

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

Herausgeber: Schweizerische Stiftung Für das Alter

Band: 43 (1965)

Heft: 3

Artikel: Alte Frauen lernen schwimmen

Autor: [s.n.]

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-721984>

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>

Kontakten zusammenzuführen und zu diesem Zweck über die Landesgrenzen hinaus ein europäisches Ferienprogramm zu schaffen. Hierin lag der Kernpunkt des Treffens von Gandersheim; deshalb wurde eine Kommission gebildet, in welcher jedes Land — auch die Schweiz — vertreten ist, um für die im Oktober in Luxemburg stattfindende Sitzung der EURAG das Ferienprogramm 1966 vorzubereiten. Wenn auch die Alten-Selbsthilfe im Vordergrund steht, ist es unvermeidlich, dass der Staat Zuschüsse leistet; im Vordergrund steht jedoch der Grundsatz:
Der Staat soll uns nicht erhalten, der Staat soll jedoch Zuschüsse leisten.

So sind denn die schweizerischen Delegierten, die dem Zentralsekretariat der Stiftung «Für das Alter» einen eingehenden Bericht über die Tagung vorlegten, zur Ueberzeugung gelangt, dass

1. die Schweiz nicht ausserhalb dieser neuartigen Bestrebungen bleiben darf,
2. die Schweizerische Stiftung «Für das Alter» sich an dieser sogenannten «offenen Altershilfe» beteiligt, sich an der demnächst stattfindenden Sitzung der EURAG beteiligt und den Beitritt zu diesem europäischen Gebilde beschliesst,
3. die Stiftung sich an den bereits im Gange befindlichen Vorbereitungen für das Ferienprogramm 1966 zugunsten Betagter beteiligt und die hierfür nötigen Hilfskräfte zu gewinnen sucht.

Gedenken wir dabei der interessanten und eindrucksvollen Ausführungen «Ferien für alte Menschen» von Herrn Dr. A. L. Vischer, die im Heft Nr. 3/1964 der «*Pro Senectute*» erschienen sind.

A. Hegner, «Aktion P», Bern

Alte Frauen lernen schwimmen

Unsere Mitarbeiterin Pia in Winterthur schickt uns den nachfolgenden Bericht, dem wir in der nächsten Nummer einen Artikel über das Turnen im Alter folgen lassen.

Zwei Grossmütter aus dem Winterthurer Grossmütterkurs haben diesen Sommer schwimmen gelernt. Die eine Frau ist 58 Jahre, die andere 65 Jahre alt. Alle anfänglichen Ängste missachtend, wagten sie die allerersten Schwimmversuche. Lustige Wasserspiele waren der Anfang. Und dann wurde mutig probiert und stets von neuem probiert, sich der tragenden Kraft des Wassers und der Leiterin anzuvertrauen. Und auf einmal geriet es. Zuerst

mit nur zwei bis drei Zügen. Dann immer mehr und mehr. Und jetzt schwimmen beide den Brust- und Rückenschwumm. Und eine der Grossmütter wagt sich sogar in die Tiefe. Jeder grössere und mutige Fortschritt wurde zum Fest und mit Café im Schwimmbad-Restaurant gefeiert.

Dankgedicht

Es ist kein Nutzen, kein Vorteil fürs Land,
denn immer mehr wird «Soziales» verlangt.
Helfen und Geben für kurz oder lang
und vieles gewährt von wohltätiger Hand.

Man dachte früher nicht daran,
dass man über *sechzig* werden kann;
und viele trösteten sich dann:
Mein Spargut reicht — bis ich sterben kann.

Viele — heut' über achtzig Jahre —
machten sich als Junge schon zur Pflicht
zu sorgen für die alten Tage,
denn — Almosen — nein, die möchten sie nicht.

Ueber die Zahl der Lebensjahre
bestimmt eine höhere göttliche Macht;
es kommen und gehen die Jahre
und — so — machen's Ersparnisse auch!

Nun hat das Schicksal geschlagen,
zu Ende ist unsere Kraft.

An wen nun sollen wir's wagen,
der Hilfe in Not uns verschafft?

Die Stiftung «Für das Alter»
von freiwilligen Spenden genährt,
hat vielen von uns Alten
eine freudige Gabe gewährt.

Wir dürfen im Alter nicht klagen —
so viel wird für uns getan,
und allen möchten wir danken,
die geben ihr Scherlein daran!

Ida Portmann-Weber, Romanshorn (geb. 1876)