

<b>Zeitschrift:</b>	Zeitschrift für öffentliche Fürsorge : Monatsschrift für Sozialhilfe : Beiträge und Entscheide aus den Bereichen Fürsorge, Sozialversicherung, Jugendhilfe und Vormundschaft
<b>Herausgeber:</b>	Schweizerische Konferenz für Sozialhilfe
<b>Band:</b>	70 (1973)
<b>Heft:</b>	5
<b>Artikel:</b>	Die Aktivierung der Betagten in Urdorf
<b>Autor:</b>	Imboden, F.
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-839222">https://doi.org/10.5169/seals-839222</a>

### 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:** 23.02.2026

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

eine immer fremder werdende Landschaft gewirbelt. Eine andere Zeit, eine andere Sprache, eine andere Welt. Was die Alten ein Leben lang hochgehalten haben, dient heute als Schimpfwort. Was sie beseelt hat, was sie erträumt haben, wird vor ihren Augen verhöhnt und in den Schmutz gezogen. Was sie geleistet zu haben glauben, wird ihnen verächtlich vor die Füße geworfen.

Jener scheußliche, diskriminierende Wahlspruch, keinem über dreißig zu trauen, ein Wahlspruch, dem die Geistesverwandtschaft mit den Parolen vom «lebensunwerten Leben», von den «unnützen Essern», vom «artfremden Untermen-schentum», aus allen Poren quillt, wäre gar nicht mehr nötig gewesen, um den Alten klarzumachen, daß sie die Abgelehnten, die Ausgeschlossenen, die Diskriminierten unserer Welt sind.

Das größte Getto unserer Tage ist das der Alten.

Otto Hürlimann

## Die Aktivierung der Betagten in Urdorf

### 1. Wesen und Geschichte der Altersklubs

Der Soziologe Erich Reisch hat sich einmal wie folgt geäußert: «Es soll nicht nur für die ältern Menschen etwas getan werden, es soll, soweit möglich, durch die ältern Menschen getan werden. Die Teilnehmenden müssen zum aktiven Anteil-haben gebracht werden; es muß immer wieder Gelegenheit für sie bestehen, sich aktiv zu beteiligen.» Diese Maxime hat vor allem für die Vereinigungen von alten Menschen, das heißt Altersclubs, Gültigkeit, die auf dem Wege der Selbsthilfe und der Selbstverwaltung die persönlichen und gesellschaftlichen Probleme von ihren Mitgliedern zu bewältigen bemüht sind. In einem Altersclub gestalten und organi-sieren die Mitglieder ihre Zusammenkünfte wie die übrige Klubtätigkeit nach eigenem Willen und Gutdünken. In der kleinen Gruppe hat der einzelne die Mög-lichkeit, aktiv zu werden und ein sinnvolles Alter zu erreichen.

Die Altersclubs als eigentliche Selbsthilfeorganisationen der Betagten können viel durch Anregungen zur Lebensgestaltung und zum Nachdenken wie durch Ge-selligkeit zum seelischen Wohlbefinden ihrer Mitglieder beitragen. Altersclubs wollen eine lebendige Gemeinschaft von betagten Menschen sein. Sie wurden zu-erst in den angelsächsischen Ländern ins Leben gerufen. Von Amerika und Eng-land wurden in dieser Beziehung wesentliche Impulse auf den europäischen Kon-tinent getragen. Die einzelnen Aktionsprogramme müssen nach den Wünschen und Erwartungen der Mitglieder zusammengestellt werden. Das Motto für die Altersclubs kann umschrieben werden mit: «Tätig sein und nicht einsam werden» oder «älter werden, aktiv bleiben» oder mit andern Worten zusammengefaßt: In den Altersclubs wird Wert darauf gelegt, daß möglichst viel eigenes Tun und Schaffen zum Zuge kommt. Dies hat unter anderem zur Voraussetzung, daß die Zusammenkünfte nicht personell einseitig orientiert sind. Weder ausgesprochene Frauen- und Männerclubs noch rein konfessionell oder politisch gesteuerte Ver-einigungen sind anzustreben. Auf diese Art ist es eher möglich, neue menschliche Kontakte herzustellen. Die Einmaligkeit eines Altersclubs wird mit Vorteil durch die Erteilung eines besondern Namens unterstrichen. Altersclubs werden von klei-nen Komitees geleitet. Es muß als zweckmäßig betrachtet werden, wenn die Alters-

