

<b>Zeitschrift:</b>	Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
<b>Herausgeber:</b>	Pro Senectute Schweiz
<b>Band:</b>	59 (1981)
<b>Heft:</b>	5
<b>Artikel:</b>	Ein Lied auf den Lippen... : die Gruppe "Musik und Gesang" in Thun
<b>Autor:</b>	Graber, Hanni / Brönnimann, Rösli / Wyss-Hopf, Käthi
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-723313">https://doi.org/10.5169/seals-723313</a>

### 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>**

# Ein Lied auf den Lippen...

## Die Gruppe «Musik und Gesang» in Thun

Vor rund vier Jahren hat mich eine Kollegin auf einen Artikel in der Zeitlupe über eine Pro Senectute-Musizier-Singgruppe aufmerksam gemacht. Die Worte meiner Bekannten: «Das wäre doch etwas für Sie, hier in unserer Region etwas Aehnliches ins Leben zu rufen», liess mich nicht mehr los.

Aus Erfahrung weiss ich ja, wie heilsam das «Selber-Musikmachen und Singen» sein kann. Ich setzte mich hin und schrieb an die Beratungsstelle für Betagte/Pro Senectute in Spiez. Nach einiger Zeit kam eine positive Antwort. Ich wurde gebeten, ein Flugblatt zu entwerfen, das bei allen Seniorentreffen und in Kirchge-

eine Streichergruppe (ehemalige Orchestermitglieder), eine Blockflötengruppe und eine Singgruppe gebildet. Jede Untergruppe hat eine Kontaktperson und organisiert ihre Proben selbstständig.

Einmal im Monat findet im Hotel «Freienhof» in Thun ein Treffen der Gesamtgruppe «Musik und Gesang» statt, zu dem alle Mitglieder, sowie weitere Interessierte eingeladen sind. Im ersten Teil tritt jeweils eine der Gruppen auf, gelegentlich werden Gedichte oder Sketches vorgetragen, und vor allem singen wir gemeinsam einige Lieder. Im zweiten Teil kommen



Jeder darf mitmachen in der Basler Gruppe «Sing mit», sei's mit Handharmonika oder Waschbrett und Schwingbesen!

Foto N. Bräuning

meinden aufgelegt und an alle Altersturngruppenleiter/innen versandt wurde. Bald meldeten sich viele Interessenten. Nun galt es, die einzelnen Instrumentengruppen zu formieren. So wurde eine Mandolinen- und Gitarrengruppe,

die «Schwyzerörgeli-Fründe» zum Zuge, welche zum Tanz aufspielen.

Seit dem ersten Treffen im März 1978 haben wir schon viele schöne Stunden zusammen verbracht.

Hanni Graber



▲ Die Blockflöten-Gruppe Thun übt konzentriert für das nächste öffentliche Aufreten.

▼ Aufforderung zum Tanz durch die «Schwyzerörgeli-Fründe» in Thun. Fotos: U. Stürmer-Wild



## Mandolinen- und Gitarrengruppe

Unsere Instrumentengruppe besteht aus Mandolinen-, Mandola- und Gitarrenspielerinnen und -spielern. Wir betrachten es als ein grosses Geschenk, dass wir in unserem Seniorenanter noch öffentlich mitmachen können.

Das Programm wird gemeinsam aufgestellt und unsere Noten kaufen wir selber. Jeden zweiten Mittwoch kommen wir im Kirchgemeindehaus Thun zu einer Probe zusammen. An Pro Senectute-Nachmittagen oder an irgendeinem anderen Altersnachmittag belohnt grosser Applaus unsere Darbietungen. Die leuchtenden Augen der Gäste beweisen, dass unsere musikalischen Einlagen gerne gehört und Kummer und Sorgen für kurze Zeit vergessen werden.

Wir hoffen und wünschen weitere Seniorinnen und Senioren als Aktivmitglieder zu gewinnen.

*Röсли Brönnimann*

## Streichergruppe

In unserer Streichergruppe sind folgende Instrumente vertreten: 2 Geigen, Bratsche, Cello und Klavier.

