

**Zeitschrift:** Pro Senectute : schweizerische Zeitschrift für Altersfürsorge, Alterspflege und Altersversicherung  
**Herausgeber:** Schweizerische Stiftung Für das Alter  
**Band:** 45 (1967)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Grossmütterkurs an der Elternschule Winterthur  
**Autor:** Hardmeier, Lydia  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-721845>

### **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:** 31.01.2026

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

*Abschliessend* kann gesagt werden, dass wir in der Werkstatt und im Tagesheim bereit sind, vorübergehend und falls es erwünscht ist, bei der Gestaltung und Vertiefung des Lebens mitzuhelfen. Unsere Absicht ist aber, dass die Leute wieder Selbstvertrauen gewinnen und Verantwortung übernehmen können, damit sie so lange als möglich geistig und körperlich unabhängig bleiben und damit sie die positiven Werte des Alters sehen und schätzen. Wenn *Jerome Kaplan* das Alter als ein soziales Problem betrachtet, so können wir dies nach Beobachtungen und Erfahrungen in Werkstatt und Tagesheim nur bestätigen. Wahrscheinlich liesse sich auf diesem Gebiet noch vieles verbessern, besonders in Zusammenarbeit mit andern Disziplinen. Dann brauchten auch die Jahre des Alters weniger gefürchtet zu werden. Wir kämen dann möglicherweise sogar soweit, dass wir in den Jahren der Reife auch positive Seiten sähen.

## Grossmütterkurs an der Elternschule Winterthur

In «Pro Senectute» ist schon lange kein Bericht mehr erschienen über den Grossmütterkurs in Winterthur. Ist der Kurs eingeschlafen? Keine Rede davon. Ganz im Gegenteil. Der Kurs geht Winter um Winter weiter und ist lebendiger denn je.

Es stossen wenig neue Teilnehmerinnen hinzu. Und die alte Gruppe hat sich mehr und mehr zusammengeschweisst. — Der Teilnehmerinnendurchschnitt bewegt sich zwischen 20—24 Grossmüttern und Witwen im Alter von 60—80 Jahren. Es gibt auch öfters Absenzen wegen Krankheit. Wenn sich ein lange weggebliebenes Glied neu in die alte Gemeinschaft zurückfindet, dann wird es oft mit Händeklatschen und mit einem fröhlichen Gesang begrüsst nach der Melodie «Es ging ein Bauer ins Holz».

- |  |   |
|--|---|
| 1. Willkommen in unserm Kreis:<br>Ja, ja, wir freuen uns!<br>Willkommen in unserm Kreis: | 4. Wir reichen einander die Hand:<br>Ja, ja, wir freuen uns,<br>zu reichen einander die Hand: |
| 2. Wir nehmen einander an:<br>Ja, ja, das üben wir,<br>wir nehmen einander an:           | 5. Tralalalalalala:<br>Ja, ja, das wissen wir,<br>durch Liebe wird man froh:                  |
| 3. Durch Liebe wird man froh:<br>Ja, ja, das wissen wir,<br>durch Liebe wird man froh:   |   |

L. H.

Fröhliches Turnen, Atemübungen, Ball- und Lachgymnastik, Kreisspiele und einfache Schlagzeugrhythmen erheitern auf verblüffende Weise jeweilen den Anfang eines Kursnachmittags.

Im Spiel vergisst der Mensch sich selbst, und ganz unwillkürlich stellt sich der gegenseitige, fröhliche Kontakt ein.

Nach Spiel und Turnen wird eine Stille von drei Minuten eingeschaltet, die nicht als religiöser Zwang, sondern als freie persönliche Entspannung und Einkehr sehr geschätzt wird.

Diesen Winter haben wir zwei Themenkreise besprochen:

1. *Gute und schlechte Reaktionen auf Lebensereignisse*

- a) bei uns selbst,
- b) in bezug auf die Andersartigkeit des Mannes,
- c) auf unsere erwachsenen Söhne und Töchter und Schwiegerkinder,
- d) auf unsere Enkelkinder.

2. *Alte Massstäbe für neue Zeiten*

- a) bei uns selbst,
- b) bei den Jungen,
- c) bei den Enkelkindern.

