf herausnehmen zu können, muss man zuerst etwas hinein-tun.» So die Maxime von Alois Steigmeier, Chef der ZSO Oberfreiamt. Deshalb hatte er seine Mannen vorgängig zu einem eintägigen «Crash-Kurs» aufgeboten: Zwei Dutzend Zivilschützer fanden sich in Baar ein, wo Expertinnen und Experten sie auf ihren Einsatz vorbereiteten und unter anderem Einblick in die Ergo- und in die Aktivierungstherapie gaben. Praktisch ging es im Rollstuhltraining zur Sache. Und: Haben Sie schon einmal Joghurt gegessen, während Ihre Hände in dicken Fäustlingen steckten und auf ihrer Nase eine Brille sass, durch deren Plastikfolie Sie die Umwelt nur schemenhaft wahrnehmen konnten? Dies war nämlich unsere praktische «Abschlussprüfung». Sie sollte uns das Gefühl vermitteln, was es heisst, wenn Augen und Hände einem nicht mehr vollständig gehorchen wollen.

Die wenigsten von uns Zivilschützern wussten, was uns in einem Pflegeheim erwarten würde. Schliesslich haben die meistens von uns noch nicht einmal dreissig Jahre auf dem Buckel. «Das ist genau das richtige Alter, um sich mit der Pensionierung und dem eigenen Lebensabend auseinanderzusetzen», ermahnte Hans Peter Fisch, Chefarzt am Pflegezentrum Baar. «Denn das Geheimnis eines erfüllten, möglichst gesunden Alters liegt im erfolgreichen altern.» Und das beginnt schon in der Jugend. Die Schweizer Wohnbevölkerung hat sich in den vergangenen hundert Jahren verdoppelt; der Anteil der über 65-Jährigen hingegen hat sich verfünffacht.

Frühlings-Schnäppchen

Ihre Zivilschutz-Geschenk- und Werbeartikel können Sie jetzt im SZSV-Shop noch günstiger einkaufen! Denn bei diversen Produkten profitieren Sie bis Ende April (oder solange Vorrat) von tollen Frühlingsrabatten:



Wanderrucksack
Dunkelblauer, robuster Stoff.
Schnallenverschluss.
Geräumige Taschen
mit Reissverschluss.
Tragriemen individuell einstellbar.
ZS-Logo auf der Aussentasche.

Jetzt nur 29 Franken
(statt 34.–)

Bestellungen
Schweizerischer Zivilschutzverband
Postfach 8272
3001 Bern
Telefon 031 381 65 81
Fax 031 382 21 02
E-Mail szsv-uspc@bluewin.ch

Alle Preise
zuzüglich 7,6 % Mehrwertsteuer.