

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 58 (1980)
Heft: 4

Rubrik: Unsere Leserumfrage : wo und wie kann ich eine nützliche Aufgabe finden?

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>

Unsere Leserumfrage

Wo und wie kann ich eine nützliche Aufgabe finden?

Auf unsere Umfrage haben wir viele anregende Vorschläge erhalten, doch können wir sie nicht alle veröffentlichen, da sie manchmal ähnliches aussagen — andere mussten wir wegen Platzmangels stark kürzen.

Die Redaktion

Nach 40jährigem Dienst in einer grossen Versicherungsgesellschaft bin ich durch eine Freundin auf den freiwilligen Dienst in der Schweizerischen Pflegerinnenschule in Zürich aufmerksam gemacht worden. Diesen Dienst verstehe ich wie folgt:

Einmal pro Woche von 8.30 bis 11 Uhr bin ich mit der Patientenaufnahme beschäftigt; ich registriere die Personalien der eintretenden Patienten und begleite sie dann zur weiteren Abklärung ins Aufnahmebüro. Gewöhnlich bleibt mir noch Zeit, mit den Patienten ins Gespräch zu kommen, um ihnen Mut zuzusprechen. Zweimal abends von 17.30 bis 20 Uhr leiste ich Pfortendienst; ich habe den Besuchern Auskunft zu erteilen, wo die Patienten liegen, allfällige Post zu frankieren, Blumen und auch Telegramme zu verteilen. Mit 71 Jahren bin ich dankbar, auf diese Art noch Hilfsdienst leisten zu können.

Frau T. S. in Zürich

Ich bin jetzt 69 Jahre alt und habe mich noch keinen einzigen Tag gelangweilt. Meine Kinder sind alle verheiratet und haben mich mit 25 Enkeln beschenkt. Ich spiele aber nur selten Babysitter, im allgemeinen habe ich dazu gar keine Zeit. Wir haben ein altes Haus, und mein Mann hat sich eine Werkstatt eingerichtet, wo er für sämtliche Nachbarn und übrigen Dorfbewohner alles mögliche wieder zusammenflückt. Natürlich fast gratis. Es ist ja klar, dass auch die Enkel aus allen Himmelsrichtungen mit ihren defekten Fahrzeugen zum Grossvater kommen. Also mein Mann ist völlig ausgelastet und ist jetzt dann 70jährig. Ich selbst

mache sehr gerne Handarbeiten. Nun ist ja die Häkelei wieder «in». Meine Töchter und Schwiebertöchter haben schaurig den Plausch an gehäkelten Vorhängen, Deckeli und Tischdecken. Sie haben das nie gelernt. Ist ja auch

Frau O. H. in Riedikon

Seit dem Jahr 1967 bin ich pensioniert und habe seit dieser Zeit immer nützliche Aufgaben gefunden. Zuerst konnte ich — wegen dem damaligen Personalmangel — bei meinem Arbeitgeber meinen Posten weiterversehen. Nach Stellvertretungen bei der Stadtverwaltung diente ich dem Pensioniertenverband viele Jahre als Sekretär und Krankenbesucher. In dieser Zeit habe ich unzählige Protokolle, Versammlungsberichte und Resolutionen geschrieben, an Delegiertenversammlungen, Kongressen und an Bildungskursen teilgenommen. So konnte ich meiner gewerkschaftlichen Verbundtheit weiterhin lebendigen Ausdruck geben. Hier konnte ich noch einmal meiner Neigungen und Fähigkeiten entsprechend zum Wohle von AHV-Rentnern und Pensionierten volle Befriedigung finden. Die Uebernahme einer wenn auch scheinbar wenig beachteten Funktion im



Ferien- und Kulturzentrum
LAUDINELLA
7500 St. Moritz/Engadin

Vorweihnachtsferien in der Laudinella

zu einem sehr günstigen Preis.

Wenn im Unterland der Nebel liegt und Krankheiten hervorruft und wenn der Vorweihnachtsrummel die Leute nervös macht, ist das neuverschneite Engadin in den ersten drei Dezemberwochen meist von sonnigem und gesundem Wetter begünstigt.

**Sonne - Schnee - Ruhe - Spazieren
- Langlauf auf schönen Loipen -
oder eine Badekur im nahe gelegenen Heilbad**

Und wir haben Zeit, Sie besonders sorgfältig zu bedienen und zu betreuen.