Ueben dürfen wir in der Alterssiedlung in Steffisburg-Dorf. Wir tun dies alle 14 Tage, ausser der langen Sommerpause. Gelegentlich spielen wir den Heimbewohnern und den Senioren in Thun vor. Es ist für uns ein beglückendes Musizieren.

*Käthi Wyss-Hopf*

## Blockflötengruppe

Die Blockflötengruppe macht mir besonders Freude. Es ist mir ein grosses Bedürfnis, die Musikstücke auszuwählen und Noten zu besorgen sowie die Proben vorzubereiten. Zwei Pianisten lösen sich beim Begleiten ab. Wir spielen Musik von Händel, Praetorius, Corelli, Boismortier, Sammartini, usw.

Im Dezember letzten Jahres haben wir an der Weihnachtsfeier im Altersheim «Sonnmat» in Thun mitgewirkt. Alle 1 bis 2 Monate organisiere ich die Musikbegleitung der Spitalgottesdienste, sei es mit der Klubschulgruppe oder mit einzelnen Spielern der Pro Senectute-Musikanten, die sich immer mit erfreulichem Einsatz zur Verfügung stellen.

*Hanni Gruber*

## Singgruppe

Wir treffen uns allmonatlich im Kirchgemeindehaus Thun zum freien, ungezwungenen Singen bekannter und zum Einüben unbekannter Weisen.

Gelegentlich tragen wir an Alterszusammenkünften einige Lieder vor. Ein Singtreffen mit der Gruppe Oberhasli hat grossen Anklang gefunden und wird wahrscheinlich fortgesetzt. Singfreudige aus der Region sind jederzeit willkommen.

*Ernst Schneider*

## Rückblick

Meine erste Teilnahme an einem «Musik- und Gesang»-Treffen im Hotel «Freienhof» in Thun war für mich ein richtiges Erlebnis. Ich staunte, wie viele Betagte spontan und unkompliziert mitmachten und einander z. B. zum Tanzen holten.

Wie bereits erwähnt, organisieren sich die Untergruppen selbständig und ich habe nur bei allfälligen Schwierigkeiten mitzuhelfen.

Die Zusammenkünfte der Gesamtgruppe (durchschnittlich etwa 80 Teilnehmer) werden von der Vorbereitungsgruppe geplant. Diese setzt sich aus 8 Teilnehmern der Einzelgruppen und mir zusammen. Bei der Programmzusammenstellung ist es uns sehr wichtig, dass die musikalischen Beiträge möglichst durch zuverlässige Mitglieder erfolgen. Wir wollen die Nachmittage selber gestalten und nicht Gäste für «einmalige Auftritte» engagieren. Häufig bilden sich kleine Sondergruppen, um einen Beitrag für einen Altersnachmittag einzustudieren.

Die meisten Musizierenden wohnen in Thun und Umgebung.

Im Winter 1980/81 habe ich bei vielen Altersnachmittagen über Pro Senectute informiert (u. a. mit der Tonbildschau). Häufig verschönerten die Mandolinen- und Gitarrenguppe, die «Schwyzerörgeli-Fründe» oder einzelne Sängerinnen diese Vorträge mit ihren Musik-einlagen.

Leserinnen und Lesern, welche noch nähere Auskünfte über unsere Gruppe «Musik und Gesang» wünschen, geben wir gerne Auskunft: Beratungsstelle für Betagte Pro Senectute, Hondrichstrasse 33, 3700 Spiez, Telefon 033 / 54 61 61.

*Jakob Bühler*

Kinderaufsatz: «Meine liebste Schulstunde ist das Singen. Ich kann noch schneller singen als unsere Lehrerin. Wenn wir alle miteinander singen, muss ich immer warten, bis die anderen Kinder und das Fräulein fertig sind.»



## Ferienwoche der Basler Gruppe «Sing mit»

Zum fünften Mal durften wir (32 Personen) in diesem Sommer eine Sing- und Ferienwoche auf dem Leuenberg im Baselland verbringen, und wieder war es ein herrliches Erlebnis.

Wir singen, wandern, musizieren, tanzen, turnen, führen Gespräche, spielen oder handarbeiten in grösseren oder kleineren Gruppen, welche sich ganz spontan zusammenfinden. Aber jedes von uns hat die Möglichkeit, sich zurückzuziehen, allein zu sein, denn der diesjährige Leitsatz lautete: «s'isch alles freiwillig!»

