

Zeitschrift: Pro Senectute : schweizerische Zeitschrift für Altersfürsorge, Alterspflege und Altersversicherung

Herausgeber: Schweizerische Stiftung Für das Alter

Band: 35 (1957)

Heft: 4

Artikel: Eindrücke aus einem Altersheim

Autor: M. I.-Z.

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-723622>

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: 07.02.2026

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

leuchtenden Blumenstrauß zu binden, ist nicht jedem alten Menschen beschieden. Wieviel Schuld, wieviel Reue, wieviel Versäumtes bringt ein langes Leben mit sich! Trotzdem — die Wege Gottes auch in vielen kleinen Einzelheiten in seinem Leben zu verfolgen — das ist schön!

Es ist unendlich schwer, das Abgeschenken zu erleben. Mancher zerbricht daran. Und doch kann ein alter Mensch noch manches zum Wert des Lebens beitragen, denn das Alter ist von Gott gewollt, und muss voll gelebt werden.

Müssen wir so vieles aufgeben? Dazu zwingt jeden Einsichtigen die Welt. Aber wir alte Menschen wollen uns den verständnisvollen Blick für die Umgebung nicht trüben lassen. Denn es gibt keine «gute, alte Zeit», es gibt nur ein Leben in tausend Verwandlungen.

Die Bilder, die sich unserem Gedächtnis einprägen, sind keine photographischen Aufnahmen, deshalb sind wir oft bei dem Wiedersehen einer lieben Gegend derart enttäuscht. Wir glaubten, uns an alles zu erinnern — und doch waren es nur Bilder unserer Phantasie, die in uns wohnten. Ebenso ist es mit der Vorstellung von der «goldenem Jugendzeit» und der «guten, alten Zeit», die ganz anders gewesen sind, als wir es heute meinen.

Solange der Mensch eine Aufgabe hat, lebt er. Und um Aufgaben braucht niemand zu bangen, der sein Leben aus Gottes Hand nimmt. Auf jeder Stufe dieses Lebens sind sie verschieden, aber sie finden sich immer, wenn wir nach ihnen Ausschau halten.

Eindrücke aus einem Altersheim

Die Reaktion von Bekannten und Verwandten auf die Mitteilung, dass man sich entschlossen habe, in ein Altersheim einzutreten, ist im allgemeinen eine heftig abwehrende und abratende. Mein acht- und sechzigstes Altersjahr hatte sich vor zwei Monaten bereits erfüllt. Es war durchaus nicht mehr zu früh, fand ich. Der erstaunte und ungläubige Blick, mit dem man meine Erscheinung musterte, hätte mich nun eigentlich ein wenig eitel machen können.

«Was? — Du willst schon in ein Altersheim? Du wirst bald genug wieder den Verleider bekommen . . . nach allem, was man da so hört.»

Eine andere: «Nie im Leben ginge ich in ein solches Heim! Man ist doch für seinen Bekanntenkreis vollständig erledigt, sobald man in einer solchen „Herberge“ lebt.»

«Man versimpelt ja unausweichlich unter all diesen greisenhaften Menschen.» (Die beiden Frauen, die so sprachen, waren dreiundsechzig und achtzig Jahre alt.)

«Was für eine vernunftlose und verwerfliche Einstellung! Ein betagter Mensch braucht doch noch lange nicht ein Greis zu sein und schon gar nicht ein seniler . . . schämt ihr euch eures Alters? Seit wann ist es eine Schande, älter oder alt zu werden?»

Das grosse, klosterähnliche Gebäude liegt inmitten eines grossen Gartens und der Blick schweift über weite Matten mit reichem Baumbestand. Waldbäume rauschen über ihm und in der Tiefe murmelt ein zahmer Bach zwischen niedrigen Ufern.

Sauberkeit, ja wohlende Gepflegtheit umfängt die neu Eintretende. Schön ausgestattete Aufenthaltsräume, die Wandbekleidungen leuchten matt in ihrem polierten Weiss, glänzend gebohnerte Gänge, und im Büro empfängt sie die freundliche, weisshaarige Oberin und entbietet ihr mit einem herzlichen Händedruck den Willkommensgruss.

*

Nun sind fünfzehn Monate seit meinem Eintritt vergangen. Das Heim ist wirklich gut geführt, ist sehr sauber gehalten. Die Einzelzimmer sind wohl etwas klein, aber sonnig und hell. Alle Zimmer haben eine eingebaute Waschtoilette mit fliessendem Wasser, einen kleinen Wäscheschrank und einen geräumigen, eigenen für die Kleider im Korridor. Die Ernährung ist einfach, ausreichend und, an dem bescheidenen Pensionspreis gemessen, sogar gut.

Altersheime sind nicht nur eine segensreiche Einrichtung, sie entsprechen auch einem dringenden, sozialen Bedürfnis.

Wo würden die vielen Gebrechlichen, die Seh- und Gehörbehinderten, wo die geistig leicht Gestörten, wenn sie hochbetagt sind, noch unterkommen, bei der Ueberfüllung der Spitäler und Nervenheilanstalten? In einem solchen Heim wirken sie unter mehreren Schicksalsgenossen nicht einmal störend. Sie sind doch irgendwo daheim, sie sind nicht verlassen, wenn sie bettlägerig werden und

werden von einem menschenfreundlichen, geschickten Arzt behandelt und besucht.

