

**Zeitschrift:** Pro Senectute : schweizerische Zeitschrift für Altersfürsorge, Alterspflege und Altersversicherung  
**Herausgeber:** Schweizerische Stiftung Für das Alter  
**Band:** 42 (1964)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Ferienwoche auf Hof de Planis ob Schiers GR  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-722887>

### **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:** 11.01.2026

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

tung für das Alter in St. Gallen. Die Aktion war ein Erfolg, die alten Leute (Aelteste 84 Jahre) erholten sich sichtlich und kehrten mit viel Dankbarkeit im Herzen nach zwei Wochen heim. Im folgenden Jahr, 1963, arrangierten wir eine Alterskolonie von Leuten unserer beiden Gemeinden. Den Transport übernahmen unsere Autobesitzer hin und zurück gratis, den Aufenthalt stiftete unser Stiftungsrat in gleicher Weise wie im Vorjahr. Die Pensionäre mussten für 14 Tage Fr. 75.— für Verpflegung bezahlen, Bedürftige wurden von der Gemeinde unterstützt. In beiden Kolonien amtierte meine liebe Frau als Köchin und ich übernahm das Organisatorische, Wareneinkauf usw. Im ersten Jahr stellten sich zwei Krankenpfleger aus Zürich freiwillig zur Verfügung, letztes Jahr opferte unsere Gemeindeschwester ihre Ferien zu diesem Zweck.

Wir organisierten diese Altersaktion aus zwei Gründen. Wir durften jeweils beim Jahresabschluss so gute Ergebnisse feststellen, dass wir uns verpflichtet fühlten, der Öffentlichkeit in dieser Form unsern Dank darzubringen. Und dann merkten wir, dass die alten Leute Ferien und Klimawechsel nicht nur zur körperlichen Erholung, sondern auch zur geistigen und seelischen Auffrischung nötig haben. Jeder Tag war ihnen Geschenk, jeder Tag endete mit Frohmut, Gesang und Spiel.

Das Motto «Freude, die wir andern geben, kehrt ins eigene Herz zurück» und das Wort unseres Herrn und Meisters Jesus Christus «Dienet einander, ein jeglicher mit der Gabe, die er empfangen hat», war unser Leitgedanke.

Ich gehöre mit meinen 75 Jahren selbst zu den «Alten», da ich mich geistiger und körperlicher Rüstigkeit erfreue, fühlten meine liebe Frau und ich uns verpflichtet, den Dank unserem Schöpfer in dieser Weise darzubringen.

Vielleicht gibt dieser Brief an andern Orten Anregung zu ähnlichem Vorgehen. Dann hat er seine Pflicht erfüllt. Mit besten Grüßen und Wünschen

Erika und Carl Bolt-Bühlmann, Wier, Ebnat-Kappel

## **Ferienwoche auf Hof de Planis ob Schiers GR**

Vorbei ist sie, die *Erholungswoche für betagte Frauen und Männer*, wie sie auf dem Programm so schön zu lesen war. Die Stiftungen «Für das Alter» und «Hof de Planis» haben sie vorbereitet

und durchgeführt. Mehr als 20 alte Leuten aus allen Schichten und Verhältnissen waren oben, haben sich kennengelernt, sich gefreut und sich erholt. Die älteste Person bald 90 Jahre, Durchschnittsalter 75.

Liebe Leute aus Arbeit und Beruf heraus sind zu uns herauf-«gestiegen», haben uns herrliche Gaben geboten, Gaben die helfen wollen, die alten Tage und Sorgen zu tragen, echte «Alters-trünklein» haben sie uns gereicht.

