

Zeitschrift: Pro Senectute : schweizerische Zeitschrift für Altersfürsorge, Alterspflege und Altersversicherung
Herausgeber: Schweizerische Stiftung Für das Alter
Band: 49 (1971)
Heft: 1

Rubrik: Alterspflege

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>

Herr W. Lerch, Chef der Abteilung Altersplanung und Altersgestaltung des Kantonalkomitees Zürich der Stiftung «Für das Alter», hat uns über die 1970 vom Komitee durchgeführten individuellen Ferienangebote, verbunden mit dem erstmaligen Einsatz von soz. Seniorenhostessen, einen Bericht zugestellt, der ausführlich Auskunft über wesentlich damit zusammenhängende Probleme gibt. Aufschlussreich und ermutigend ist auch die Auswertung der Ferien gemessen am Urteil des direkt beteiligten Betagten. Dr. F. Imboden-Henzi stellt in seinem Beitrag fest, wie wichtig die Aktivierung der Betagten ist und zeigt diese Notwendigkeit insbesondere am Beispiel einzelner Dienste, wie die «Aktion P» oder die Altersklubs.

Die Redaktion

Ferien für ältere Menschen

1. Welches sind die Ueberlegungen, die zu einem speziellen Ferienangebot für Betagte führen?

1.1 Aktivierung/Anregung:

Mit dem Altwerden schränkt sich naturgemäss der geistige Horizont ein. Nur zu leicht geraten viele Betagte in einen grauen Alltag; sie überlassen sich passiv ihrem Schicksal und dem Bewusstsein, man habe alles erlebt, was es zu erleben gibt, und man habe alles gesehen, was zu sehen möglich ist. Die Zeit wird zur gestaltlosen Masse. Ein vorzeitiges Welkwerden bleibt dann nicht aus. In diesem Zustand kommt es zur Vereinsamung, die Leute verbohren sich in sich selbst und verfallen einer geistigen Verarmung.

Abwechslung vermag zur Verhütung dieser Fehlentwicklung einen wesentlichen Beitrag zu leisten. Nach Forschungen eines englischen Nervenarztes ist Abwechslung ein kräfteerneuernder Faktor, der den geistigen Zerfall aufzuhalten vermag. Durch neue Anregung und durch einen Wechsel bleiben die Alten vor Erstarrung und vor dem Erlahmen des Selbstbewusstseins bewahrt.

1.2 Gesundheit

Der Körper des alternden Menschen ist anfälliger für allerlei Krankheiten. Ein gelegentlicher Klimawechsel stärkt die Abwehrkräfte oder befördert den Gesundungsprozess.

1.3 Anstoss geben/Sicherheit vermitteln:

Viele Betagte benötigen zum Ferienmachen einen äusseren An-

stoss. Sie sehen oft Schwierigkeiten: es fällt ihnen zum Beispiel schwer, sich zu einem Entschluss durchzuringen und die gewohnten Bahnen zu verlassen. Oft befürchten sie, es könnte ihnen auf der Reise etwas zustossen, irgendeine Gesundheitsstörung könnte sich einstellen oder etwas Unvorhergesehenes könnte sich ereignen.

1.4 Beitrag zur Hebung der Stellung der Betagten in der Gesellschaft:

Betagte fühlen sich, und sie sind es sehr oft auch, ausgeschlossen von vielen Möglichkeiten der Jüngeren. Das ist einer der Gründe, dass die Jungen das Alter so wenig erstrebenswert finden. Es gilt, das Image des Alters zu heben.

1.5 Umfragen unter alten Menschen

haben ergeben, dass ein starkes Bedürfnis besteht, etwas zu erleben. Vergleiche mit andern Ländern, z. B. Schweden, zeigen, dass dort, wo ein Angebot für Altersferien seit langem besteht, rund 75 Prozent der Betagten Ferien machen. Bei uns dürften es maximal 30 Prozent sein.

1.6 Beschränkte finanzielle Mittel:

Der Betagte verfügt in den meisten Fällen nur über sehr beschränkte finanzielle Mittel. Er ist auf ein preislich günstiges Angebot angewiesen, manchmal aber auch auf Gratisferien.

2. Was für Angebote bestehen heute:

2.1 Für den gesunden, an Ferien gewohnten, finanziell unabhängigen Betagten:

— Alle Ferienangebote der Reisebüros. (Nicht speziell auf Betagte ausgerichtet! Evtl. ändert sich das, wenn der «Markt der Alten» entdeckt wird.)

— Angebot des Schweizerischen Hotelierverss «Saison für Senioren».

2.2 Für den gesunden, ferienungewohnten Betagten:

— «Ferienangebot für ältere Menschen» der Stiftung «Für das Alter» (unter Punkt 3 näher beschrieben).

