

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 60 (1982)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Selbstständigkeit im Altersheim : ein Besuch im "offenen Altersheim"  
Münchenbuchsee  
**Autor:** Schütt, Elisabeth  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-723251>

### **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:** 01.02.2026

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



# Selbstständigkeit im Altersheim

## Ein Besuch im «offenen Altersheim» Münchenbuchsee

Vor 2½ Jahren entschlossen sich Herr und Frau Schmid, die Leitung des neuerbauten Altersheims in der stattlichen Berner Gemeinde zu übernehmen. Sie brachten grosse Erfahrung mit, hatte das Ehepaar doch während 15 Jahren im Thurgau einem Altersheim vorgestanden. Die Trägerschaft des «Buchser» Altersheims ist der Fürsorgeverein, dem auch fünf umliegende Gemeinden angehören. Der Kanton Bern subventioniert das Heim und setzt das Minimaltaggeld von Fr. 31.50 fest. Die andern Pensionsgelder richten sich nach Vermögen und Renten. Als Glücksfall bezeichnet es Herr Schmid, dass die Gäste nach und nach einzogen, so musste

*Im Altersheim Münchenbuchsee, erbaut 1979, leben 45 Betagte und 9 Angestellte. Hühner, Kaninchen, zwei Katzen, Blumen- und Gemüsebeete werden von den Pensionären betreut.*

nicht mit dem jetzigen Bestand von 45 Betagten begonnen werden. Das Durchschnittsalter ist – wie in den meisten Heimen – recht hoch, deutlich über der achtziger Grenze.

### Was geschieht im Krankheitsfall?

«Was machen Sie mit Pflegefällen?» lautet eine der ersten Fragen. Die Antwort: «Wir pflegen selbstverständlich unsere Leute, wenn sie krank werden, sie dürfen bei uns auch sterben. Zu uns kommen viele Leute nach der Entlassung aus dem Spital, wenn ein Verbleib im eigenen Haushalt nicht mehr möglich ist. Eine Schwester pflegt tagsüber die Kranken und kümmert sich

*Der kleine Sohn des Kochs fühlt sich wohl in der Obhut eines Pensionärs bei einem Ausflug.* ►

*Für jede Arbeit steht ein Fachmann zur Verfügung.*

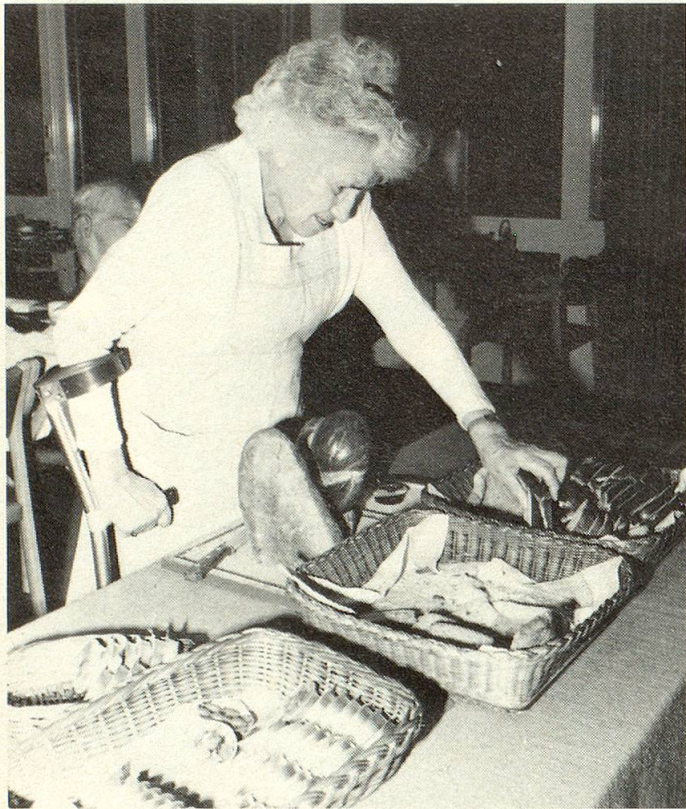








um die kleineren «Bresten». Bettlägerig sollten die Pensionäre jedoch nicht zu uns kommen.» Der Grund ist offensichtlich: Wenn die Leute in ihren Zimmern bleiben müssen, ohne vorher andere Heimbewohner kennengelernt zu haben, bleiben sie einsam. Sie werden nicht besucht, niemand nimmt an ihrem Ergehen Anteil. Wer bekannt ist und bereits in die Gemeinschaft aufgenommen wurde, ist des Zuspruchs sicher. Hilfe ist selbstverständlich, kleinere Dienstleistungen werden gerne übernommen. Kranke pflegt man nicht «zu Tode», der Lebenswille wird geweckt. Der Betagte soll mit der Behinderung leben lernen.