Schon die Einleitung war vielverheissend. Herr Pfarrer Preisig aus Schiers hat es sich nicht nehmen lassen, dem alten Völklein oben auf luftiger Höhe am Sonntag eine gehaltvolle Abendpredigt zu halten. Im Anschluss daran erfreute uns die Pfarrfamilie noch mit prächtiger Musik. Einmal sprach die erfahrene Fürsorgerin, Schwester Eva Conrad, zu uns über «Die letzten Lebensjahre im Altersheim oder in der Familie». Sie ist die gegebene Person, all die Schwierigkeiten, die Nöte und Sorgen, die allüberall im Alter entstehen, mit den betroffenen Leuten zu besprechen, zu beraten und zu zeigen, wie sie behoben oder doch erleichtert werden können. Von Frau Pfarrer Ragaz erfuhren wir in ebenso trefflicher Weise, wie das Problem «Die Grosskinder und die Grosseltern» zum Wohle beider Teile am ehesten gelöst werden kann. Selber eine erfahrene Grossmutter, konnte sie überaus wertvolle Ratschläge erteilen. Am Donnerstag weilte Herr Pfarrer Maurer aus Brüttisellen unter uns. Dieser ehrwürdige Greis, der bekannte Verfasser sehr wertvoller Bücher und Schriften, der ein reiches Leben, ein Leben über 80 Jahre, hinter sich hat, war entschieden der Mann, der uns Antwort geben konnte auf die Frage «Hat mein Leben noch einen Sinn?». Er hat sie uns gegeben in einer Weise, wie sie besser kaum gegeben werden kann. In Dutzenden von Beispielen, die dahergesprudelt sind wie aus einer Brunnenröhre, hat er gezeigt, ja eben aufgezeigt, wie auch das Leben im Alter noch einen Sinn hat. Herr Pfarrer Kessler, der erfahrene Arbeiter in der Stiftung für das Alter, ohne den man sich diese Wochen auf de Planis nicht denken kann, zeigte uns zum Abschluss eine Reihe Farben-Lichtbilder aus der engeren und weiteren Heimat, sie waren ein erquickender «Nachtisch». Ja, sie haben uns viel geboten, diese opferwilligen Mitmenschen — ich brauche absichtlich den üblichen Namen nicht —, denn sie sind uns eben mehr gewesen als bloss Vortragende. Eine ungezwungene, schlichte Ansprache hat jeweilen das Gebotene noch

vertieft. Aeusserlich sind wir natürlich auch nach all den schönen Worten die gleichen geblieben. Immer noch Hinkebein, Runzelgesicht, übelhörig, gedächtnisarm, sehr schwach, weisshaarig und was alles zum Alter gehört. Aber innerlich sind wir sicher ein klein wenig gewachsen, reicher und reifer geworden. Wir danken! Daneben hatten wir viel Zeit für uns, obwohl die strenge Leitung auf de Planis für sehr späte Tagwacht und frühen Zapfenstreich sorgt. Wir lebten eben nach dem Wahlspruch: Gott hat uns die Zeit gegeben, von Eile hat er nichts gesagt. Zeit, viel, viel Zeit! Gelesen haben wir, wachend geträumt, gesungen, immer wieder gedankt; wir haben geplaudert — viel geplaudert natürlich, wenn 75 % der «Belegschaft» Frauen sind — auch gewandert sind wir, mehr oder weniger weit, haben allerlei Spiele gelernt, sogar getanzt oben auf Mottis — und wie!

Doch alles wäre nicht so köstlich gewesen, wenn nicht unsere Leiterin, Fräulein Saurer, immer im Mittelpunkt gestanden hätte. Jeden Morgen begrüßte sie uns mit strahlenden Augen; mit dem gleichen Sonnengesicht wünschte sie abends jedem eine gute Nacht. Zwei junge, arbeitsfreudige, liebenswürdige Mädchen aus Dänemark sind ihr treu zur Seite gestanden; sie haben in bester Weise für unser leibliches Wohl gesorgt. Allen dreien gilt unser herzlichster Dank.

Nun sind wir wieder daheim, jedes an seinem Plätzchen in Familie oder Heim. Wir wollen versuchen, fröhliche Christen zu sein oder zu werden, wir möchten zeigen, dass auch unser Leben noch einen Sinn hat!

-y.

## **Ferienwoche für ältere Gemeindeglieder**

Das Bedürfnis zur Durchführung einer Ferienwoche für ältere Gemeindeglieder zeichnete sich schon vor einigen Jahren ab, indem an den Ferienwochen für jüngere Mütter immer mehr ältere, alleinstehende Frauen teilnahmen. Nach einer Umfrage am Altersnachmittag zeigte sich, dass sich genügend Gemeindeglieder zur Durchführung einer besonderen Woche für Männer und Frauen ab 60 Jahren interessierten. Bei dieser Gelegenheit wurde auch offenkundig, dass sich die Interessenten am liebsten nicht zu nahe am Wohnort und in einer eher ruhigen Umgebung für die Ferien aufhalten möchten. Wir fanden darauf eine schöne