

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 59 (1981)
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

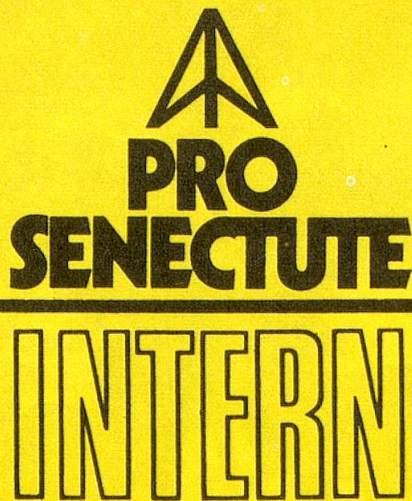
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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: 08.02.2026

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



PRO SENECTUTE INTERN

Aufruf an musizierende Luzerner Senioren

Seit Pro Senectute in Luzern vor 13 Jahren mit dem Altersturnen den Anfang machte, die Idee «aktives Alter» in die Tat umzusetzen, sind bis heute eine ganze Reihe weiterer Aktivitäten für Senioren hinzugekommen. Der grössere Teil ist auf körperliche Betätigung ausgerichtet. Als Ergänzung und Ausgleich ist nun geplant, in mehr musischer Richtung zwei Möglichkeiten zu schaffen.

Die Grundidee zu dem einen Vorhaben lieferten vier Senioren, die sich seit einigen Jahren treffen, um zusammen mit viel Vergnügen und Freude zu musizieren. Pro Senectute möchte versuchen, ein Orchester auf die Beine zu stellen, dessen Mitglieder an einem Nachmittag jede dritte Woche zusammenkommen und sich unter Leitung **leichterer klassischer Musik** widmen würden. Ansprechen möchte sie damit Senioren, die folgende Instrumente spielen oder früher gespielt haben, sei es in einem Orchester oder daheim als Hausmusik: Geige, Bratsche, Cello, Bassgeige, Flöte, Klarinette, Oboe, Waldhorn, Trompete, Posaune, Kesselpauke, Trommel, Klavier.

Die zweite Gruppe, zu der musizierende Senioren gesucht werden, würde sich der volkstümlichen **Unterhaltungsmusik** verschreiben. Hier kämen Instrumente wie Handorgel, Mundharmonika, Gitarre, Mandoline usw. zum Zuge. Interessenten sind gebeten, sich ohne Hemmungen zu melden bei Pro Senectute, Obergrundstrasse 61, 6003 Luzern, Telefon 041/23 10 70.

Lebensgeschichten — Geschichten aus dem Leben

Als Pro Senectute Zürich gemeinsam mit Professor Schenda vom Ethnologischen Seminar der Universität Zürich die älteren Leute von Winterthur und Umgebung ermunterte, ihre Lebenserinnerungen aufzuschreiben, rechnete man mit ungefähr 50 Einsendungen. Mit 215 Berichten wurde diese Erwartung weit übertroffen. Noch sind nicht alle — oft handgeschriebenen — Aufzeichnungen gesichtet, die längste umfasst 600 Seiten!

Die Senioren lud man zum Dank für ihre Mühe zu einer kleinen Feier ein. 210 Einladungen wurden verschickt, 180 «Autoren» erschienen am 18. Juni erwartungsvoll im Hotel Wartmann in Winterthur.

Nach der Begrüssung durch Herrn Sommerhalder erzählte Frau Winter von Pro Senectute Zürich, wie es überhaupt zu dieser Aktion gekommen war. Professor Schenda sprach von der Freude und der tiefen Rührung beim Lesen der Geschichten der vorwiegend einfachen Leute. Vielleicht ist eine literarische Auswertung möglich. Später sollen die Lebensgeschichten dem Stadtarchiv Winterthur übergeben werden. Eine wertvolle Gabe für spätere Generationen, die wissen möchten, wie es einmal war. Der Nachmittag, der bei Tanz und Gesang ausklang, wird allen, die dabei sein durften, eine bleibende Erinnerung sein.

Ein Ferienpass für Solothurner Senioren

Pro Senectute Solothurn hat einen Ferienpass für Senioren ausgeheckt. Der «Pass» kostet 5 Franken und berechtigt die Besitzer, neun Veranstaltungen kostenlos und bei jeder Witterung zu besuchen. Kosten der Verkehrsmittel und Konsumationen gehen zu Lasten des Pass-Inhabers. Das Programm bietet folgende Attraktionen: Vortrag «Das Brot», Fahrt nach Altreu zu den Störchen, Besichtigung des Schlosses Waldegg, Besichtigung des Betagtenheims «Blumenfeld» in Zuchwil, Führung durch das neueröffnete Kunstmuseum, Diashow über China, Besuch im Naturmuseum, «Z'morge» im Jugendzentrum, «Balmberg-Z'morge».