Am letzten Abend der Sing- und Ferienwoche wird jedesmal ein kleines Fest gefeiert. Eine einfache, selbstgemachte Tischdekoration gibt dem Nachtessen eine festliche Note. Die Vorbereitungen zu diesem Abend werden erst in der Ferienwoche gemacht, nur die Ideen und vielleicht ein Kostüm oder kleine Requisiten werden von daheim mitgebracht. Eine der Leiterinnen spielt Handorgel und so haben wir in diesem Jahr neben vielen anderen «Nummern» eine rassige Hudigägelermusig zusammengestellt. Wer nicht tanzen konnte oder wollte, war herzlich willkommen im Orchester. Mit Waschbrett, Schellenkranz, Rassel, Triangel, Schlaghölzern und Tschinellen ging's los, und wie! Die Tanzfreudigen aber drehten sich

vergnügt zu einem gemütlichen Walzer, oder kamen so richtig in Fahrt bei einem lüpfigen Ländler der hauseigenen Tanzkapelle.

Es tut gut, mit anderen Menschen zusammen fröhliche Tage zu erleben und füreinander Zeit zu haben.

*Theres Wurster-Bourgnon*

## Das «Pilatuschörli» Basel

Im Juni 1973 wurde an der Pilatusstrasse in Basel eine Alterssiedlung eröffnet. Bald setzte reges Leben ein. Neben dem Basteln, Nähen und Spielen wurde auch die Frage eines Chores diskutiert. So kam es zu einer orientierenden Besprechung im Februar 1974 mit über 40 Interessenten. Mit Gottfried Müller stand ein diplomierter Dirigent zur Verfügung. Vierzehn Tage später war die erste Singstunde. Seither wird das Säli am Mittwochabend, 19.30 Uhr, für die Singstunde bereitgestellt. Es war der allgemeine Wunsch, an Geburtstagen oder festlichen Anlässen der Siedlung zu singen. Das letztere ging schon, aber wie wollte man die vielen Geburtstage bestreiten? Der Dirigent kam auf die Idee, die Jubilare zu einer öffentlichen Singstunde einzuladen. Daraus entstanden die sogenannten «Chörlifeste», die dreimal im Jahr durchgeführt werden. Seither durften wir schon 20mal Jubilare zu einer bescheidenen Feier einladen.

◀ Singwoche auf dem Leuenberg. Ein Tänzchen in Ehren kann niemand verwehren. Foto N. Bräuning

▼ Aus dem «Pilatuschörli» ist inzwischen ein stattlicher Chor geworden.



Den jährlichen Ausflug mit anschliessender Unterhaltung ohne Chörli können sich die Siedler an der Pilatusstrasse gar nicht vorstellen. An Altersnachmittagen in Bottmingen, Winterthur, Basel-Stephan, Worb und Langnau, in Altersheimen in und um Basel und in Seuzach, in Spitäler und Krankenhäusern singen wir nach unserer Devise «Freude machen macht Freude» fröhliche und wirklich gängige Lieder.

Seit zwei Jahren besitzen wir das Liederheft «Unser Lied», das vom Dirigenten mit viel Liebe zusammengestellt und bearbeitet wurde. Es enthält dreistimmige Melodien für zwei Frauenstimmen und eine Männerstimme und entspricht damit den Bedürfnissen wohl der meisten Seniorenchöre. Mit diesen 57 Liedern — vom einfachsten Kanon bis zum anspruchsvollerem Volkslied und einigen geistlichen Sätzen — haben wir eine Sammlung, die sicher auch anderen Altersgruppen Freude machen würde.

Mich als Dirigent macht es glücklich, dass sich der Einsatz lohnt. Wenn ein Arzt zu einem Patienten sagt: «Gehen Sie ins Chörli, das tut Ihnen gut», so ist das für alle eine Aufmunterung, weiter zu üben. «Singen, singen tut man viel zu wenig», so singen wir zu Anfang der Singstunde und beenden sie mit dem Kanon «Gute Nacht, schlafet wohl, Gott hält die Wacht».