— Gemeindeferienwochen (Gruppenferien mit festem Programm, organisiert durch Stiftung «Für das Alter», die Kirchgemeinden, Frauenvereine usw.

2.3 Für Rekonvaleszenten, kränkliche Betagte:

- Aerztlich geleitete Kurhäuser und Ferienheime.
- Erholungsheime.

2.4 Für körperlich behinderte Betagte:

- Ferienwochen der Rheumaliga.

2.5 Für Betagte in Heimen

(die sich *nicht* an einem der bereits genannten Angebote beteiligen können, weil zu unselbständig, leicht pflegebedürftig, das Geld nicht ausreicht).

- Heimaustausch, organisiert durch die Stiftung «Für das Alter». Im Mai 1971 findet eine erste derartige Aktion statt.

2.6 Für Betagte, die grössere Reisen machen können und wollen:

- 1971 wird die Stiftung «Für das Alter» vier grosse Reisen anbieten: a) zweimal nach Capri; b) zweimal an die Riviera. Das Programm ist auf die Möglichkeiten der Betagten ausgerichtet und bietet Dienstleistungen, die ein übliches Reisebüroangebot kaum enthält.

3. Hotelferien mit Seniorenhostessen

Seit rund drei Jahren bietet der Schweizerische Hotelierverein allen AHV-Rentnern verbilligte Pauschalferien an. Das an und für sich grosszügige Angebot konnte sich nie recht durchsetzen. Warum nicht? Der gesunde, feriengewohnte alte Mensch findet sich im Hotel schnell zurecht und weiss seinen Urlaub zu gestalten. Die günstigen Preise ermöglichen es aber auch Leuten ohne oder mit geringer Hotelerfahrung, nun im Alter einmal «richtige» Ferien zu machen. Diese ferienungewohnten Gäste (sie dürften die grosse Masse ausmachen!), sitzen untätig im Hotel. Sie sind unsicher, gehemmt und wagen sich kaum einmal vor das Hotelportal. Am Ende der Ferien haben die alten Gäste zwar ihr Geld ausgegeben, aber nichts erlebt. Sie sind enttäuscht. Gähnende Langeweile veranlasste den einen oder andern Senior, den langersehten Ferienaufenthalt vorzeitig abubrechen. Essen und schlafen kann man billiger zu Hause.

Erstmals im Jahre 1970 hat das Zürcher Kantonalkomitee der Stiftung «Für das Alter» ein «Ferienangebot für ältere Menschen» gemacht, das die «Saison für Senioren» des Hoteliervereins ergänzt.

In sechs Hotels, vom einfachen bis zum komfortablen, verteilt über die ganze Schweiz, wurde ein «guter Geist» plziert, das

heisst freiwillige Helferinnen, die sich um die alten Gäste kümmern. Solche Allroundhelferinnen gibt es heute ja auf den verschiedensten Gebieten. Wir kennen die Air- und die Groundhostess, die Bank-, Mietwagen- und Reisebürohostess. In Warenhäusern, Ausstellungen und Fabriken begegnen wir den attraktiven jungen Damen ebenfalls. Sie erteilen Auskünfte, organisieren Anlässe und helfen den Kunden und Gästen, wenn diese sich in einer ungewohnten Situation nicht zurechtfinden. Es ist also naheliegend, dass die Helferin der Stiftung «Für das Alter» zur «Seniorenhostess» wurde. Sie kann den Betagten die unterhaltenden Ferienerlebnisse aufzeigen, die Kontakte unter den Gästen fördern und, wenn nötig, durch Beratung und Gespräche am Leben der Erholung und Abwechslung suchenden alten Leute Anteil nehmen. Die Helferin der Stiftung «Für das Alter» bietet den Senioren in den Hotels ein Ferienprogramm. Sie zeigt die Möglichkeiten. Der Gast hat die Wahl. Die «Seniorenhostess» ist auch die Seniorin unter den Hostessen. Für diese zeitlich begrenzte soziale Aufgabe muss man nicht unbedingt jung sein, hier zählen andere Qualitäten: gutes Einfühlungsvermögen, Kontaktfreudigkeit, echtes Mitverantwortungsgefühl gegenüber dem alten Mitmenschen, Phantasie und, nicht zuletzt: Humor. Die Hostess kann die Dauer des Einsatzes selber bestimmen. Sie muss sich jedoch für mindestens zwei Wochen zur Verfügung stellen können. Die Aufgabe ist ehrenamtlich, bei freier Kost und Logis. Spesen werden zurückerstattet.

Dem Experiment war ein voller Erfolg beschieden. Allein aus dem Kanton Zürich wurden 1970 201 Betagte in diese Hotels vermittelt, was 2613 Uebernachtungen ergab. Betagte, Hostessen und Hoteliers äusserten sich gleichermassen begeistert über den Versuch.