Es ist erstaunlich wie ansprechbar alternde Menschen sind für solche Themen, sofern sie nicht theoretisch, sondern ganz aus dem täglichen Leben heraus behandelt werden. Von Kurs zu Kurs sind die Aussprachen offener und freier geworden, weil das Vertrauen und die Kameradschaftlichkeit untereinander stärker geworden sind. Probleme werden in der Regel nicht gerne oder nur ganz privat besprochen. Neue Ausblicke und Wegweiser zu andern Verhaltensarten im Zusammenleben mit den Jungen werden hingegen gerne angenommen und in der Praxis geübt. Am meisten Anklang findet die Festgestaltung. Einstimmig wird gewünscht, dass der Grossmütterkurs als Vorbild zur Programmgestaltung in andern Stadtteilen auftritt, um Altersstubeten fröhlich und heiter zu gestalten. Dabei wird wenn möglich eine Kindergärtnerin mit etwa zehn Kindern zur Auflockerung herbeigebeten.

Im Februar 1967 starteten wir zu einem Unterhaltungsnachmittag in das Pflegeheim Wülflingen. Es lässt sich kaum beschreiben, was für Spass und Freude uns Grossmüttern die Vorbereitungen und erst recht die Aufführung machten.

Das Verkleiden scheint uns alte Leute ebenso zu begeistern wie die Kinder. Ich lasse hier einen Teil des vielseitigen Programms zu Worte kommen, obwohl es auf dem Papier ohne Farbe und

1. Heitere Begrüssung durch eine Grossmutter aus dem Kurs.
2. Turnen der Grossmütter.
3. Turnen der Kinder.
4. Lied der Grossmütter mit Schlaginstrumenten.
5. Kinderreigen mit viel Farbeffekten.
6. Volkstanz der Grossmütter: mit roten Kopftüchern und weiss und schwarz gestreiften Halbschürzen.
7. *Eine Kinderhochzeit* mit Braut im Schleier, Bräutigam im Zylinder und Kindergefolge und Hochzeitslied.
8. *Kaffeelied der Grossmütter*. Sechs Grossmütter, geschmackvoll verkleidet mit hellgrauen, grossen Schürzen und bunten Umhängetüchern, zwischen den Knien alte Kaffemühlen, mahlen echten Kaffee, so dass es knirscht und riecht wie in der guten, alten Zeit. Eine weitere Gruppe der Grossmütter steht hinter der kaffeemahlenden Gruppe, mit feuerroten Deckeli und singt: Bi so glückli, tralalalala, wenn i es Tässeli Kafi ha.
9. Zehn Kinder unter rotem Regenschirm singen ein Regenslied.
10. Grossmutter und Grossvater unter einem riesigen, farbigen Marktschirm singen ein Liebeslied.
11. Kinder blasen rote Ballone auf in einem Blasewettbewerb.
12. Und dann folgt der Gipfel! Eine Modeschau mit Kleidern aus dem letzten Jahrhundert, mit passender Tanzmusik! Grossartig war das. Lustig und schön zugleich. Und zwischen den einzelnen Nummern sangen die Insassen des Wülflinger Heimes altbekannte Lieder, z. B.: «Hab' oft im Kreise der Lieben», «Es Burebüebli», «Im schönsten Wiesengrunde», «Freut euch des Lebens».

Invalide Männer und Frauen in Rollstühlen, Zittrige und Sprachbehinderte liessen sich von den alten Liedern hinreissen und sangen mit. Eine begabte Musikerin, Frau Anny Wildermuth, improvisierte in mitreissender Weise alte Gesänge am Klavier, so dass sich die Fröhlichkeit wie eine herrliche Ansteckung von Mensch zu Mensch übertrug. Eine gebückte, alte Frau kam nachher zu uns Grossmüttern, schüttelte vielen von uns die Hände und erklärte mit strahlendem Gesicht: «Jetzt läb i wieder gern!» Dies ist wohl das allerbeste an unsern Kursen, dass da und dort die verschüttete Lebensfreude wieder hervorbricht und dass Menschen, die zeitlebens fast nur Arbeit und Sorgen kannten, wieder fröhlich zu werden vermögen.