

**Zeitschrift:** Zenit  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Luzern  
**Band:** - (2007)  
**Heft:** 1

**Artikel:** "1000 Höhenmeter pro Woche halten mich fit"  
**Autor:** Waldis, Alfred / Eckert, Heinz  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-821007>

#### 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

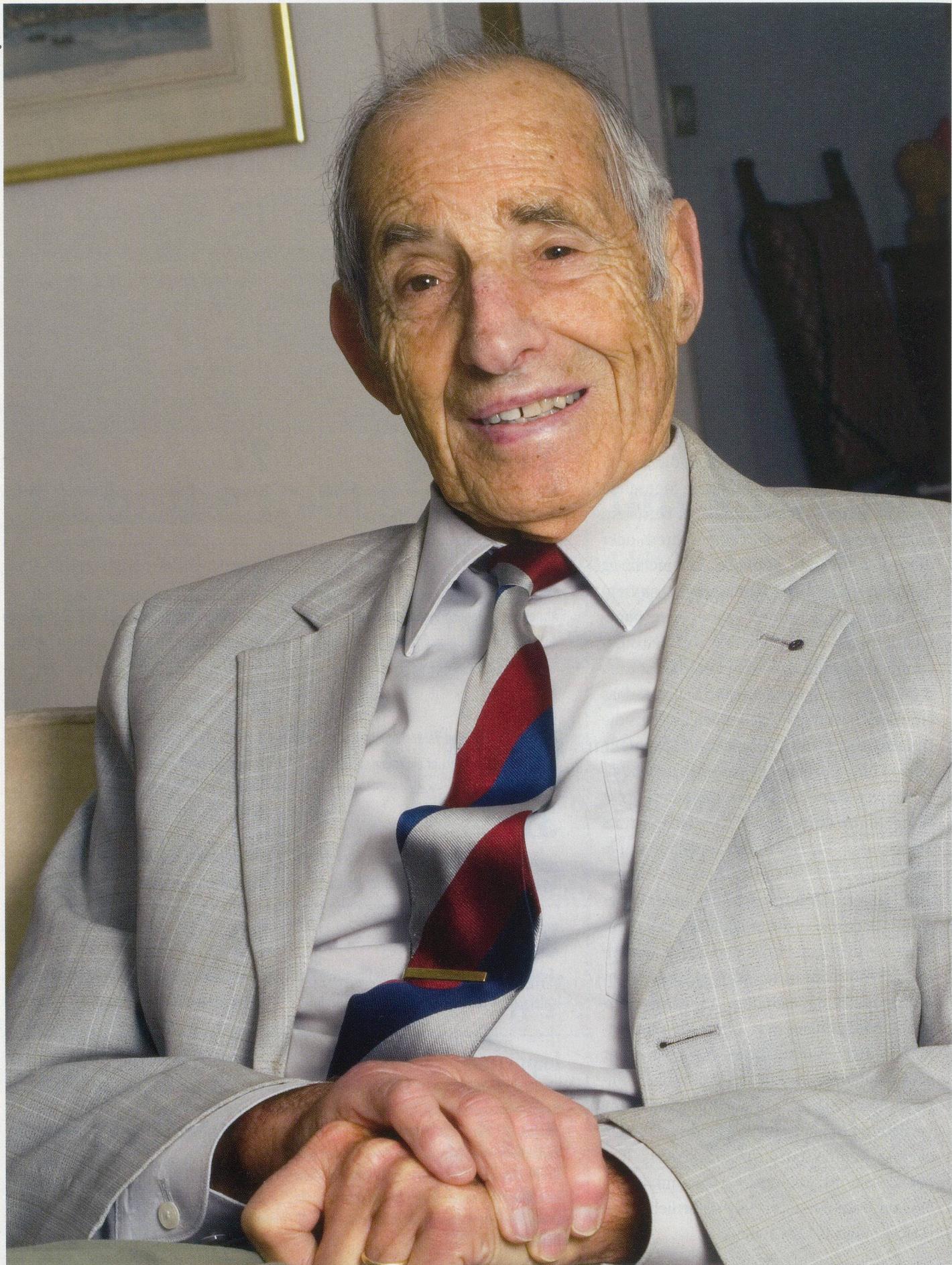
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 01.02.2026

