

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 53 (1975)  
**Heft:** 4  
  
**Rubrik:** Pro Senectute intern

### **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:** 07.01.2026

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

# PRO SENECTUTE INTERN

## Einsame Feiertage lassen sich vermeiden!

Manch alleinstehender Mensch fürchtet sich regelrecht vor den Feiertagen. In dieser Zeit leidet er vermehrt unter der Einsamkeit. Darum bietet Pro Senectute zwei Möglichkeiten, diese Tage in Gemeinschaft mit anderen «Einsiedlern» zu verbringen:

- **Im Hotel Vierländer-Club, Brunnen** finden vom 15. Dezember bis 3. Januar «Saison für Senioren»-Ferien statt, Tagespreis Fr. 38.—.
- **Die Pension Tusculum, Arogno** bietet vom 13. Dezember bis 5. Januar Seniorenferien an. Im Tessin ist es auch dann oft nebfrei und sonnig! Tagespreis ab Fr. 43.—.

Nebst der Vollpension und den Diensten der Pro Senectute-Hostess wird auf Wunsch eine gemeinsame Weihnachtsfeier und ein festlicher Jahresausklang gestaltet.

PS: Ein Geheimtip: Noch mehr Freude macht Ihnen der Aufenthalt, wenn Sie einem andern Gast ein kleines, hübsch verpacktes Geschenk mitbringen!

Auskunft und Anmeldung durch Pro Senectute, Buchungszentrale Ferien und Reisen, Postfach, 8037 Zürich. *Rk.*

## Die bewährten LS-Kräuterprodukte

### LS Kräuterbad

enthält die wertvollen Wirkstoffe von Melisse, Arnika, Heublume, Rosmarin, Schafgarbe, Wacholder, Enzian, Zwergkiefer und Speik. Dieser angenehm duftende Kräuterextrakt regt die Durchblutung der Haut an und erfrischt Sie nachhaltig.

### LS Rosskastanienbad

Endlich ein Badezusatz, der die wohltuenden Eigenschaften der Rosskastanie enthält! Um die lindernde und erleichternde Wirkung vor allem bei müden Beinen zu erhöhen, wird er doppelt verstärkt hergestellt.

### LS Heublumenbad

Haben Sie Probleme mit Ihrer Haut? Dann empfehlen wir Ihnen LS Heublumenbad mit Rosskastanien.

500 ml / 30 Bäder Fr. 15.50  
1000 ml / 60 Bäder Fr. 27.—  
Duopack 2× 1000 ml Fr. 54.—

Bestellungen mit dem Vermerk «Zeitlupe» erhalten folgende Rabatte:  
Bei 500 ml Fr. 1.—  
Bei 1000 ml Fr. 2.— und  
pro Duopack Fr. 6.—

### LS-Labor Postfach 121 8029 Zürich

Bestellungen im Inland werden Ihnen portofrei zugestellt durch Direktversand.

### LS Kräuterbalsam

Die Extrakte aus Kamille, Johanniskraut, Huflattich, Schafgarbe, Salbei und Stiefmütterchen haben wir mit hautpflegenden Naturprodukten (zum Beispiel Weizenkeimöl) zu diesem milden Kräuterbalsam verarbeitet. Die ideale Ganzkörperpflege, speziell auch nach dem Bad.

Sparflasche 250 ml Fr. 12.50  
Rabatt bei Bestellung zusammen mit anderen LS-Produkten: Fr. 1.—

### LS Parfum de Toilette «Fiorella»

Versuchen Sie das einmalig gute hochkonzentrierte Parfum de Toilette Fiorella. Begeistert auch die verwöhnteste Frau mit seinem dezenten Duft.  
Fr. 15.50



*Am Comptoir Suisse dieses Herbstes präsentierte sich Pro Senectute mit einem bescheidenen, aber attraktiven Stand, der sehr gut besucht wurde. Hauptanziehungspunkt war der Karikaturist Robin, der auf einem Hellraumprojektor innert 3 Minuten jeden Besucher für einen Fünfliber zeichnete. Hier wird gerade Daniel Girardet, Leiter unserer Lausanner Geschäftsstelle, abkonterfeit. Im Hintergrund die Standbetreuer.*  
(Foto Y. Debraine)