klubs nicht zu groß gehalten werden. Erfahrungsgemäß muß die Mitgliederzahl zwischen 30 und 40 als ideal angesehen werden. Die Altersgruppen sollten beiden Geschlechtern und allen Bevölkerungskreisen offenstehen. Hinsichtlich der Teilnahmeberechtigung ist nicht stur auf das AHV-Alter zu achten! In den Städten sollten die Altersklubs quartierweise gegründet werden.

## 2. Merkmale des Altersklubs Urdorf

Der Altersklub Urdorf ist im Jahre 1967 an zwei Werbeveranstaltungen der reformierten Kirchengemeinde gegründet worden. Er wollte aber von allem Anfang an religiös und politisch unabhängig sein. – Ein Komitee des Klubs sucht nach besten Kräften die sinnvolle Selbsttätigkeit der Mitglieder anzuregen. An der Monatszusammenkunft wird jeweils in demokratischer Weise über das Programm des kommenden Monats entschieden. Das Aktionsprogramm muß eine gesunde Mischung zwischen heiteren und ernsten Veranstaltungen, zwischen Geselligkeit und Vermittlung von Wissen und Belehrung sein. In einem eigenen Film des Altersklubs Urdorf wird die Bedeutung eines solchen gemischten Programms illustriert. Aus vielen Vorschlägen gab sich der Altersklub Urdorf den Namen «Silberfäde», was auf einen Hinweis der Frau des langjährigen, verstorbenen Gemeindepräsidenten zurückging. In den ersten zwei Jahren kam der Altersklub «Silberfäde» in Restaurants unserer Gemeinde zusammen. Es zeigte sich aber sehr bald, daß für die Klubtätigkeit noch irgend etwas fehlte: nämlich der Raum, das gemeinsame Dach. Im November 1968 gelangte der Altersklub «Silberfäde», zwecks Förderung der Kontakte, mit der Idee eines Gemeinschaftsraums für die Betagten an den Gemeinderat von Urdorf. Von den älteren Menschen wurde eine Begegnungsstätte gewünscht, wo sie zu gewissen Zeiten ungezwungen mit ihresgleichen und auch andern zusammentreffen können. Schon nach 2 Monaten konnte der Gemeinderat von Urdorf einen solchen Aufenthaltsraum gratis zur Verfügung stellen: im Mai 1969 fand unter Anteilnahme der Bevölkerung die Einweihung dieser Altersstube statt. Man hat damit von der Gemeinde aus in der deutschen Schweiz Neuland beschritten. Ausländische Erfahrungen lehren, daß besonders in der Gemeinschaft von Altersstuben die Aktivität der älteren Menschen gefördert werden kann. Dank großzügigen Spenden von überall konnte das Lokal von den Mitgliedern selbst in freundlichen Farben gehalten, gediegen und gemütlich ausstaffiert werden. Diese Ausstaffierung machte den Betagten ganz besondere Freude. Die Altersstube liegt zu ebener Erde. Eine eigene, offene Altersstube bietet den Betagten das Gefühl besonderer Geborgenheit. Zwei Mitglieder des Altersklubs Urdorf verwalteten mit sehr viel Geschick die Tagesstätte, in der sich auch eine Küche befindet. Im Gemeinschaftsraum muß immer wieder etwas organisiert werden. Die Altersstube in der Fadmatt 63 ist jeden Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag von 14 bis 18 Uhr offen für weibliche und männliche Besucher ab 60 Jahren. Auf dem schwarzen Brett in diesem Lokal werden die Veranstaltungen vermerkt, die jeweils an einer Monatszusammenkunft beschlossen worden sind. Damit ist die administrative Tätigkeit der Klubleitung auf ein Minimum reduziert worden. Die Altersstube Urdorf ist auch von vielen andern Urdorfern benutzt worden: den Jungen, den Frauen, der reformierten Kirche usw. – Der Altersklub kennt bei seinen Mitgliedern keine fixen Beiträge: jeder trägt finanziell nach seinem Ermessen bei. Die Clubmitglieder können aktiviert werden: entweder an Veranstaltungen, welche für den ganzen Club gedacht sind, oder an Veranstaltungen, welche nur für einzelne Clubmitglieder geplant sind.