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



# «1000 Höhenmeter pro Woche halten mich fit»

**«Mr. Verkehrshaus» Alfred Waldis ist mit 88 Jahren aktiv wie eh und je. Der Luzerner, der den Verkehr zu seiner Berufung machte, wandert regelmässig, schwimmt, achtet auf eine gesunde Ernährung und liest und schreibt gerne.**

Niemand würde «Mr. Verkehrshaus» Alfred Waldis auf bald 88 Jahre schätzen. Und wer den ehemaligen und legendären Direktor des Verkehrshauses der Schweiz in Luzern schon länger nicht mehr gesehen hat, glaubt, das Alter würde gar spurlos an ihm vorübergehen. Er fühle sich auch nicht so alt, sagt Waldis. Seit vier Jahren kletterte er allerdings nicht mehr auf Viertausender. Mit 83 habe er aufgehört damit. Obwohl es ihn nach wie vor packe, wenn er im Fernsehen eine Bergreportage sehe, müsse man einfach wissen, wann es genug sei. Dann sehne er jeweils das unbeschreibliche Gefühl zurück, das man auf dem Gipfel eines Viertausenders empfinde.

Dabei hat er mit der Kletterei erst mit 61 Jahren begonnen, mehr zufällig, wie er sagt. Zusammen mit seinem Sohn und einem Bergführer sei er an seinem Geburtstag Anfang September aufs Matterhorn gestiegen. Er habe immer auf eine gute körperliche Verfassung geachtet, sei mit den Kindern viel gewandert, aber einen Klettergurt habe er vor der Besteigung des Matterhorns nie getragen. Das Erlebnis sei so prägend gewesen, dass es in der Folge 30 verschiedene Viertausender geworden sind, die er zusammen mit Bergführern bezwungen hat.

Als Alfred Waldis vor zwei Jahren die Ehre zuteil wurde, Ehrenbürger der Stadt Luzern zu werden – die anderen Luzerner Ehrenbürger sind Kunstmaler Hans Erni, Dirigent Rudolf Baumgartner und der Priester Josef Moser, Gründer des Sennitreffs –, erwähnte ein alter Bergkamerad allerdings auch Schwächen des frisch gebackenen Ehrenbürgers: Beim Jassen in den Berghütten sei Waldis stets nur Mittelmass gewesen ...

Nach dem Besuch der Verkehrsschule absolvierte Alfred Waldis eine Stationslehre bei den SBB und wurde bald zum Bähnler mit Leib und Seele. Der Verkehr wurde seine Berufung. Benedikt Weibel, der kürzlich abgetretene Generaldirektor der SBB, charakterisierte seinen langjährigen Freund und Bergkameraden Alfred Waldis in einer Laudatio zu dessen 80. Geburtstag wie folgt: «Eisenbahner zeichnen sich gemeinhin durch eine ausserordentlich hohe Identifikation gegenüber ihrem Arbeitgeber und dessen Produkten aus. Dazu kommen hohe Anforderungen an Pünktlichkeit, Zuverlässigkeit und Verantwortungsbewusstsein sowie die Einsicht in komplexe Organisations- und Steuerungsmechanismen im Verkehr. Alles Eigenschaften und Fähigkeiten, die Alfred Waldis ein Leben lang prägen sollten.»