Die Beziehungslosigkeit der Menschen untereinander ist ein tief bemühendes Merkmal der Gegenwart! Denn es lässt sich nicht leugnen, dass bei vielen eine grollende, heimliche Unzufriedenheit vorherrscht. Was ist der Grund für diese heillose, innere Verbitterung? Es ist, wie ich glaube, die Unzufriedenheit mit sich selber. Sie resignieren, sie lassen sich fallen, schrecken vor jedem frischen Windhauch zurück, zeigen für nichts mehr Interesse als für die eigenen kleinen oder grössern Gebresten, und weil da eine gewisse seelische Leere wohl immer bestanden hat, geraten sie ins Kritisieren. Das heimliche Flüstern beginnt in den Gängen und Zimmern, kurzum der Klatsch. Dies ergibt dann jene typische Altersheim-Atmosphäre, der sich der noch einigermassen Gesunde unbedingt entziehen muss!

Und es gibt ja neben diesen unerfreulichen Eindrücken auch viel Erfreuliches. Die alte Dame ist da, deren Anblick für mich immer eine wahre Augenweide ist, besonders wenn sie im Garten sitzt und die Abendsonne ihren seidig-weissen Scheitel überstrahlt und ihr stilles, schönes, weisshäutiges Antlitz. Der veilchenfarbene Seidenschal kleidet sie so gut zu ihrem schwarzen Kleid. Und der freundliche Herr, der trotz seinen zweiundneunzig Jahren noch täglich, bei Regen und Sonne, seinen Spaziergang macht. Dann der Hochbetagte aus Solothurn, der mir bei meinem Eintritt im letzten Frühjahr die ersten Sternblumen des Waldes überreichte.

Sinnvolle Gestaltung des Lebens in den späten Jahren? Am ehesten mag sie wohl jenen gelingen, deren Dasein ein in der Erfüllung freiwillig übernommener Pflichten und im Schaffen — ausgefülltes war. Und die nun rechtschaffen müde sind und es sein dürfen. Oder jenen, die einen festen tiefen Gottesglauben besitzen. Menschen, die nicht allzusehr vom Schicksal verwöhnt wurden oder die Leid und Glück zutiefst erlebt haben. Auch für diese kann das Alter schön sein, vielleicht sogar die schönste Zeit ihres Lebens. So kann ja auch ein Mensch, der sich immer eins fühlt mit der grossen Mutter Natur, im Alter nie arm, nie einsam werden, denn er besitzt einen unerschöpflichen Born des reinen, unzerstörbaren Glückes in sich selbst.

Was könnte ein besseres Sinnbild sein von unserm eigenen Leben als der Wandel der Jahreszeiten . . . im Blühen und Werden, im

Reifen und Welken, im Ruhen unter winterlicher Erde und in der Auferstehung im ewig wiederkehrenden Frühling?

Wir brauchen weder zu resignieren noch untätig zu verdämmern, wenn wir alt werden oder es schon sind.

Es gibt so vieles, was den Tag auch von Heiminsassen nützlich oder froh gestalten kann: ein Waldspaziergang in der Morgenfrühe oder im Schein des Abendlichtes, das Lesen eines interessanten Buches, ein Viererjass, Handarbeiten oder Basteln, eine Seefahrt, der Besuch eines wertvollen, schönen Filmes, das zeitweilige Zusammensein mit lieben, alten Freunden beim Kaffee oder, nicht zuletzt, die Hilfsbereitschaft gegenüber dem Nächsten.

Wir wollen es freudig bejahen, das Alter! Für jene, denen es vergönnt war, innerlich zu reifen, kann es sogar Glück bedeuten ... Gnade ist es auf jeden Fall.

Wir brauchen uns des Alters nicht zu schämen und dürfen zu unsren Jahren stehen ... denn wir wollen gar nicht zu denen gehören, die es in falscher Selbsttäuschung leugnen und verleugnen.

Jenes Wort, das einmal ein indischer Arzt geprägt haben soll: «Nimm den Menschen die Angst vor dem Altern und das Alter wird seinen Stachel verlieren», scheint mir kein gutes, nicht einmal ein sehr vernünftiges Wort. — Warum denn Angst haben vor dem Alter, wenn wir doch alle wissen, dass uns allen nur eine bestimmte Zeit gegeben und der Tod allem Lebenden bestimmt ist?

Besser für die Betagten oder Hochbetagten, die nie wissen können, wann ihre Stunde kommt, scheint mir jener Ausspruch von François de Sales: «Il nous faut découdre chaque jour un peu, pour ne pas avoir besoin à déchirer au dernier.» Was in der Uebersetzung ungefähr heisst: «Wir sollten jeden Tag ein wenig auftrennen, damit wir, am letzten Tag unseres Lebens, nicht zu zerreißen brauchen.»

M. I.-Z.

Sinnvolles Alter

Vom 30. Juli bis 3. August 1956 tagte in Bad Gastein (Oesterreich) der Internationale Verband für Innere Mission und Diakonie. Thema der Tagung war das Altersproblem. Es sprachen Miss Kathleen Proud aus London über «Alterspflege und Altersfürsorge in England», Rev. Lewis Cameron aus Edinburgh über «Seelsorge für die Alten und die spezielle Betreuung des Heims» und Dr. A.