

**Zeitschrift:** Zenit  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Luzern  
**Band:** - (2019)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Erfülltes Leben - dank Kunst und Bewegung  
**Autor:** Peter, Esther  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-927160>

#### **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:** 16.01.2026

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

# Erfülltes Leben – dank Kunst und Bewegung

Priska Alfano-Döös und Otto Heigold sind enorm kreativ.

Während sich Priska Alfano-Döös mit viel Herzblut als Leiterin einer Wasserfitnessgruppe und als Theaterregisseurin engagiert, entstehen in der «Raumstation» im Dachstock von Otto Heigold faszinierende Kunstwerke.

Die beiden erzählen Zenit-Redaktorin Esther Peter, weshalb sie sich mit so viel Leidenschaft ihren Hobbys beziehungsweise ihrem künstlerischen Schaffen widmen.

## Otto Heigold, 76, Luzern

«Ich bin seit 50 Jahren auf meiner Expedition zum Bildplaneten», erzählt Otto Heigold. Unter dieser Metapher entstehen im Atelier «Raumstation» einzigartige Werke.

Vorbei an Bildern und Drucken führt eine enge Holztreppe in das kreative Reich im Dachstock seines Wohnhauses in Luzern. Im abgeschrägten Raum zeugen Kartons mit unzähligen Zeichnungen und Abzügen vom vielfältigen Schaffen des Künstlers. 2500 Bildstempel sind fein säuberlich abgelegt und werden in seine Arbeit direkt oder indirekt miteinbezogen.

In den Jugendjahren deutete nichts auf die künstlerische Laufbahn des 76-Jährigen hin. Als Kind verbrachte Otto Heigold seine Freizeit oft in der kleinen Schreinerei seines Vaters. Gerne erinnert er sich an seine Kindheit. Zeichnen und Malen standen damals nicht im Fokus. An seine ersten Versuche erinnert er sich aber ganz genau, so zum Beispiel, wie er in der 6. Klasse die Schlösser des Kantons St. Gallen aus dem Lesebuch mit Bleistift, Tinte und Feder abzeichnen musste.

Nach der obligatorischen Schulzeit begann Otto Heigold eine Schreinerlehre im väterlichen Betrieb. Doch schon bald musste dieser verkauft werden. Mit dem Umzug ins Oberfreiamt stand seinem eigent-



Fotos: Esther Peter

lichen Berufswunsch «Lehrer» nun nichts mehr im Weg. Zeichnen gehörte am Lehrerseminar St. Michael in Zug zur Ausbildung. Im Anschluss suchte er neue Wege in einem Abendkurs in Luzern. «Sie haben Nachholbedarf im figürlichen Zeichnen», meinte sein damaliger Lehrer an der Kunstgewerbeschule. Die Faszination fürs Zeichnen liess ihn fortan nicht mehr los, und er liess sich zum Zeichenlehrer ausbilden. Der ehemalige Direktor und Lehrer des Abendkurses holte ihn später als Lehrer an die Kunstgewerbeschule, die später zur Hochschule Design und Kunst wurde.

38 Jahre lang legte er seine kreative Schaffenskraft, seine Energie und sein Herzblut in diese Arbeit. Die Ausbildung der jungen Menschen war ihm wichtig. «Ich konnte aber auch von ihnen profitieren. In der Kunst gibt es kein Richtig oder Falsch. Je nach Biografie und Erfahrungshintergrund ergeben sich unterschiedliche Zugänge wie auch Verständnisse.»

Otto Heigold ist vor allem Zeichner und Drucker. Nicht selten blei-

ben seine Werke bis zu ihrer Vollen-  
dung über längere Zeit liegen. Seine  
Arbeiten zeigen kollektive Bildzei-  
chen. Sie sind weder an ein Volk,  
noch an ein Geschlecht, noch an eine  
Religion oder einen Bildungsstand  
gebunden. In seinen neuen Werken  
sind Ellipsen zu sehen. «Jede von ih-  
nen hat eine andere Achse, aber im-  
mer zwei Brennpunkte. Sie verweisen  
auf das Spannungsfeld zwischen A  
und B. Weder A noch B sind absolut.

Denn zwischen diesen zwei Punkten  
gibt es weitere Standorte. So entste-  
hen Dimensionen, Räume, die viel  
Interpretationsspielraum lassen.»