## Alfred Waldis

Alfred Waldis wurde am 7. September 1919 in Luzern geboren. Sein Vater war Steuermann bei der Schifffahrtsgesellschaft für den Vierwaldstättersee, seine Mutter starb, als er 15 Jahre alt war. Während seine beiden Brüder Handwerker wurden, absolvierte der Jüngste, «Freddy», die Verkehrsschule Luzern. Bis zur Berufung als Direktor des Verkehrshauses der Schweiz 1957 arbeitete Waldis vorerst als Stations- und Verwaltungsbeamter bei den SBB. 1959 konnte er das Verkehrshaus eröffnen und der Bevölkerung übergeben. 1979 trat er als Direktor zurück und übernahm bis 1990 das Präsidium seines Lebenswerkes, dessen Ehrenpräsident er seit 1990 immer noch ist. Für den Auf- und Ausbau des Verkehrshauses der Schweiz und seiner Sammlung erhielt Alfred Waldis zahlreiche Ehrungen und Auszeichnungen: 1972 den Kulturpreis der Innerschweiz, 1977 den Ehrendoktor der Universität St. Gallen und 1984 die Ehrennadel der Stadt Luzern. 2004 wurde Alfred Waldis Ehrenbürger der Stadt Luzern, eine Ehre, die bisher nur vier Personen widerfahren ist. 1980 bekam Waldis zudem den Spezialpreis für aussergewöhnliche Museumsführung im Rahmen der Auszeichnung «Europäisches Museum des Jahres». Als Vertreter des Verkehrshauses hat Waldis 300 verkehrswissenschaftliche Studienreisen mit 23 000 Teilnehmern in aller Welt geleitet und rund 1200 Vorträge gehalten. Alfred Waldis ist seit 1946 mit seiner Frau Lily Peyer verheiratet und Vater von zwei Söhnen und einer Tochter. Das Ehepaar wohnt seit 1958 in Sichtweite des Verkehrshauses der Schweiz.

1957 wurde der SBB-Baumeister Alfred Waldis mit oder wegen genau diesen Fähigkeiten zum Direktor des Verkehrshauses berufen, rein zufällig, wie er einmal mehr betont. Auf einer Zugfahrt nach Bern traf er den damaligen Luzerner Stadtpräsidenten Paul Kopp, der ihm von einem Museumsprojekt in Luzern erzählte, für das er an eine Sitzung in Bern fahren müsse. Waldis erkundigte sich nach Details und erwähnte begeistert, das Projekt «Verkehrshaus der Schweiz» würde ihn sehr interessieren. Abends auf der Heimfahrt traf er den Stadtpräsidenten erneut und staunte sehr, als dieser ihm sogleich die Direktion des geplanten Museums anbot. Der damals 37-Jährige nahm das Angebot sofort an und stürzte sich voller Elan und Kraft in den Aufbau des Verkehrshauses, das schon kurz nach der Eröffnung im Jahr 1959 zum meistbesuchten Museum der Schweiz wurde und zum Vorbild für ähnliche Institutionen in der ganzen Welt.

Mit 61 Jahren zog sich Alfred Waldis aus der operativen Leitung seines Lebenswerkes zurück und wurde Präsident des Verkehrshauses. Heute ist er noch Ehrenpräsident dieser Institution. Hatte der Vielbeschäftigte nie das, was man heute Burn-out nennt? Waldis lacht: «Wer weißt, wenn ich damals gewusst hätte, dass es das gibt, hätte ich wohl auch ein Burn-out bekommen.» Er habe zwar sehr viel gearbeitet, sich dabei aber nie überfordert gefühlt, zumal er immer gerne gearbeitet habe. Man müsse allerdings auch sagen, dass das Berufsleben damals ein wenig angenehmer gewesen sei, weniger hektisch als heute. Die führenden Leute seien weniger schnell ausgewechselt worden, alles sei stabiler und verlässlicher gewesen, erinnert sich Waldis. Dass er mit bald 88 Jahren noch kerngesund ist und noch nie krank war, sei auch mit Glück verbunden, ist sich der Luzerner sicher. Allerdings habe er immer darauf geachtet, was er esse. Eine ausgewogene Ernährung sei ihm stets wichtig gewesen. Dass er sich nach den Prinzipien des Dr. Bircher ernährt habe, sei sicher mit ein Grund für seine gute Gesundheit, betont er. Selbstverständlich hat Alfred Waldis auch nie geraucht und nur sehr wenig Alkohol getrunken. Seit 15 Jahren trinke er zu Hause täglich ein Glas Wein. Vorher habe er daheim gar keinen Alkohol getrunken. Er habe geglaubt, ein Glas Rotwein