Diese gute Idee sei andernorts zur Nachahmung empfohlen!

Turnfeste in Zug und Kreuzlingen

Am 10. Juni wurde in Zug das 10-Jahr-Jubiläum des Altersturnens gefeiert; genau eine Woche später fand in Kreuzlingen das kantonale Altersturnfest der Thurgauer statt.

Im Casino in Zug fanden sich ungefähr 160 Turnerinnen ein, in der Eissporthalle in Kreuzlingen marschierten gar 2300 Alterssportler auf. In Zug und in Kreuzlingen hatte eine Jugendmusik für einen fröhlichen Auftakt gesorgt. Die Zuger Turnleiterinnen legten besonderen Wert darauf, mit ihren Uebungen rheuma- und arthritsgeplagten Gliedern eine gewisse Beweglichkeit zu erhalten oder sogar eine kleine Besserung zu erzielen.

Am Bodensee beeindruckte das harmonische Zusammenspiel der verschiedenen Gruppen. Ob «Familienfeier» ob Volksfest, beide Anlässe überzeugten, dass die vielbelächelten Anfänge überwunden sind und das Turnen zu einem wichtigen Bestandteil eines «aktiven Alters» geworden ist.



Ein fröhlicher «Schirmtanz» in Kreuzlingen.

Foto Manuel Ebner

Die ZEITLUPE kann man auch abonnieren oder verschenken!

Bestellung (Nur für Neubezüger)



Hiemit bestelle ich die «Zeitlupe» ab sofort **für mich** für nur Fr. 11.— jährlich (bei **Geschenken** hier **Spenderadresse** angeben!).

Frau/Frl./Herr

Name

Vorname

Strasse

PLZ, Ort

Senden Sie ein **Geschenk-Abonnement** / eine **Probenummer** (gratis!) an folgenden **Empfänger** (Gewähltes unterstreichen):

Frau/Frl./Herr

Name

Vorname

Strasse

PLZ, Ort

Bitte deutlich schreiben! In offenem Briefumschlag mit dem Vermerk «Bücherzettel» mit 20-Rappen-Porto einsenden an «Zeitlupe», Postfach, 8027 Zürich. Der Einzahlungsschein wird Ihnen zugestellt.

«Delsberger Tage»: ein Ferienseminar für Aeltere

Wiederum fand in diesem Mai — schon zum sechstenmal — ein Seminar für Senioren in Delsberg statt, das Frau Agnes Rauber, die Leiterin der Pro Senectute-Beratungsstelle Breitenbach SO, durchführte.

Wieder wurden die acht Tage unter ein Thema gestellt, diesmal hiess es: **«Sterben und Tod und das Leben nach dem Leben»**. Anfangs trafen die Anmeldungen nur zögernd ein — war das Thema zu «heiss»? Eine bisherige Teilnehmerin schrieb ab: «Ich möchte zwar gerne kommen, doch bin ich eher für lustig...». Am Seminar waren es dann aber gegen sechzig ältere Menschen, die ein Gespräch über Leben und Sterben nicht scheuten.



Zum Ferienseminar gehörte auch der beliebte Werkunterricht: Hier werden Rosetten aus Stoffresten genäht.
Foto M. Klauser

Einige gut ausgewählte Referenten beleuchteten das Thema von verschiedenen Seiten, und die anschliessenden Diskussionen waren auch für sie wegweisend und teilweise erschütternd. Prof. Dr. Felix Labhard als Psychiater eröffnete den Reigen der Gespräche. Er zeigte auf, wie wichtig es ist, durch das Leben sterben zu

lernen, aber auch, dass es für Menschen, die im Leben viel verpasst haben, schwerer ist, friedlich sterben zu können. Grausam sei es aber, Sterbende isoliert und einsam liegen zu lassen.

Der ihn begleitende Pfarrer zeigte in eindrücklichen Dias Wachsen und Sichentfalten eines Weizenkornes, bis hin zum Reifen und Absterben. Wichtig sind Sinn und Ziel im Leben, dann ist auch der Tod sinnvoll, sagte Pfarrer Vogt.