Prospekte bei der Leitung des LAUDINELLA
7500 St. Moritz, Telefon 082 / 221 31.

Pensioniertenverband hat auch mir über die mit Recht gefürchtete seelische Vereinsamung hinweggeholfen. Ich lernte aber auch die Nöte der Alten kennen, die nur von der AHV leben müssen und setze mich seit dem Jahr 1968 für die Schaffung der 2. Säule ein und tue es auch heute noch in Wort und Schrift. Seit der Eröffnung der Seniorenuniversität in Basel besuche ich wöchentlich zweimal die Vorlesungen an Nachmittagen von 15—17 Uhr und bin der festen Ueberzeugung, dass auch diese Aufgabe nützlich ist. *Herr T. E. in Aarau (79)*

Nun, als die Aktion «Mitenand gahts besser» im Kafichränzli von Frau E. Schnell ins Leben gerufen wurde, durfte ich in ihrem Auftrag am Radio einige Beispiele aufführen, wo man sich etwas nützlich machen könnte. Prompt erhielt ich eine Anfrage von Bern. Somit reiste ich bis zu deren Tod ungefähr alle 2—3 Monate nach der Bundeshauptstadt zu einer alten, alleinstehenden Dame, wobei sie mich mit ihrer besten Freundin, einer hochbetagten ehemaligen Rotkreuzkrankenschwester, bekanntmachte. Was ich durch diese beiden hochintelligenten alten Menschen erfuhr und lernte, wurde

für mich zum schönen Erlebnis. Zwischen den Besuchen führten wir eine rege Korrespondenz (die fast Erblindete schrieb mir stets in grosszügig-deutlicher Schrift, trotz aller Gebrechen immer zuversichtlich und sogar humorvoll). Nun sind diese beiden wertvollen Menschen leider gestorben.

In Zürich widmete ich mich während Jahren pro Woche einen Nachmittag einer chronisch-kranken Frau, um einige Einkäufe zu tätigen und die Gehbehinderte zu kurzen Ausflügen zu begleiten. Sie war immer glücklich, dadurch etwas «unter die Leute» zu kommen. Leider hat aber bald ein Rückfall das schwere Leiden verschlimmert und zum Tode geführt.

Frau G. P. in Z.

Vor allem: selbst etwas unternehmen und nicht warten, bis man an uns herantritt.

Ich selbst arbeite in unserer Pfarrei mit: Jede Kirchgemeinde ist froh um freiwillige Helfer. Kaffee machen bei den Altersnachmittagen, die Weihnacht für Alleinstehende organisieren.

Auch gebe ich Handarbeitskurse unter dem Motto: «Alte und neue Handarbeitstechniken». Es hat sich gezeigt, dass sehr oft ältere Leute keinen eigentlichen Handarbeitskurs, wo nur eine Technik gezeigt wird, besuchen wollen. Gerade Leute, die froh wären, etwas zu tun, ziehen sich zurück, wenn andere im gleichen Kurs rascher arbeiten.

So habe ich dadurch grossen Erfolg, weil jedes eine Arbeit macht. *Frau L. W. in Basel*

Jede Verwaltung der Altersheime ist Ihnen dankbar, wenn Sie sich melden, um hilfsbedürftige Heimgäste spazierenzuführen, oder — bei Regen — mit ihnen Spiele, wie Eile mit Weile, Damenbrett, Schach usw., zu machen. Sind Sie musikalisch, setzen Sie sich zu ihnen in den Aufenthaltsraum und singen die «ehemaligen» Lieder. Ich bin immer wieder erstaunt, wie auswendig gesungen wird. — Auch die zweite und dritte Strophe! Oder wie wär's mit Vorlesen? Oder gehen Sie einmal «Lädele» — mit oder ohne Rollstuhl —, Tiere und Gärten bestaunen lassen! Nach einem so verbrachten Nachmittag gehen auch Sie selbst befriedigt nach Hause! Ich war 10 Jahre Altersturnleiterin. Wegen Krankheit (Arthrose) habe ich mich nun für obige «Arbeit» entschlossen.

