

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 52 (1974)  
**Heft:** 4

**Rubrik:** Unsere Leserumfrage : Freiheit im Altersheim

### **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:** 04.05.2026

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

# Unsere Leserumfrage

## Freiheit im Altersheim

*Auf unsere Leserumfrage zu diesem Thema erhielten wir verschiedene Antworten — auffallenderweise aber nicht von Altersheiminsassen selbst, sondern von Leuten, die sich mit ihnen beschäftigen. Haben sich die Pensionäre wohl schon so in das Gemeinschaftsleben eingefügt, dass sie nichts mehr zu ändern wünschen, oder fürchten sie sich vor der Heimleitung? Oder kennen Sie einfach die «Zeitlupe» noch nicht? Red.*

### Zu starre Besuchszeiten

Unsere stark gehbehinderte und deshalb pflegebedürftige 87jährige Mutter bewohnt ein Einzelzimmer in einem Altersheim und wartet immer sehnlich auf unsere Besuche. Wir alle, Kinder und Enkel, wohnen in der ganzen Schweiz verstreut und sind berufstätig. Die Besuchszeit ist im Heim auf 14—16 Uhr täglich festgelegt und wenn wir dann vielleicht um 16.10 noch bei unserer Mutter sitzen, so werden wir vom Pflegepersonal recht lieblos hinauskomplimentiert. Dies verstehen wir und die alte Frau einfach nicht: Gibt es in anderen Heimen nicht flexiblere Lösungen? *Frau A. B. in M.*

### Der Balkon fehlt!

Ich besuche hin und wieder hochbetagte Pensionärinnen, die im ganzen in ihrer Kollektivunterkunft zufrieden, ja sogar recht glücklich sind. Sehr einengend wird in einem Altersheim jedoch das Fehlen von Balkonen empfunden. Geistig regsame Menschen sind — so paradox dies scheinen mag — bisweilen recht gerne allein mit ihren Gedanken, Problemen und Büchern, möchten aber gleichzeitig an warmen Tagen die köstlichen Stunden ihrer stillen Beschäftigungen an frischer Luft verbringen. *Frau S. M. in Z.*

### Zu frühe Essenszeiten

Bewegungstüchtige Bejahrte, die gerne etwas ausgedehnte Abstecher oder zeitraubende Besorgungen in der Stadt (zum Zahnarzt, Arzt oder Einkäufen) unternehmen,

finden die Vor- und Nachmittagsstunden bis zum früh angesetzten Essen einfach zu knapp und müssen sich dann auswärts verköstigen — für finanziell Schwache eine Zumutung.

*Frl. O. G. in A.*

### Duschen und Miniaturküche erwünscht

Viele ältere Insassen wünschen sich — neben den Badegelegenheiten — eigene Duschen! Sie, die noch gerne Besuch empfangen, wären auch glücklich über eine praktische Teeküche mit kleinen Geschirr-, Vorrats- und Kühlschrankschrankteilen.

Die Verpflegung finden manche zu kalorienreich und eine ganze Anzahl der Pensionäre haben sich in den letzten Jahren etliche Pfund Uebergewicht zugelegt. *GLP*

### Die Stimme einer Heimleiterin

*Zu unserer Umfrage hat sich auch eine bewährte Heimleiterin geäußert, die manche der vorherigen Fragen schon beantwortet:*

Nach der Fernsehsendung «Ein Tag im Altersheim Hochweid» erhielt die Heimleitung verschiedene Zuschriften, in denen die Unbeschwertheit und Freiheit in diesem Heim bewundert wurden. Als *Hausmutter* dieses Altersheimes, die nach Formen des Mitspracherechts und der Mitbestimmung für die Pensionäre sucht, möchte ich aus meiner Sicht einige Gedanken zum Thema äussern:

Wir unterscheiden zwischen Siedlung, Altersheim und Pflegeheim. Haben der Senior oder seine Angehörigen das richtige Heim gewählt? Es darf nämlich später nicht das Haus verantwortlich gemacht werden für Leistungen, die es gar nicht erbringen kann und die nicht in seinen Aufgabenkreis fallen. Zum Eintritt ins Altersheim entschliesst man sich meistens aus gesundheitlichen Gründen — so gehört eine geistig und körperlich schwer altersveränderte Person z. B. von Anfang an in ein Pflegeheim mit entsprechender Betreuung. Diese ist nur möglich durch eine straffe Organisation, die in diesem Falle akzeptiert werden muss. Die Bedürfnisse richten sich nach den baulichen

Gegebenheiten und nach der Grösse des Heims, sowie nach den Möglichkeiten von Personal und Finanzen.