helfe ihm, besser zu schlafen. Aber auch das habe nichts genutzt. Er schläft heute noch weniger als früher, vier bis fünf Stunden maximal, manchmal gar weniger. Müde sei er aber nie gewesen. Im Gegenteil. Das Positive am kurzen Schlaf sei, dass er viel Zeit zur Verfügung habe, zum Lesen und Schreiben beispielsweise. «Schreiben und Lesen ist ja sowieso das beste Training für die geistige Fitness», betont Waldis. «Sehr wichtig ist zudem, konsequent den Körper zu trainieren», rät er. Deshalb macht er jeden Morgen Yogaübungen für die Beweglichkeit, mit Turnübungen stärkt er die Muskeln. Er geht zudem regelmäßig schwimmen und legt jede Woche 1000 Höhenmeter zurück. 1000 Höhenmeter wöchentlich? Alfred Waldis lächelt: «Ja, letztes Jahr waren es insgesamt rund 40 000 Höhenkilometer. Denn jedes Wochenende, am Samstag

## Nie und nimmer

**Welchen Vorwurf möchten Sie nie hören?**

Ich hätte mich bereichern wollen und mein Wort nicht gehalten.

**Was möchten Sie nie erleben?**

Einen Krieg im eigenen Land – und auch keine anderen Kriege.

**Was werden Sie nie vergessen?**

Wie meine Frau mir immer und in allen Lebenslagen zur Seite gestanden und mich unterstützt hat.

**Welche politische Initiative würden Sie nie unterschreiben?**

Eine Initiative zur Abschaffung der Armee.

**Was würden Sie nie sagen?**

Ich sage niemals nie ...

**Wohin würden Sie nie reisen?**

Ins Spielerparadies Las Vegas.

**Was würden Sie nie essen?**

Ich esse keine Meeresfrüchte und keine Kutteln.

**Wem möchten Sie nie begegnen?**

Dem russischen Staatschef Wladimir Putin.

**Was würden Sie nie lesen?**

Die Romane von Hedwig Courts-Mahler.

oder am Sonntag, wandere ich von Weggis oder Vitznau auf Rigi Kaltbad oder von der Talstation der Pilatusbahn in Kriens auf die Fräkmüntegg.» Das Auto hat er stets nur dann gebraucht, wenn es mit dem Zug zu kompliziert war. Er besass immer ein GA und bevorzugt eigentlich den Zug – typisch Bähnler eben. Er fährt auch immer noch Auto, aber nur wenige Kilometer pro Jahr.

Alfred Waldis hat sich sein ganzes Leben mit Kommunikation und Verkehr befasst. Welche Ereignisse und Entwicklungen haben ihn in diesen Bereichen am meisten überrascht? «Dass die Swissair je ein so schlimmes Ende nehmen könnte, hätte ich nie geglaubt. Man nannte das bewunderte Unternehmen und den Stolz des ganzen Landes früher doch immer ‹die fliegende Bank›», bedauert Waldis. Und dass die Bildtelefonie so rasch Wirklichkeit würde, hätte er auch nie gedacht. Er erinnert sich an eine Studienreise im Jahr 1970 in die USA. Dort habe ihm der Chef des damaligen amerikanischen Telefonriesen ATT erklärt, der Tag werde kommen, da man mit Selbstwahl von Europa in die USA und umgekehrt telefonieren könne ... Auf die Frage eines Reiseteilnehmers nach der Zukunft der Bildtelefonie habe der ATT-Chef geantwortet, das hänge von der Zahl der Leitungen ab, die man zur Verfügung habe. An die Satellitenübertragung habe man damals noch gar nicht gedacht.