## Bei der Oktobersammlung erlebt

Ich bin unterwegs für die Herbstsammlung. Eine Mutter öffnet mir freundlich die Türe und während sie ihr Portemonnaie holt, betrachtet mich ihr kleines Töchterlein aufmerksam. Dann fragt es: «Warum sammeln Sie?» Ich erkläre ihm, dass es viele alte Menschen gebe, die krank seien und plötzlich vom Arzt in ein Spital eingewiesen werden, das sie aber aus eigenen Mitteln nicht bezahlen könnten. Pro Senectute springe dann ein, brauche aber jedes Jahr die Spenden von vielen Schweizern. Die Kleine begleitet mich ein paar Schritte und bittet dann: «Warten Sie einen Augenblick!» und erscheint im nächsten Augenblick wieder mit einem Fünziger. «Den dürfen Sie von mir behalten», meint sie und schreibt mit grossen Buchstaben in die Sammelkarte: *Manuela*. Diese Spende kam aus vollem Herzen und sollte für uns Erwachsene wegleitend sein.

H. T.

## Jahresversammlung vom 20. Oktober in Lugano

Für die 58. Abgeordnetenversammlung der Stiftung Für das Alter/Pro Senectute trafen sich die Delegierten und Mitglieder des Direktionskomitees in der «Sonnenstube der Schweiz», die ihrem Namen alle Ehre machte. Jedenfalls genoss man am Sonntagabend beim Nachtessen nach Tessinerart einen einzigartigen Rundblick auf die beleuchtete Stadt und auch den Montag hätte wohl mancher Gast aus der West- oder Nordschweiz lieber an der Sonne verbracht als im nigel-nagelneuen Kongresshaus von Lugano, kamen wir doch aus Nebel und Regen in den Süden.

Begrüsst von **Staatsrat Bernasconi**, der nicht ohne Stolz auf das fortschrittliche Tessiner Gesetz über Förderung, Koordination und Unterstützung vom Juni 1973 hinweisen konnte, machte man sich unter dem Vorsitz von **alt Bundesrat Prof. H. P. Tschudi** an die statutarischen Geschäfte. Das Grundsatzreferat unseres Präsidenten, das in Presse





*Aufmerksam folgen die Delegierten den Ausführungen vom Präsidententisch, während die Herren von der Federzunft ihre Artikel vorbereiten.*

und Massenmedien die gebührende Beachtung fand, wird an anderer Stelle zusammengefasst (vgl. «AHV-Information» S. 33). Das Protokoll der letztjährigen Weinfelder Tagung wurde stillschweigend genehmigt. Den Jahresbericht kommentierte **Zentralsekretär Dr. U. Braun**; der auf fast die Hälfte komprimierte Rapport bietet auf 40 Seiten einen instruktiven Ueberblick über die Tätigkeit unserer Stiftung. (Er ist übrigens unentgeltlich beim Zentralsekretariat zu beziehen.) Nach dessen Abnahme erläuterte **Zentralkassier H. Risi** die Jahresrechnung 1974. Dank Einsparungen auf verschiedenen Posten und Schenkungen von rund Fr. 328 000.— konnte das vorgesehene Defizit von einer runden Viertelmillion auf Fr. 30 000.— reduziert werden. Der Voranschlag des Zentralsekretariates für 1976 sieht trotz bescheidenen Erhöhungen von rund Fr. 77 000.— bei Gesamtausgaben von 1,136 Mio. Fr. wiederum ein Defizit von Fr. 336 000.— vor. Man kann nur hoffen, dass Schenkungen und Legate auch diesmal nicht ausbleiben und diesen beträchtlichen Rückschlag vermindern. Auch diesen Traktanden wie dem Revisionsbericht stimmten die Anwesenden einmütig zu. Als Ersatz für den verstorbenen Pfr. Robert Guignard wurde **Frau Renée Guisan** (VD) in das Direktionskomitee gewählt.