G. Müller-Ott

*Die Dirigentin der Zuger Sängerinnen fordert von der munteren Schar präzise Einsätze.*

Foto: Silvio Rainer

## Senioren-Chörli Zug

Das Zuger Senioren-Chörli existiert nun seit vier Jahren. Entstanden ist es an einem Mittagsclub, als mir beim Singen mit den älteren Menschen der Gedanke kam, ein Alterschörli zu gründen. Auf die Frage, wer sich für einen Chor interessiere, meldeten sich spontan 18 Personen. Somit war der erste Schritt zu einem Zuger Senioren-Chor getan, und sogleich wurde auch die erste Probe festgelegt. An dieser Probe, bei der noch alles ein wenig daneben ging, wurden nur bekannte Lieder gesungen und etwas ausgefeilt, um sie alle zwei Wochen beim Mittagsclub vorzutragen. Die Mitglieder des Chörlis sangen mit solcher Begeisterung, dass sich nach dieser ersten Aufführung sofort sieben neue Sängerinnen meldeten. Inzwischen zählt das Zuger Senioren-Chörli 36 Sängerinnen mit einem Durchschnittsalter von 74 Jahren.

Die sehr gut besuchten Proben finden alle 14 Tage statt. Das Repertoire umfasst Schweizer Dialektlieder, Volkslieder und Walzerlieder, wie z. B. den sehr beliebten Schneewalzer. Alle Lieder werden mit Klavier oder Akkordeon begleitet.

Einmal monatlich besucht das Chörli ein Alters-Pflegeheim, einen Altersnachmittag oder Mittagsclub, um dort mit immer wieder neuen



Liedern, Spielen und Tänzen Freude und Abwechslung zu bringen.

In Zukunft will sich das Senioren-Chörli aus Zug vermehrt auch mit Jugendlichen (Schulklassen) zu einem gemeinsamen Nachmittag treffen, was mit behinderten Kindern bereits mit grossem Erfolg durchgeführt wurde. Das Hauptziel des Zuger Senioren-Chörlis wird auch weiterhin darin bestehen, den älteren Menschen mit Liedern und Tänzen Gemütlichkeit und Abwechslung ins Leben zu bringen.

*Lilly Goldmann*

## Der Pro Senectute Chor Bezirk Zurzach

Die Gründung unseres Gemischten Seniorenchores «Pro Senectute Bezirk Zurzach» verdanken wir der Pro Senectute Beratungsstelle Zurzach, Fräulein Lydia Hermann.

Sie hatte einen Zeitungsartikel über den Seniorenchor Wettingen gelesen und gefunden, dass Singen im Alter auch für die alten Leute der Region Zurzach eine gute Sache wäre. Als Di-

rigent im Seniorenalter erklärte ich mich bereit, den Versuch zu wagen. Vorerst wurde im Dezember 1980 ein offenes Adventsingen veranstaltet. Es erschienen 13 Sangesfreudige. Das Singen im Chörli fand Anklang und sogleich wurde das Datum der ersten Probe festgesetzt. Seit Jahresbeginn treffen wir uns jeweils am 1. und 3. Freitag des Monats zum Proben im Kirchengemeindehaus Döttingen. Das Uebungskanal, mit einem neuen Klavier ausgestattet, stellt uns die Kirchengemeinde gratis zur Verfügung. Schon nach wenigen Proben kam das Chörlein zum Klingen und erstarkte auch zahlenmäßig, waren doch in der letzten Singstunde 25 Mitglieder anwesend.

Unsere Sängerinnen und Sänger stammen aus Döttingen, Endingen, Klingnau und Zurzach, doch geht die Werbung weiter, so dass wir noch Zuzug aus anderen Gemeinden erhoffen dürfen. Die älteste Sängerin ist 87 Jahre alt, die jüngste 64, der Dirigent 76jährig.

