

**Zeitschrift:** Zenit  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Luzern  
**Band:** - (2010)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Lustvoller Austausch zwischen Jung und Alt  
**Autor:** Fischer, Monika  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-820716>

### **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:** 02.05.2026

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

# Lustvoller Austausch zwischen Jung und Alt

MUNTERwegs ist ein Mentoringprogramm, das sich an Seniorinnen und Senioren wendet, die Lust auf neue Erfahrungen haben und einem Kind ihre Zeit und Aufmerksamkeit schenken möchten. Eine bereichernde Tätigkeit, die den Austausch zwischen den Generationen fördert.



MONIKA FISCHER

«Es war für mich klar, dass ich nach meiner Pensionierung als Wohnheimleiterin in der Stiftung für Schwerbehinderte wieder eine Aufgabe brauche. Frau kann doch nicht einfach jahrzehntelang voll arbeiten und dann plötzlich nichts mehr machen», lacht die 65-jährige Ruth Keller, Mutter von vier erwachsenen Kindern. Auf der Suche nach einer passenden Herausforderung erfuhr sie vom Mentoringprogramm MUNTERwegs. Nach der Informationsveranstaltung meldete sie sich

sofort als Mentorin für das Pilotjahr 2008/2009. Auch die 59-jährige Birgit Ramuz fand das Projekt eine «super Sache», als sie durch ihren aktiv im Seniorenweb tätigen Mann von MUNTERwegs hörte. Sie nahm sich vor, nach der Pensionierung dort mitzumachen.

«Warum nicht jetzt schon», sagte sie sich, als sie vernahm, dass dringend weitere Mentoren gesucht werden. Sie fand, sie hätte wohl noch Zeit neben ihrem 65-Prozent-Arbeitspensum, zumal sie ihre entfernt lebenden

drei Enkelkinder nur alle paar Wochen sieht. Auf dem Anmeldeformular listeten die Frauen unter anderem ihre Vorlieben und Interessen auf. Entsprechend wurde etwa der Hundebesitzerin Ruth Keller ein tierliebendes Mädchen zugeteilt.

Die beiden Mentorinnen erzählen von der Kennenlernveranstaltung mit den Kindern und ihren Eltern. Mit einem Puzzleteil suchten Mentoren und Kinder spielerisch den passenden Partner. Beim gemeinsamen Postenlauf entstanden erste Kontakte zwischen Ruth Keller und Naomi, zwischen Birgit Ramuz und Nithurchiya. Gleichzeitig wurden die Eltern darüber informiert, dass MUNTERwegs weder Kinderhütendienst noch Nachhilfeunterricht ist, und sie mussten im Hinblick auf den Versicherungsschutz ein Merkblatt unterzeichnen.

#### Gemeinsam aktiv

Die beiden Mentorinnen schildern, wie sie das Vertrauen zum zugeteilten Kind aufbauten und gemeinsame Aktivitäten durchführten. Bei Ruth Keller geschah das ganz selbstverständlich bei Spaziergängen mit dem Hund. Abwechselnd verbrachten sie alle vierzehn Tage einen Nachmittag teils zu Hause beim Spielen, Basteln, Backen und teils auswärts auf Spielplätzen oder beim Besuch des Naturmuseums, des Verkehrshauses, usw.

Birgit Ramuz konnte ihre Leidenschaft fürs Basteln mit «ihrem» Mädchen so richtig ausleben. Das strahlende Kindergesicht bei einer gelungenen Bastelarbeit verschaffte auch ihr Freude und Genugtuung. Da die Terminsuche für die gemeinsamen Aktivitäten nicht ganz einfach war, unternahm das Paar mehrere Tagesausflüge. Besonderen Anklang fand der mit einer Bahn- und Postautofahrt verbundene Erlebnisparcours «Sensorium» für alle Sinne im Rüttihubelbad. Daneben verbrachten sie auch vergnügte Stunden im Freien, etwa beim Mini-golfspielen und Schneemannbauen. Als bleibende Erinnerung gestalteten die Paare ein Tagebuch mit Zeichnungen, Fotos und Texten über die Aktivitäten.