Bundesrat Tschudi schloss in den Dank an alle Mitarbeiter der Stiftung insbesondere das geschäftsführende Büro des Direktionskomitees unter Leitung von **alt Regierungsrat Dr. h. c. Rud. Meier** ein.



*Diese beiden Senioren, die letzten Könnner ihres Faches, boten beim Nachtessen mit Gitarre und Mandoline ein buntes Programm von Tessiner Volksliedern dar. (Fotos Rk.)*

Das Schlusswort von **Ständerat Dr. L. Guisan** brachte den Abgeordneten die Sorgen der betagten Auslandschweizer nahe. Zum Ausklang wurde der Versammlung die Tonbildschau «Das Alter ist unsere Zukunft» vorgeführt.

Mit einem von der Stadt Lugano gestifteten Apéritif und dem gemeinsamen Essen ging die diesjährige Tagung zu Ende. Dieses Mahl wurde gewürzt durch eine sprühende Tischrede unseres Tessiner Kantonalpräsidenten, **Aurelio Longoni**, der auch als Stadtrat von Lugano zu den Gästen sprach.

Nicht vergessen sei der Dank an **Frl. E. Zaugg**, die initiative Leiterin unserer Beratungsstelle im Tessin, die mit ihren Mitarbeiterinnen keine Mühe gescheut hatte, den Abstecher ins Tessin mit südlichem Charme zu versüssen.

*P. Rinderknecht*



# KURZGESCHICHTE

## Der Brief

Schon am Telefon spürte ich Erichs Stimme an, dass er mich nicht «einfach so» besuchen wollte, dass er vielmehr etwas auf dem Herzen hatte. Erich ist ein entfernter Vetter von mir, mit dem ich mich immer gut verstand. Kaum hatte er den Mantel abgelegt, fiel er, wie man so sagt, mit der Tür ins Haus: «Du weisst, dass wir Mutter letzte Woche ins Spital bringen mussten?» Natürlich wusste ich das. Ich hatte ausserdem durch die Familienkanäle erfahren, dass es ihr nicht gut ging und man sie vorläufig nicht besuchen durfte.

Er griff in seine Brusttasche, angelte einen weissen Briefumschlag hervor: «Da, lies!» Ich sagte: «Wollen wir nicht zuerst eine Tasse Kaffee trinken und nachher...» «Nein, lies zuerst den Brief.» Er zündete sich eine Zigarette an und begann im Zimmer auf und ab zu gehen. Auf dem weissen Couvert stand «Für Erich». Der Brief war von seiner Mutter und von Silvesterabend 1965 datiert. Ich las:

*Lieber Erich,*

Es hat mich sehr gefreut, dass Du vorhin angerufen hast, um mir ein gutes neues Jahr zu wünschen. Dir kommen jeweils solche Dinge in den Sinn. Wahrscheinlich dachtest Du, nun sitzt Mutter allein zu Hause und ist traurig. Aber dem war eigentlich nicht so. Ich freue mich sehr für Dich und Deine Familie, dass Ihr es ein paar Tage schön habt in den Bergen, bei guter Luft, Sonne und Schnee. Das tut Dir und Trudi gut und vor allem auch den beiden Buben. Ich sass vor dem Fernseher und betrachtete ein ziemlich einfältiges, aber friedliches Unterhaltungsprogramm. Das macht mich immer so schön müde, ich kann nachher jeweils gut schlafen.

Nach Deinem Anruf aber mochte ich nicht mehr schauen. Ich bedachte allerlei. Ein Altjahrabend ist ja besonders geeignet, sich Gedanken zu machen über dies und das. Im Grunde genommen möchte man in einem gewissen Alter gewissen Fragen ja lieber ausweichen, sie noch ein wenig von sich schieben. Aber ist das richtig?

Nun, schliesslich setzte ich mich an den runden Stubentisch und schreibe Dir also diesen Brief, den Du — ich weiss nicht wann — einmal lesen wirst. Ich schreibe ihn Dir und nicht Deiner Schwester Lisa. Ihr seid zwar beide gute Kinder, aber ich glaube, in diesem Fall solltest Du Bescheid wissen, weil ich etwas von Dir erbitte, das Du als Mann eher durchsetzen kannst als Lisa, der ihr Temperament dabei im Wege stehen könnte. Du bist auch der ältere.