Im Kopf von Otto Heigold herrscht  
oft ein kreatives «Durcheinander» – im  
positiven Sinn. «Ich hatte sehr viel  
Glück im Leben und wurde wie von  
einem Engel geführt», sagt er. Die  
Meinung seiner Frau Roswitha, seiner  
fünf Kinder und seiner elf Enkelkinder  
sind ihm wichtig. Sie sind kritische

Betrachter seiner Arbeiten und un-  
terstützen ihn. In der Ausstellung  
«Zwischenlandung» in der Galerie  
Artyourself in Sursee sind schon bald  
(19. Oktober bis 10. November) Bilder  
des Künstlers zu sehen. Nach dieser in-  
tensiven Zeit wird er sich dann wieder  
regelmässig in seine «Raumstation»  
zurückziehen und seine Expedition  
zum Bildplaneten fortsetzen. ■

Mehr Informationen zum Künstler:  
[www.ottoheigold.ch](http://www.ottoheigold.ch)

## Priska Alfano-Döös, 65, Langnau bei Reiden

Priska Alfano-Döös mag Herausfor-  
derungen. Sie ist offen für Neues.  
Auch nach ihrer Pensionierung vor  
gut einem Jahr ist sie viel unterwegs.  
Still zu sitzen, entspricht nicht ihrem  
Naturell. Als Theaterregisseurin ist  
sie bereits zum sechsten Mal dafür  
verantwortlich, dass die Besuchenden  
des Jahreskonzertes des Männerchors  
Langnau im zweiten Teil viel zum La-  
chen haben. Aktuell ist sie am Aus-  
wählen des Stückes. Das Theaterspiel  
liebt sie seit ihrer Kindheit. Früher  
stand sie mit ihren Eltern gemeinsam  
auf der Bühne.

Die Aufgabe der Regisseurin hat  
sich für die Langnauerin per Zufall  
ergeben, genauso wie jene der Leiter-  
in der Wasserfitnessgruppe Reiden  
am Samstagvormittag. Vor ungefähr  
25 Jahren überzeugten sie ihre Kolle-  
ginnen in der Wasserfitnessgruppe  
mitzumachen. Die Leiterinnen trafen  
sich einmal wöchentlich im Hallen-  
bad Kleinfeld in Reiden zu einer Lek-  
tion Wasserfitness. Obwohl Wasser  
damals nicht unbedingt das Element  
von Priska Alfano war, ist sie seither  
mit Begeisterung dabei.

Als eine neue Gruppe am Samstag-  
vormittag entstand, war sie bereit,  
diese als Leiterin zu übernehmen. Sie  
absolvierte die geforderte Ausbildung  
und ist seither mit genauso viel Herz-  
blut, Leidenschaft und Engagement

Wasserfitnessleiterin wie Thea-  
terspielerin oder Regisseurin. «Im  
Wasser sind die Bewegungen ein-  
facher und unbeschwerte. Der  
Auftrieb gibt dem Körper das Ge-  
fühl von Schwel-  
relösigkeit. Für  
gewisse Übungen  
benutzen wir auch Zusatzmaterialien  
wie Flossen oder Westen.»

Priska Alfano und ihre Leiterkol-  
leginnen bilden sich regelmässig wei-  
ter und besuchen Brevet- und ESA-  
Kurse. Aktuell nutzen über 90 Frauen  
und Männer Woche für Woche das  
Angebot von Pro Senectute Kanton  
Luzern in Reiden. Die Leitung der  
neuen Gruppen, aufgeteilt auf Mitt-  
woch und Samstag, teilen acht Leite-  
rinnen untereinander auf.

Neumitglieder sind jederzeit will-  
kommen. Es sei keineswegs zwin-  
gend, dass die Teilnehmenden schwim-  
men können. Auch Priska Alfano  
lernte erst durch ihre Teilnahme in  
der Wasserfitnessgruppe richtig  
schwimmen. Vielmehr gehe es da-  
rum, den Teilnehmenden die Angst  
vor dem Wasser zu nehmen. Natür-  
lich wird mittels Längenschwimmen



auch ein wenig an der Kondition «ge-  
feilt». Doch der soziale Aspekt sei  
ebenso wichtig, erwähnt die Mutter  
von zwei erwachsenen Kindern. «So  
gehört der Kaffee im Anschluss an die  
Lektion in der Regel genauso dazu  
wie der sportliche Teil», erzählt sie  
mit einem Schmunzeln. Die Teilneh-  
menden kommen aus der ganzen  
Region. So lernt man immer wieder  
neue Gesichter kennen. Oft entstehen  
Freundschaften über die Wasser-  
fitnessgruppe hinaus.

Seit einem Jahr geniesst Priska  
Alfano ihre Pension. Jetzt hat sie sogar  
Zeit, nebst ihrer Tätigkeit als Wasser-  
fitnessleiterin auch ab und zu eine  
Lektion als Teilnehmerin zu besuchen.  
Dies verleiht ihr Energie und Aus-  
dauer – auch für ihre Tätigkeit als  
Regisseurin des Theaters am Jahres-  
konzert des Männerchors Langnau. ■