Auch Waldis hat heute ein Handy, nur einen Anruf habe er noch nie bekommen. «Meine Handynummer bekommt niemand. Ich habe das Mobiltelefon nur, damit ich meiner Frau sagen kann, wo ich bin und wann ich heimkomme. Es wird ja immer schwieriger, eine Telefonkabine zu finden.» Mit dem Computer hingegen arbeitet er schon, seit es das Internet gibt, und er möchte die Vorzüge der modernen Elektronik auch nicht mehr missen. Als Direktor des Verkehrshauses elte Alfred Waldis von Höhepunkt zu Höhepunkt und wurde zu einem der bekanntesten Schweizer. Die ausserordentliche Entwicklung, die das Museum nach der Gründung machte, ist seinem Einsatz und seinem Geschick zu verdanken. «Und der tatkräftigen Unterstützung der drei grossen Schweizer Verkehrsunternehmen Swissair, SBB und PTT», ergänzt er.

Zu den Aufgaben des Verkehrshauses gehört es, Technik und Bedeutung aller Verkehrsmittel, des

Nachrichtenwesens, des Fremdenverkehrs und der Raumfahrt in einer modernen und verständlichen Art und Weise darzustellen. Über diesen Zweck hinaus hat die Eröffnung des Planetariums Longines (1969), der Halle Luft- und Raumfahrt (1972) in Anwesenheit von John Glenn, dem ersten Amerikaner im Weltraum, und Neil Armstrong, dem ersten Menschen auf dem Mond, des Hans-Erni-Hauses (1979), der zweiten Halle Schienenverkehr (1982) und der Halle Schiffahrt, Seilbahnen und Tourismus mit dem Swissorama (1984) die weiter gefasste Bestimmung deutlich gemacht, die Waldis im Verkehrshaus verwirklichen wollte: das Sammeln sowie Erhalten wertvoller Zeugen aus dem kulturellen Leben, die Förderung von Bildung und Grundlagenforschung sowie das Verständnis für die Geschichte und Entwicklungen der Technik mit ihren Auswirkungen auf die Umwelt, über die er nach wie vor auch regelmässig publiziert.

Als einen weiteren persönlichen Höhepunkt bezeichnet Alfred Waldis auch die Eröffnung des Imax-Kinos im Verkehrshaus. Am 1. Juli 1976 wurde in Washington aus Anlass des 200. Geburtstages der Vereinigten Staaten von Amerika das Nationale Luft- und Raumfahrtmuseum eröffnet, das erste Museum der Welt mit einem Imax-Kino. Waldis war zur Eröffnung eingeladen und sah den Imax-Film «To fly». Er war derart beeindruckt, dass für ihn sofort klar war: Das Verkehrshaus brauchte auch ein Imax-Kino. Anfang der 80er-Jahre befasste man sich bei der Planung der Halle Schiffahrt, Seilbahnen und Tourismus erstmals mit dem Bau eines solchen Kinos. Aber der Platz war nicht vorhanden. 1989 verhinderten Einsprachen von Anwohnern den Bau des Kinos. Schliesslich dauerte es ganze sieben Jahre, bis das Imax eingeweiht und zu einer weiteren Attraktion des Verkehrshauses werden konnte.

Und wie geht ein so aktiver Mensch wie «Mr. Verkehrshaus» mit dem Alter um? «Ich fühle mich sehr wohl, bin froh, dass ich gesund bin und mich um meine kranke Frau kümmern kann. Es ist auch angenehm, dass man abgeklärter wird und merkt, dass man gewisse Dinge nicht mehr braucht. Auch reisen will ich nicht mehr. Ich war doch ausser in Australien schon fast überall.»

Heinz Eckert