Ich könnte auch über diese Sache mit Dir reden. Aber das mag ich nicht. Meine Schwiegermutter hat immer von ihrem Tod gesprochen und uns damit jahrelang unter sanften Druck gesetzt. Wie manches unsinnige Anliegen zwängte sie bei uns durch, stets mit dem Hinweis: „Es ist wahrscheinlich die letzte Bitte, die Ihr mir erfüllen müsst. Tempi passati. Ich will Dir nur den Grund bekanntgeben, warum es mir zuwider ist, über meinen Tod zu sprechen. Und doch scheint mir, musst Du meine Gedanken darüber kennen, denn ich bin nun 69 Jahre alt und das ist wahrhaftig nicht zu früh, sich mit diesen Fragen auseinanderzusetzen.“

Vor vier Jahren, gleich nach Papas Tod, hing es ja bei mir an jenem berühmten Fädchen und ich wäre ihm nachgefolgt. Was ich damals gerne getan hätte, glaub es mir. Es war eine grauenhafte Zeit. Und das schlimmste war, dass Ihr und die ganze Verwandtschaft, aus einer falschverstandenen Rücksichtnahme heraus, kaum mehr von Papa sprach. Und auch ich durfte nicht von ihm sprechen. Ihr dachtet wohl, es reisse meine Wunde stets von neuem auf. Das Gegenteil war der Fall: es wäre mir eine Hilfe gewesen, hätte ich von ihm sprechen dürfen. So aber hatte ich manchmal das Gefühl, sie





haben ihn ja bereits vergessen. Doch ich wollte ja von meiner damaligen Operation reden. Es hat mir zwar keiner gesagt, was es wirklich war. Aber ich bin nun doch nicht so naiv, dass ich mir darüber nicht meine eigenen Gedanken gemacht hätte. Deshalb weiss ich auch — man wird ja heute in jedem Heftli aufgeklärt — dass meine Krankheit nach Jahren wieder ausbrechen kann. Ausserdem ist mein Kreislauf nicht in Ordnung. Gerade in den letzten Tagen hat die «Pumpe» wieder ganz gehörig gespuckt. Alles in allem: ich muss damit rechnen, dass es irgendwann einen ‚Klapf‘ geben könnte.

Weder Du noch Lisa seid nun in der Lage, mich dann zu Euch zu nehmen und zu pflegen. Ihr habt keinen Platz und Ihr habt keine Zeit. Ich muss also ins Spital. Das ist absolut logisch. Ich gehe gern. Aber ich habe auch ein wenig Angst vor einer heutigen, modernen Klinik. Sie sind mir dort zu gut eingerichtet. Und sie haben Ärzte, die sich nicht nur für den Kranken, sondern auch für die Wissenschaft lebhaft interessieren. Ihnen deshalb einen Vorwurf zu machen, wäre grundfalsch. Ärzte müssen, wenn wir in der Medizin weiter kommen wollen,

fast ein wenig besessen sein von der Wissenschaft. Das ist in Ordnung. Nur: ich möchte nicht ihr Versuchskaninchen werden. Ich möchte, wenn meine Stunde kommt, sterben dürfen. Ich möchte nicht unter das Sauerstoffzelt, ich möchte keine Organverpflanzung, ich möchte keinen Schrittmacher und ich möchte nicht, dass man mir die ganze moderne Chemie in die alten Adern hineinspritzt.