Das «Ferienangebot für ältere Menschen» im Urteil der betagten Gäste:

Das Ergebnis einer Umfrage bei 61 Gästen war:

59 waren mit dem Angebotenen in jeder Beziehung zufrieden, weil

ein guter Geist im Hause wehte und man sich wohl fühlte,
man sich wieder als Glied der grossen Gesellschaft fühlte,
uns das preisgünstige Angebot sehr willkommen kam,
ich vor allem befriedigt war,

29 man sich jede Mühe gab, uns den Aufenthalt zu verschönern.

59 wünschten, dass das Angebot jedes Jahr neu aufgelegt wird.

39 wünschten sich noch mehr Hotels mit niederen Preisen

19 würden eine Ergänzung durch Ferienheime begrüßen

14 legen Wert auf eine grössere Auswahl an Erstklass-Hotels

60 schätzten den Einsatz der Seniorenhostess, weil sie

— eine Hilfe in persönlichen Problemen war (37)

— bei Ankunft/Abfahrt gute Dienste leistete (55)

— für die Gestaltung des Tagesprogramms Impulse gab (48)

— den Verkehr mit dem Hotel erleichterte (47)

Viele spontane Aeusserungen begleiteten die ausgefüllten Fragebogen, zum Beispiel:

— Schicken Sie mir den neuen Prospekt wieder.

— Die Hostess hat uns mit Begeisterung und Liebe betreut.

— Ich freue mich schon heute, im nächsten Jahr einen neuen Ort aus Ihrem Prospekt kennenzulernen.

— Ich hatte immer Mühe, Anschluss zu finden. In diesen Ferien kannte ich dieses Problem nicht.

— Die Seniorenhostessen verdienen Lob und Anerkennung in jeder Beziehung.

— Ich war das erste Mal in den Ferien, und gleich sehr zufrieden.

— Obwohl ich eine verwöhnte Frau bin: Es gibt nichts zu kritisieren.

— Ich bin 78 Jahre alt, sollte ich noch am Leben sein in einem Jahr, werde ich wieder Ferien für die Alten machen, und knüpfe an ein fröhliches Ende den fröhlichen Anfang an.

4. Das «Ferienangebot für ältere Menschen» im Jahre 1971

Der vor kurzem neu erschienene Prospekt für das Jahr 1971 bietet Ferien in sechs Hotels und vier Ferienheimen an, und zwar im Berner Oberland, in Graubünden, im Tessin und in der Zentralschweiz.

Zusammen mit dem Angebot Nr. 6 aus dem Prospekt 1970/71 besteht in diesem Jahr vom 14. März bis zum 31. Dezember die Möglichkeit, Ferien in Hotels oder Ferienheimen mit Seniorenhostessen zu machen.

Das «Ferienangebot für ältere Menschen» richtet sich nicht an eine bestimmte Schicht, sondern an den alten Menschen ganz allgemein. Es enthält Angebote vom einfachen Ferienhaus bis zum

sehr komfortablen Erstklass-Hotel. Die Pauschalpreise (alles inbegriffen) liegen zwischen Fr. 16.— und Fr. 46.— pro Tag und Person. Die mit den Hoteliers ausgehandelten Pensionspreise liegen mindestens 10 Prozent, maximal 50 Prozent unter den Saisonpreisen.

Alle Hotels stehen auch der jungen Generation offen, allerdings zu erhöhten Preisen. Begleiter von betagten Angehörigen erhalten die Preisvergünstigungen jedoch auch.

Auskünfte, Anmeldungen:

Bei fast allen Beratungsstellen der Stiftung «Für das Alter» sind die Prospekte erhältlich. Die Anmeldungen erfolgen mit den den Prospekten beiliegenden Anmeldekarten an die entsprechenden kantonalen Stellen der Stiftung «Für das Alter».

Die Leitung der Aktion liegt bei der Abteilung Altersplanung und Altersgestaltung des Zürcher Kantonalkomitees, Auf der Mauer 6, 8001 Zürich.

Tätig sein und nicht einsam werden

Zweifelsohne werden die Kräfte der Betagten in der modernen Gesellschaft häufig zu wenig sinnvoll für das Allgemeinwohl eingesetzt. Das Alter wird im Alltag manchmal unterbewertet, oder anders ausgedrückt: den alten Menschen wird in gewissen Situationen immer wieder zu wenig zugemutet. Ein solches voreiliges Werturteil kann das segensreiche Wirken eines älteren Mitbürgers in Frage stellen. Es ist bestimmt richtiger, wenn in jedem einzelnen Fall die konkrete Einsatzmöglichkeit eines Betagten (auch Heiminsassen!) abgeklärt wird, als wenn herrschenden Meinungen und Grundsätzen stur nachgelebt wird. In diesem Zusammenhang kann beispielsweise die erfreuliche Feststellung gemacht werden, dass heute in vielen Unternehmungen und Betrieben das Prinzip des festen Rücktrittsalters nicht mehr so streng wie früher befolgt wird. Natürlich spielen arbeitsmarktpolitische Ueberlegungen eine grosse Rolle für diese Entwicklung. Trotzdem dürfte hiefür die Tatsache mitberücksichtigt worden sein, dass auch eine zweckmässige Tätigkeit im Dienste von Familie und Gemeinschaft viel zur Zufriedenheit der alten