## *A. Anlässe für alle Klubmitglieder*

Belehrung und Wissen werden durch Vorträge, Filme, Lichtbilder und sogar Kurse vermittelt. Bei den Veranstaltungen wird den Gruppengesprächen und den Aussprachemöglichkeiten großer Wert beigelegt. Gespräche und Diskussionen sind ein wichtiges Mittel der Aktivierung der Betagten. Wichtig ist, daß immer wieder auf die Vergangenheit zurückgekommen wird. Bei den Klubmitgliedern ist man stets über die große Lernfähigkeit erstaunt. Im Altersklub Urdorf wurde beispielsweise das ganze Raumprogramm für ein künftiges Alterswohn- und Pflegeheim Urdorf durchbesprochen und durchberaten, womit die Betagten in den Entscheidungsprozeß integriert werden. Ein erster Betagtenkurs in Urdorf ist über Erbrechtsfragen durchgeführt worden, worüber ein Klubmitglied, damals Friedensrichter von Urdorf, referierte. Vor einem Jahr lief in Urdorf ein AHV-Rentner-Kurs (fünf Kursnachmitten!), der gemeinsam mit der politischen Gemeinde und den beiden Kirchengemeinden organisiert wurde. Auf Fragebogen äußerten sich die Betagten von Urdorf über das Problem der Dringlichkeit der Einführung konkreter neuer Hilfen und Dienste. Vor drei Jahren wurden an gewissen Samstagnachmittagen ebenfalls spezifische Altersprobleme diskutiert, wobei zuerst immer ein Kapitel des Buches «ABC für alte Menschen» von Dr. Vischer, Basel, vorgelesen wurde.

Sehr beliebt sind im Altersklub «Silberfäde» die Reisen und Ausflüge geworden, die jeweils an den Monatszusammenkünften beschlossen und von den älteren Menschen selbst organisiert werden. Es können so viele Ausfahrten pro Jahr durchgeführt werden, wie es die Mitglieder wünschen. — Gemütliche Stunden mit Gesang, Unterhaltung und Spiel werden sehr geschätzt. Große Bedeutung messen die Betagten dem Singen von Volksliedern bei. An jeder Monatszusammenkunft wird, von einem Klein-Harmonium begleitet, intensiv gesungen. — Jeden Dienstagnachmittag ist in der Altersstube Spielnachmittag. Bevorzugt werden das Jassen, das Lotto und auch Quiz-Veranstaltungen. — Ein Altersklub ohne Feste wäre nur etwas Halbes. Im Mittelpunkt der Feste steht die St.-Niklaus-Feier, die ganz besonders begangen wird. Positive Versuche wurden auch mit der Fasnacht gemacht.

## *B. Anlässe für einzelne Klubmitglieder*

Durch eine zielbewußte Gruppenarbeit kann das Schöpferische wie auch das Musicale in den einzelnen Mitgliedern, zum Beispiel Malen, Zeichnen, Theaterspielen, Gedicht-Rezitation, Gesangsdarbietungen, Basteln usw., angesprochen werden. Der Altersklub Urdorf ist bestrebt, die verschiedenen Begabungen der älteren Mitbürger zu fördern und neue Interessen in ihnen zu wecken. Besondere Aktivität wird dabei von einer Bastelgruppe entwickelt, die von einer früheren Kunstmalerin, ebenfalls Klubmitglied, geleitet wird (Kalender, Kleiderbügel, Adventskränze). Die Bastelgruppe stellte im übrigen zahllose Gegenstände für einen Basar her, dessen Erlös für das geplante Alterswohn- und Pflegeheim Urdorf bestimmt war. Die Klubmitglieder werden hinsichtlich Malen, Zeichnen und Theaterspielen von meiner Frau angeleitet. Dabei stehen auch hier die Ideen der Gestaltung und der Kreativität im Vordergrund. Über diese Bemühungen ist ein Büchlein im Lambertus-Verlag, Freiburg i.B., Deutschland, mit dem Titel «Erfülltes Alter durch reicheres Erleben», verfaßt von Claus D. Eck und Annina Imboden-Henzi, erschienen. Eine Reihe von Klubmitgliedern hat es sich vor geraumer Zeit zur Aufgabe gemacht, Bekleidungsgegenstände für Leprakranke zu stricken.