Ich verlange keine ‚barmherzige Spritze‘. Damit würde ich Euch und den Arzt belasten. Auch ginge das gegen meine Ueberzeugung. Ich möchte nicht, dass Ihr *etwas* tut, sondern dass Ihr *nichts* tut. Dass Ihr den Dingen den Lauf lässt und mein Leben nicht künstlich wochen-, monate- oder gar jahrelang durchpöppelt. Ich habe mein Leben gelebt. Und ich möchte meinen Tod sterben dürfen, wann Gott ihn mir schickt. Es wäre übertrieben, wollte ich sagen: ich freue mich auf die letzte Stunde. Ich lebe heute wieder ganz gern. Vieles, das in der Welt vor sich geht, interessiert mich noch brennend. Auch Euern Weg und den Eurer Kinder verfolge ich mit grosser Anteilnahme. Aber ich bin eigentlich bereit, abzuschliessen, denn der

Tod führt mich — irgendwie — zu Gott und das heisst doch in die letzte Geborgenheit.

Siehst Du, Erich, ich schreibe Dir diesen Brief heute, weil ich ja nicht sicher bin, ob ich bis in ein paar Jahren, wenn das Problem akut wird, geistig und körperlich noch fähig bin, diese Gedanken zu äussern, geschweige denn, sie durchzusetzen.

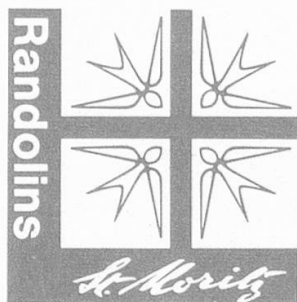
Ihr werdet den Brief finden, wenn Ihr mein Köfferchen für das Spital packen müsst. Er liegt bei meinen Nachthemden.

Ich danke Dir, lieber Erich, und Dir, liebe Lisa, wenn Ihr meinen Wunsch respektiert, und auch sonst danke ich Euch allen für Eure Liebe und Eure Besorgtheit. Seid Gott befohlen  
*Eure Mutter.»*

Ich liess den Brief sinken. Erich stand am Fenster und starrte in den Nebel hinaus. «Hast du ihn gelesen?» fragte er. «Ja.» «Und...?» «Für mich keine Frage», sagte ich, spürte aber, wie meine Stimme

schwankte, «erfüllt Ihr diesen Wunsch». «Dann stirbt sie.» Erich wandte sich mir zu und ich sah die Not in seinen Augen. «Du musst wissen, sie ist geistig noch ganz bei einander und man könnte tatsächlich noch dies und jenes versuchen... sie könnte vielleicht noch ein ganzes Jahr oder noch länger...» «Heute», sagte ich tastend, «fällt es dir schwer, sie herzugeben, aber, wer weiss, vielleicht ist sie dir bereits nach einigen Monaten eine Last, besonders dann, wenn sich ihre Psyche unter dem Einfluss der vielen Chemie verändert... Lass den Dingen ihren Lauf, wie sie es wünscht, und denke: wenn sie mit dem Minimum von Chemie ihre jetzige Krise überwindet, dann war es noch nicht Zeit für sie, andernfalls hat ein Höherer gesprochen, und das nimm an». So plötzlich, wie er gekommen, so plötzlich verliess mich Erich.

Auf dem Tisch standen die beiden Kaffeetassen, unberührt.  
*Margrit Studer*



## Skilauf-Wanderwochen

**3. bis 10. / 10. bis 17. / 17. bis 24. Januar 1976**

Teilnehmer sind Langläufer, die nicht mehr den Marathon gewinnen wollen, aber dennoch die Loipen lieben oder die schmälere Bretter kennenlernen möchten. Es ist also auch eine Gelegenheit, sich auf LL-Ski oder Wanderski umzustellen.

Wir fahren mit dem Bus zweimal zu den Loipen und zurück. Am Abend treffen sich alle interessierten Gäste — also verschiedenen Alters — bei einem Film, einer Diskussion, zum Musikhören oder Diskutieren, Lesen am Cheminée.

### Preis:

7 Tage Vollpension, alles inkl. (Bus, Taxen, Heizung), im Einzelzimmer Fr. 350.—, im Zweierzimmer Fr. 300.—, Zimmer mit Dusche und WC Zuschlag Fr. 70.—.

Alle Zimmer haben fliessendes Kalt- und Warmwasser; Dusche, WC und Bad im Gang.

### Anmeldungen an:

Evangelisches Zentrum für Ferien und Bildung  
Randolins, Telefon (082) 3 43 05