Für Projektleiterin Karin Linder bietet MUNTERwegs einen Gewinn für beide Seiten. Die Kinder mit Migrationshintergrund oder aus sozial benachteiligten Familien lernen andere Bezugspersonen und deren Umfeld kennen. Seniorinnen und Senioren bekommen Einblick in die Schule, zu der sie wichtige Brückenbauer sind.

Karin Linder zeigt die Hintergründe des Projektes auf. Als Psychomotorik-Therapeutin bei den Schuldiensten in Emmen weiss sie um überforderte Eltern und Lehrpersonen. Sie begegnet auch immer wieder Kindern, die im Elternhaus wenig Anregungen bekommen. Auf der andern Seite sieht sie die Ressourcen von Senioren und andern Freiwilligen, die viel zu geben haben. Im Sinne



Fröhliches Trio: Mentorin Birgit Ramuz mit Nithrsha und Nithurchiya.

einer Vernetzung von Bedürfnissen und Möglichkeiten baute sie mit ihrer Kollegin, der Projektmanagerin Miriam Hess, das lokal verankerte Mentoringprogramm auf. Das Team wurde bald durch die PR-Frau Elisabeth Gebistorf Käch ergänzt. Finanziell wird das Projekt durch die Gemeinde Emmen und mehrere Stiftungen – u.a. Pro Senectute – ermöglicht. Karin Linder ist überzeugt: «Mentoring kann nur gelingen, wenn die Freiwilligen gut begleitet und vernetzt werden.» Deshalb bietet das Projektteam neben mehreren Veranstaltungen für die ganze MUNTERwegs-Gruppe sechsmal ein Coaching an.

Ruth Keller und Brigit Ramuz betonen die Wichtigkeit dieser Begleitung. Beim Coaching können sie Erfahrungen austauschen, über kulturelle Unterschiede und auf-tauchende Fragen und Probleme diskutieren. Die vielen guten Erlebnisse motivieren sie, auch beim nächsten Mal mitzumachen. Ruth Keller wird zum dritten, Birgit Ramuz zum zweiten Mal ein Kind durchs Jahr begleiten.



## MUNTERwegs

Das Mentoringprogramm MUNTERwegs ist ein Unterstützungsangebot im Rahmen der schulergänzenden Betreuung und richtet sich an Kinder mit Migrationshintergrund oder aus sozial benachteiligten Familien. MUNTERwegs möchte auch den Austausch zwischen Jung und Alt fördern: Die regelmässigen Begegnungen bieten einerseits einen wichtigen Beitrag zur Integration und Gesundheitsprävention der teilnehmenden Kinder. Andererseits eröffnet MUNTERwegs den beteiligten Mentorinnen und Mentoren Gelegenheit, sich aktiv am sozialen Zusammenleben in ihrem Umfeld zu beteiligen und ihre reichen Erfahrungen und ihre Talente gewinnbringend in die Begegnungen einzubringen. Konkret erklären sich Seniorinnen, Senioren und Freiwillige bereit, acht Monate lang die Freizeit mit einem Kindergarten- oder Primarschulkind zu gestalten. Dazu trifft sich das Paar ca. zweimal im Monat. Die Patenschaft wird sorgfältig eingeführt und begleitet.

Das Mentoringprogramm wurde im Herbst 2008 erstmals in Emmen mit zehn Paaren durchgeführt. Bei der zweiten Durchführung 2009 waren 20 Paare, auch Studenten der Hochschule für Sozialarbeit, als Mentoren beteiligt. Seit 2010 wird MUNTERwegs ebenfalls in der Gemeinde Risch Rotkreuz angeboten. Im November 2010 ist in Emmen eine dritte Durchführung des Mentoringprogramms geplant. Neu wird dabei mit angepasstem Programm auch eine MUNTERwegs-Gruppe mit Kindergartenkindern im Sinne der Frühförderung starten.

Gesucht werden Seniorinnen und Senioren und weitere Freiwillige, die Lust auf neue Erlebnisse und Erfahrungen haben und einem Kind ihre Zeit und Aufmerksamkeit schenken möchten.

Informationen: kontakt@munterwegs.eu, www.munterwegs.eu oder bei Karin Linder, Tel. 041 268 03 04



Zwei, die sich mögen: Mentorin Ruth Keller und Noemi.