Unser Liedgut: Damit die Freude an unserem Singen erhalten bleibt, wählen wir ausschliesslich leicht singbare Weisen. Wir singen entweder einstimmig mit Klavierbegleitung oder Ka-

Geeignet bei Fällen von

- Polioarthritis
- Rheuma
- Beschränkter Mobilität in vorgerücktem Alter

Für Leute konstruiert,  
für die Aufstehen und  
Absitzen ein echtes  
Problem ist

## Hebesitz- Sessel



Fordern Sie Prospekte an bei:

**Peter Schmidlin**

Medizinische Hilfsgeräte

Taleggstrasse 5, 8953 Dietikon



Name \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

# Nieren-Blasen- beschwerden

- **Schmerzen in der Nieren-  
gegend**
- **Harnzwang und Harndrang,  
besonders nachts**
- **Blasen- und Nierenbecken-  
katarrh**
- **brennende Schmerzen beim  
Harnlösen**
- **vergeblicher Harndrang**

**da helfen die homöopathischen**

## OMIDA- Nieren-Blasentropfen

**30 ml Fr. 6.50 / 60 ml Fr. 9.80**

**In Apotheken und Drogerien**

**Homöopathische OMIDA-Heilmittel seit 1946**



Die Mandolinen- und Gitarren-Gruppe Thun erntet an Altersnachmittagen immer besonderen Beifall.  
Foto: U. Stürmer-Wild

nons und 3- bis 4-stimmige Volkslieder von Silcher, Casimir Meister, Broechin, Brahms, Mendelssohn-Bartholdy, Schubert u. a. Ansprechende Lieder bieten uns auch die älteren aargauischen Schulgesangbücher «Es tönen die Lieder» und «Lasst uns singen!», die wir gratis erhalten haben.

Oeffentlich sind wir bis heute noch nie aufgetreten. Demnächst aber werden wir einer Einladung der neuen Leiterin der Beratungsstelle Pro Senectute, Frau Laura Gaier, Folge leisten und die Gemeindedellegierten der Aktion Winterhilfe mit einigen Liedern begrüssen. Im Dezember 1981 soll ein Adventskonzert die alten Leute der Region erfreuen. *Max Ursprung*

## Der Seniorenchor St. Gallen

Seit 3½ Jahren treffen wir uns — der Chor zählt jetzt über 100 Mitglieder — alle 14 Tage an einem Mittwochnachmittag, um in froher und gelöster Stimmung bekannte und weniger bekannte, besinnliche und heitere Volkslieder zu singen. Dass sich auch die bereits etwas mühsam Gehenden vom schlechten Wetter nicht abhalten lassen, beweist, dass das Singen in froher Runde einem echten Bedürfnis entspricht und Herz und Gemüt erfrischt.

Viele dieser Frauen und Männer haben schon früher in verschiedenen Chören gesungen, teils

machen sie immer noch anderswo mit. Bei einigen sind die Lieder nach der Schulzeit «eingeschlafen». Für andere bietet sich erst jetzt Gelegenheit, ihre «musische Saite» zum Klingen zu bringen. Einige spornt es sogar an, selbst kleine Lieder und Liedtexte zu schreiben.

Da sich unser Seniorenchor aus Sängern mit mehr oder weniger musikalischen Vorkenntnissen und Ambitionen zusammensetzt, ist die Programmgestaltung nicht ganz einfach. Man muss eine Mitte finden, um allen einigermassen gerecht zu werden. Damit die Stimmbänder nicht allzusehr strapaziert werden, lockere ich das jeweilige Liedprogramm mit passender Prosa und Poesie auf.

Unser Singen soll nicht nur Selbstzweck sein, und so tragen wir unsere Lieder von Zeit zu Zeit an Altersnachmittagen oder in Alters- und Pflegeheimen vor, um Abwechslung und Freude zu bereiten und zum Mitsingen aufzumutern, was überall spontane und helle Begeisterung auslöst.

Die Sänger des Seniorenchores sind dann selbst Beschenkte und jene, die vielleicht an der Schwelle zum Eintritt in ein Altersheim stehen, werden manche Beklemmung los.

Mit diesem kurzen Beitrag verbinde ich die Einladung, uns an einem Singnachmittag zu besuchen, um sich selber zu überzeugen, mit welcher Freude und Begeisterung im Herzen jung Gebliebene noch singen. *Elsy Baumgartner*