Frau G. G. in Steckborn

emosan

die wärmende Klimawäsche



für die gesunde Familie

Erhältlich in Drogerien, Apotheken,
Spezialgeschäften
mit dem Signet



Ich bin seit 8 Jahren verwitwet. Nach und nach habe ich verschiedene Posten gefunden. Ich bin 69 Jahre alt und war früher Buchhalterin. Also:

1. Seit ca. 20 Jahren bin ich im Kirchenrat der deutschsprachigen Kirche. Nach und nach bin ich so etwas wie eine Sekretärin für unseren Pfarrer geworden, besorge Expedition und Inkasso des Kirchenboten, mache Hausbesuche bei Alleinstehenden usw.

2. Mit der katholischen und der französischen Kirchgemeinde führen wir eine Kleiderbörse. Am Jahresende mache ich den Buchhaltungsabschluss.

3. Wenn's nötig ist, Aushilfe in der Militärkantine (Krankheit, Ferien) oder am Kiosk. (Die Rekruten müssen manchmal auch jemanden haben, der ihnen zuhört und ihnen zuspricht.)

4. Französischstunden für Deutschschweizer Mädchen. Die Mädchen kommen gerne, und wenn sie Kummer haben, können sie ihr Herz ausschütten. Ich kann ihnen zuhören und zusprechen, so dass vieles leichter zu ertragen ist. Je 2—3 kommen dienstags und donnerstags abends sowie 2—3 allein je mittags in der Zimmerstunde. So bin ich nicht jeden Abend allein und vor dem Fernsehkasten!

5. Ich bin auch eine engagierte Grossmutter. Mindestens einmal pro Monat fahre ich durch die halbe Schweiz zu Tochter, Schwiegersohn und Enkel. So können die Eltern abends ausgehen, wenn sie Lust haben, und der Enkel lernt mich kennen.

6. Ich habe einen Garten und gehe ins Turnen. Beides verlangt auch Zeit und Kräfte.

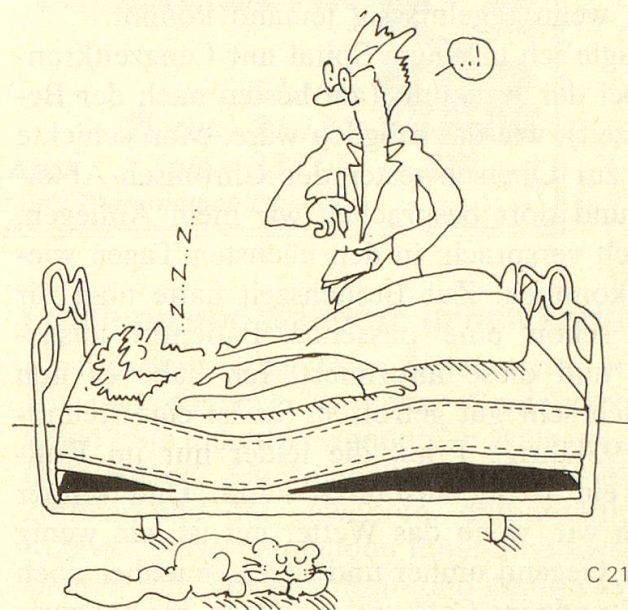
So habe ich immer irgendeinen Termin einzuhalten und langweile mich nie.

Frau H. B. in Payerne

Ich bin eine rüstige Siebzigerin und wohne in einem Dorf, wo man sich kennt. Alle zwei Wochen gehe ich bei einem älteren Mann bügeln und flicken, bei einem andern jeden Freitag-nachmittag putzen. Bei einer über 80jährigen gehe ich plaudern, posten, jassen und mache etwas Gartenarbeit. Einmal pro Woche bin ich im Altersheim, dort jasse ich mit Frauen. Wir wollen kein Fest, wir sind mit einem Tee zufrieden. Männer hätten hier sicher Gelegenheit zum Holzschneiden oder zur Aushilfe bei Bauern in der Not. In der Stadt wird es schon schwieriger sein, etwas zu finden. Ich bin zufrieden, wenn ich jeden Tag aufstehen kann und noch

Es gibt Leute, die beim Ausprobieren einer Original Minder Matratze auf einem verstellbaren Minder Bett ihre Einschlafprobleme spontan gelöst sehen.

Betten Minder



C 21

8025 Zürich 1, Limmatquai 78
zwischen Rathaus- und Brun-Brücke
Telefon 01-251 75 10

Fabrik: Wallisellen, Querstr. 1/3 b.Bhf.