Ich möchte noch auf verschiedene — immer wiederkehrende Probleme näher eingehen:

**Essenszeiten:** Die drei Hauptmahlzeiten sind bei uns feststehend und auf den Autobusfahrplan abgestimmt. Wir verschieben die Zeiten grundsätzlich nie, da sie sich als Fixpunkte im Tagesablauf auch bei sehr vergesslichen Pensionären einprägen. Um die Menuwünsche kennen zu lernen, haben wir einen anonymen Wunschkasten eingerichtet, der rege benützt wird.

**Allgemeines Zusammenleben:** Glücklicherweise sind in unserem Heim nur Einzelzimmer oder Ehepaar-Appartements vorhanden, so dass jeder sein Reich weitgehend selbst gestalten und seine intimsten Eigenheiten beibehalten kann. Die Postverteilung wickelt sich über eine Briefkastenanlage ab und ein Passe-partout ermöglicht allen Bewohnern ein unbehindertes Ein- und Ausgehen.

**Betreuung:** Ist der Betagte nicht mehr fähig, sich um die ihm überlassenen Aufgaben zu kümmern, so muss er eingehend betreut werden. Er kann seinen Zustand dann meist nicht mehr voll erkennen und beschwert sich gerne über Bevormundung.

Wir möchten uns zwar um der Eigenständigkeit der Senioren willen nicht einmischen, doch sind wir aus menschlichen und auftragsmässigen Gründen für das Wohlergehen dieser alten Menschen verantwortlich.

Schwester Heidi

### Der Pro Senectute-Ferienwitz

Eine Hostess war mit ihren «Schäfchen» nach Jugoslawien gefahren, wo in der Hotelhalle gross und unübersehbar das Portrait von Staatschef Tito hing. Beim Nachtessen fragte eine der Seniorinnen: «Sie, das isch doch gwüss der Herr Kuoni?»

## Kräuterprodukte für Ihr Wohlbefinden

Das ideale  
LS-Kräuterbad  
mit

# Arnika

Es enthält ausser Arnika die wertvollen Wirkstoffe von Enzian, Heublume, Melisse, Rosmarin, Speik, Schafgarbe, Wacholder und Zwergkiefer. Angenehm duftend, herrlich erfrischend, regt es die Durchblutung der Haut an, und ein besonderer Zusatz macht sie geschmeidig!

**Versuchen Sie es!**

500 ml/30 Bäder Fr. 14.50  
1000 ml/60 Bäder Fr. 25.—  
Duopack 2 x 1000 ml Fr. 50.—  
Bestellungen mit dem Vermerk  
«Kneipp» erhalten folgende Rabatte:  
Bei 500 ml Fr. 1.—  
Bei 1000 ml Fr. 2.— und  
pro Duopack Fr. 5.—

# 1

Jederzeit  
frisch mit dem  
wohl-  
riechenden  
LS Eau de Cologne

Ausgebligte Originalflasche Fr. 12.50

Zu jeder Flasche erhalten Sie

# gratis

einen hübschen Taschen-  
zerstäuber.

Bestellungen im Inland werden  
Ihnen portofrei zugestellt  
durch Direktversand:

**LS-Labor**  
**Postfach 121**  
**8029 Zürich**

# 2

Neu:  
LS-Kräuter-  
balsam mit

# Kamille

Extrakte aus Kamille, Johanniskraut, Huftlattich, Schafgarbe, Salbei und Stiefmütterchen werden mit hautpflegenden, kostbaren Naturprodukten zu diesem milden Kräuterbalsam verarbeitet.

**LS-Kräuterbalsam**  
**die ideale Ganz-**  
**körperpflege,**  
**speziell auch nach**  
**dem Bad**

Sparflasche Fr. 10.80  
Einführungsrabatt:  
Bei Bestellungen zusammen mit  
anderen LS-Produkten Fr. 1.— Rabatt!

# 3