Am nächsten Tag sprach Dr. Dieter Bürgin vom Kinderspital Basel über Krankheit und Tod bei leukämiebefallenen Kindern. Vor allem sollen die Fragen der Kinder ehrlich beantwortet und sie und ihre Eltern während der Krankheit und des Sterbens begleitet werden. Dias von Zeichnungen dieser meist todgeweihten Kinder erschütterten die Teilnehmer, führten aber auch zu offenen Gesprächen unter den Aeltern, die den Kinderpsychiater durch ihre Interpretation und Treffsicherheit erstaunten. Gegen Abend erzählte eine Nonne ergreifend vom Sterben dreier Mitschwestern: jede von ihnen hatte ihren eigenen Tod.

Wollen Sie wieder gut hören, am Leben teilnehmen?

Ihr FACHGESCHÄFT ist für Sie da.
KOSTENLOSE und FACHMÄNNISCHE Beratung durch HÖRGERÄTE-AKUSTIKER mit EIDG. FACHAUSWEIS.

IM OHRGERÄT «alles im Ohr»,
HINTEROHRGERÄTE «mit Richtmikrofon»,
HÖRBRILLEN, KNOCHENLEITUNGSHÖRBRILLEN
«ohne jeglichen Ohreinsatz» aller Fabrikate,
sämtliche Zubehöre, eigener Reparaturservice.



Mitglied
Informationszentrum
für gutes Hören

Vertragslieferant der IV und AHV.

PHONAK

Ihre Hörberatung

Talacker 35, 8001 Zürich,
Telefon 01 211 33 35
Tram 2 und 5, Sihlstrasse

Die Bank, die mehr bietet

Alters-Sparheft

Wir belohnen das Sparen
unserer Kunden ab 60 Jahren
mit einem **Vorzugszins**
ab 1. 9. 1981



4¹/₂%



Samstagmorgen geöffnet

MIGROS BANK

Basel Bern Genf Lugano Winterthur Zürich
Ab Herbst 1981 auch in St. Gallen

Hauptsitz 8023 Zürich, Seidengasse 12,
Tel. 01/221 30 90

An einem weiteren Morgen berichteten drei schon klinisch für tot erklärte Menschen von ihren Erlebnissen an der Schwelle zum Tode und von ihrer Rückkehr zum Leben. Ein Film über Frau Kübler-Ross in einem Gespräch mit einer Todkranken hinterliess bei allen einen starken Eindruck. Als letzter sprach dann der katholische Pfarrer von Breitenbach darüber, ob die Begriffe Himmel und Hölle noch Platz hätten in der modernen Jenseitsforschung. Er versuchte, alte Vorstellungen von Fegefeuer und seligen Gefilden für die heutigen Menschen noch darstellbar zu machen und verständlich zu zeigen, dass der Hoffende nicht so sehr auf den Himmel als seligen Ort als auf Gott hofft.

Viele der anwesenden Katholiken dankten dem Pfarrer für seine andersartige Sehweise, die ihnen ihre von Kindheit an eingetrichterten Aengste nehmen kann, aber auch die Protestanten beteiligten sich lebhaft an der Diskussion um das Weiterleben nach dem Tode.

Natürlich wurde in diesen Ferien nicht nur dauernd von Sterben und Tod gesprochen, es gab Bewegungsübungen, Spaziergänge und vor allem den beliebten Werkunterricht, in dem neben Gestalten mit Salzteig eine überseeische alte Technik gezeigt und geübt wurde: Rosetten aus Stoffresten wurden genäht und farbenfroh als Gemeinschaftswerk zu einem Bettüberwurf zusammengestellt.

Im Gespräch mit einigen Teilnehmern zeigte sich, wie sehr die meisten älteren Menschen innerlich bereit und reif sind für dieses Thema und froh, dass sie einmal in einer Gruppe darüber sprechen durften, um so ihre eigenen Aengste zu überwinden. *Margret Klauser*

Schaffhauser Ideenbörse

Pro Senectute Schaffhausen liess sich eine nützliche Idee einfallen: Seit 1979 werden alle Mitwirkenden und ihre Themen an Alterstreffen aller Art auf Listen erfasst. Diese Blätter mit rund 100 Titeln verteilt die Geschäftsstelle an alle Ortsvertreter, so dass wohl mancher Veranstalter sein Programm wesentlich leichter zusammenstellen kann.

Redaktion Peter Rinderknecht