Schnupfentropfen



bekämpfen akuten und chronischen Schnupfen, Stirnhöhlenkatarrh und Heuschnupfen. Sie wirken schleimhautabschwellend und reizmildernd. Dank der milden Emulsion eignen sie sich auch für Säuglinge und Kleinkinder.

coryben®



Homöopathisches Heilmittel, unschädlich und gut verträglich.

Packung à 10 ml Fr. 4.20.

Erhältlich in Drogerien.

Vertrauen Sie der Natur und ihren wirksamen Heilkräften!

so fit bin. Mir ist es nie langweilig, da ich auch noch lese und Socken stricke.

Frau M. K. in Altishofen

Ich wollte ausprobieren, wie man in einem Spital oder einem Altersheim einen Menschen findet, der kaum besucht wird und deshalb Freude hätte, wenn regelmässig jemand kommt.

So fragte ich in einem Spital mit Langzeitkranken bei der Auskunft (am besten nach der Besuchszeit), wie das möglich wäre. Man schickte mich zur Oberschwester der Chronisch-Abteilung und dort besprachen wir mein Anliegen, und ich versprach, in den nächsten Tagen wiederzukommen. Zur Besuchszeit hatte man für mich schon eine passende Patientin ausgesucht und diese informiert. Ich habe es nun wirklich sehr gut getroffen. Sie ist eine freundliche 93jährige Frau, die leider nur im Rollstuhl ein wenig ausfahren kann. Und seither fahren wir, wenn das Wetter gut ist, ein wenig in der Gegend umher und sitzen nachher noch eine Stunde ins Café und plaudern. Sie hat zwar noch Angehörige, aber die kommen nur alle Jahre einmal.

Und dann erzählen wir uns, was seit dem letzten

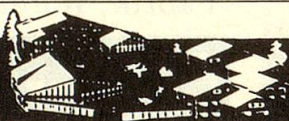
Besuch im Spital passiert ist und was ich erlebt habe. Das erste Mal habe ich ein paar Blumen mitgebracht, hie und da eine Illustrierte, manchmal auch nichts. Auf das kommt es nicht an. Ja, und nun hat doch im Lift einmal ein Besuch eine andere Patientin gefragt, ob ich Pfarrer gewesen sei — wenn ich nicht einmal ein Verwandter meiner neuen «Freundin» sei, müsse ich ja ein richtig guter Mensch sein! Finde ich wohl Nachahmer?

Herr R. G. in Langnau

Bei mir kam es so: Vor 6 Jahren starb mein erster Gatte ganz plötzlich an einem Herzinfarkt. Meine jüngste Tochter leitete damals mit ihrem Mann ein Alters- und Pflegeheim in Athen. Ich flog zur jungen Familie und half dort ehrenamtlich überall, wo es nötig war. An Arbeit fehlte es nie. Musste meine Tochter in den Krankenzimmern aushelfen, so kümmerte ich mich um die Grosskinder. Ich darf aus eigener Erfahrung sagen, dass ich auf diese Art am allerbesten mein eigenes Leid überwinden konnte. Noch heute schreiben mir einige Betagte, was mich jedesmal sehr freut. — Zu

Frau R. Z. in Zofingen

SPORT-UND



FERIENZENTRUM

Hallenbad - Sauna - Tennisplätze

HERBST-

21.-27. September 1980

Wochenpauschale

Fr. 295.—

**Erholung,
Vergnügen
und Sport —
ideal vereint
am gleichen Ort!**

Klostern

Komfortable Gästezimmer - Bündner Stube - Bar

**WANDERWOCHE
FÜR SENIOREN**

- Halbpension
- komfortable Doppel- / einfachere Einzelzimmer in Appartements
- leichtere Bergwanderungen und Wandertouren
- Ausflug mit Vereina-Bus und «Zmaränd» im Freien
- gemütlicher Schlussabend mit Spezialessen und Tanz

Bert Weixler, Direktor CH-7250 Klosters

Telefon 083/4 29 21

Anmeldung für SENIOREN-WANDERWOCHE 21. bis 27. September 1980

Name _____

Vorname _____

Strasse _____

PLZ/Ort _____

Anzahl Personen _____

senden an: **SPORT- UND FERIENZENTRUM, 7250 KLOSTERS**