Menschen beitragen kann. Altsein bedeutet in der Regel Zeit haben für sich und für andere! Je mehr die Betagten etwas für die Gemeinschaft tun können, um so positiver werden sie das Alter bewältigen. Dies ist ja der Sinn und Zweck aller Bemühungen zur Aktivierung, d. h. eines vermehrten Tätigseins der alten Menschen. Es sei nun auf einige Möglichkeiten für eine solche Aktivierung eingetreten:

Beim altersmässigen Ausscheiden aus dem angestammten Beruf, was sehr häufig von einem auf den andern Tag total geschieht, können sich für Mann und Frau bedeutende Probleme einer neuen Beschäftigung, von Kontakten und Lebensinhalten ergeben. Soweit bei der «Pensionierung» die materiellen Fragen gelöst sind, bietet sich für den aus dem Erwerbsleben Ausscheidenden die glänzende Gelegenheit, jene neuen Beschäftigungen und Aufgaben zu übernehmen, die seinen Wünschen und Fähigkeiten voll entsprechen. Die in der Schweiz an verschiedenen Orten ins Leben gerufenen «Aktionen P» als Beschäftigungsdienste für die Betagten suchen diesem Zweck gerecht zu werden. Je reifer, aufgeschlossener und angepasster ein Mensch in den letzten Lebensabschnitt tritt, um so besser wird er die neuen Anforderungen des sich ständig wechselnden Lebens erfüllen können. Die beständige Hingabe an ein erstrebtes Ziel mit der Bereitschaft des immer neuen Lernenwollens jenseits der Routine, d. h. die Aufstellung eines Lebensplans, kann wichtiges Erfordernis für das glückliche Alter sein. Neue Aufgaben können sich für die Betagten im sozialen Bereich (Vormundschaften, freiwillige Helfer in sozialen Institutionen usw.), im politischen Gebiet (z. B. nebenamtlicher Friedensrichter in den Landgemeinden), im wirtschaftlichen Sektor (u. a. Stellvertretungen während der Ferien, Krankheit oder bei Personalknappheit in der privaten Wirtschaft oder öffentlichen Verwaltung) und in den Sparten der Kultur (Malen, Zeichnen, Modellieren, Musizieren usw.) ergeben. —

Eine Aktivierung der älteren Menschen wird auch durch die Intensivierung der Kontakte mit ihresgleichen und mit der jungen Generation erreicht. Unseres Erachtens sind in dieser Beziehung in der deutschen Schweiz die Altersklubs als Selbsthilfe- und Selbstverwaltungsorganisationen der Betagten noch viel zu wenig bekannt und auch verbreitet. «Durch Mitgliedschaft bei einem Altersklub werden die alten Menschen aus ihrer Einsamkeit herausgerissen und können sich einen neuen Freundeskreis schaf-

fen» (Edith Mendelssohn-Bartholdy). Für jeden Altersklub sollte aber wie in Urdorf, Kanton Zürich, ein eigener, genügend grosser Raum zur Verfügung stehen, in dem sich die Mitglieder ungezwungen treffen und ein eigentliches Klubleben aufziehen können. Solche Klublokale müssten lebendige Zentren für Zusammenkünfte mit geistigem Austausch und Betätigung werden. In Altersklubs werden Kurse zur Einführung in bestimmte Interessen- und Tätigkeitsgebiete wie auch Besichtigungen, Ausflüge und Reisen auf reges Interesse stossen. Neben der Förderung der geistigen Aktivität und der Geselligkeit ist aber auch einer genügenden körperlichen Bewegung die grösste Aufmerksamkeit zu schenken. Ein massvolles Altersturnen wird sich gesundheitlich positiv auswirken und bringt die Teilnehmer einander näher. Die Altersklubs besitzen also vielfache Möglichkeiten, ihre Mitglieder zu aktivieren und sie besser in die menschliche Gesellschaft einzugliedern.

Selbstverständlich können und wollen nicht alle Betagten aktiviert werden. Aktivierung ist nur möglich, wo dies die alten 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, gemäss der sinnreichen Formulierung der bekannten Gerontologin Edith Mendelssohn-Bartholdy: «Tätig sein und nicht einsam werden».