Neben der Förderung der geistigen Aktivität und der Geselligkeit wird aber auch einer genügenden körperlichen Bewegung die größte Aufmerksamkeit geschenkt. Ein maßvolles Altersturnen für Männer und Frauen wird sich gesundheitlich positiv auswirken und bringt die Teilnehmer menschlich einander näher. Es führt häufig zu gegenseitigen Besuchen in kranken Tagen. Jeden Mittwochnachmittag um 14.30 Uhr findet in der Gemeinde-Turnhalle das Altersturnen des Altersklubs unter Leitung einer Turnlehrerin statt. Auch sonst sollten Betagte viel Bewegung haben. Viel Bewegung trägt zur geistigen Regsamkeit bei. In dieser Richtung gehen auch gemeinsame Spaziergänge in die schöne Umgebung oder gemeinsame Theaterbesuche in Zürich, welche ebenfalls an der Monatszusammenkunft besprochen und bestimmt werden.

### 3. Schlußwort

Selbstverständlich können und wollen nicht alle Betagten aktiviert werden. Aktivierung ist nur möglich, wo dies die älteren Menschen persönlich wünschen. Auch tätige Betagte bedürfen immer wieder der ausreichenden Ruhe und Stille. Aus solchen Zeiten der Einkehr werden wieder positive Kräfte für die Allgemeinheit frei.

In meinen Ausführungen wollte ich die Bedeutung des Alters und der betagten Menschen darlegen. Diese Bedeutung hat Oswald von Nell-Breuning glänzend umschrieben, womit ich schließen möchte:

«In der großen Zahl alter Menschen, die mit dem Freisein von beruflichen Verpflichtungen die Reife einer langen Lebenserfahrung verbinden, besitzt unsere Gesellschaft erstmalig in der Geschichte eine gesellschaftliche Großgruppe, die über Muße verfügt und darum dazu berufen und in der Lage ist, auf wirklich breiter Grundlage die wertvollen Güter unserer Kultur, nicht zuletzt unserer sittlichen und religiösen Kultur, zu pflegen, zu erhalten und an die Nachwelt weiterzugeben. Damit erfüllt das Alter eine hochbedeutsame Funktion für die Gesellschaft.»

Dr. F. Imboden

## Telephonkette als Lebenshilfe

jcw. Niemand muß einsam sein. Gegen die Einsamkeit läßt sich etwas tun. Vor einigen Tagen trafen sich auf Einladung von «*Pro Senectute*» (Stiftung für das Alter) im Restaurant Belvoirpark gegen dreißig ältere Menschen zum *ersten stadt-zürcherischen Telephonkettenfest*. Die Senioren — hauptsächlich Damen, Männer scheinen kontaktscheuer zu sein — lernten sich persönlich kennen; bis anhin hatten sie sich nur per Telefon gesprochen.

In der Stadt Zürich gibt es zurzeit acht Seniorentelephonketten. Die Telephonkette ist eine echte Lebenshilfe, sie gibt den älteren Menschen Sicherheit. Vier bis sechs alleinstehende Betagte, die alle über einen Telephonanschluß verfügen, schließen sich zu einer Gruppe zusammen. Nach genauem Plan ruft einer den andern reihum täglich oder auch nur zwei- bis dreimal wöchentlich an. Die Kette beginnt und endet bei der «Kettenmutter» oder beim «Chef». So versichern sich alle Mitglieder, daß der Partner wohlauft ist. Bleibt ein Anruf ohne Antwort, wird die «Kettenmutter» verständigt, die sich sofort nach dem Grund erkundigt und in Notfällen Hilfe organisiert.