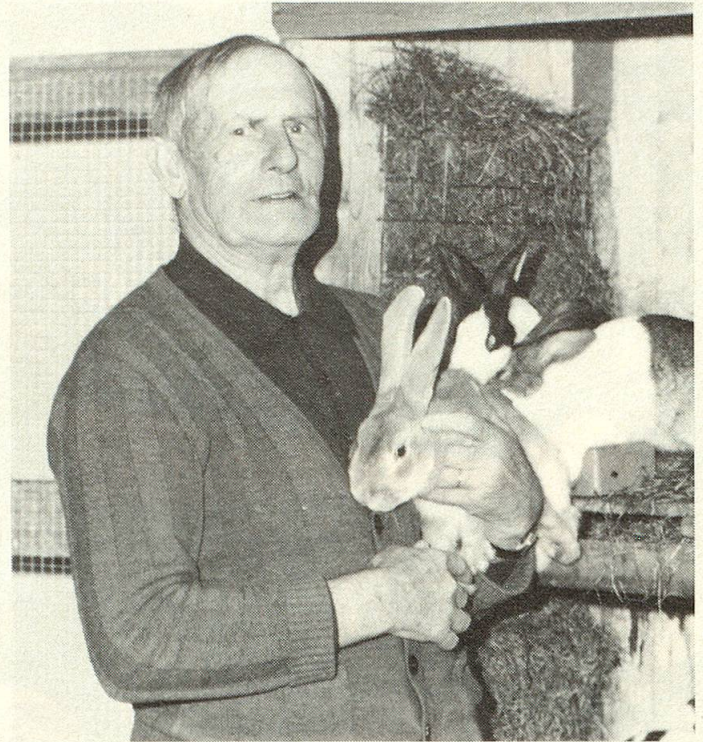
*Selbstbedienung trotz der Behinderung.*

### **Selbsthilfe und Nächstenhilfe**

Die Gäste sollen hier selbständig bleiben oder lernen, selbständiger zu werden. Leiter und Angestellte greifen nur in Notfällen ein, wenn jemand Schwierigkeiten beim Aufstehen oder Mühe hat mit Stock und Sessel, mit Lift und Krücke. Es gibt immer Betagte, die helfen können. Man lernt, aufeinander Rücksicht zu nehmen, Hilfe zu geben und zu beanspruchen. Jeder kann noch etwas leisten, jeder hat seine Schwächen. Viele besorgen ihr schönes Zimmer – gewöhnlich mit den eigenen Möbeln ausgestattet, die meisten auch mit Dusche und Balkon – selber. In der Küche kann manche Handreichung

angeboten werden, sei es beim Abtrocknen, beim Gemüserüsten.

Dank dieser Mithilfe kann der Personalbestand – 9 ständige Mitarbeiter – konstant gehalten werden, was sich wiederum im Budget vorteilhaft niederschlägt.



*Ein Prachtsexemplar aus dem Kaninchenstall.*

### **Landwirtschaft im kleinen**

Wer kann und will, darf ein Beet bepflanzen. Was und wie er es bebauen will, bleibt absolut freigestellt. Dem Wunsch nach Erdbeeren und Himbeeren aus dem eigenen Garten wurde Rechnung getragen. Ein grosser Kaninchenstall beherbergt eine ganze Anzahl Tiere. Jeder «Züchter» schwört eben auf seine eigene Rasse. Die jungen Tiere werden gebührend geherzt, die älteren wohl bald einmal geschlachtet, vom Eigentümer selbstverständlich, den Braten hingegen geniessen alle. Im Hühnerhof werden recht brav Eier gelegt, der monatliche Bedarf von 1500 Eiern jedoch bei weitem nicht gedeckt. Etwas abseits, einstweilen noch unter Gittern, lebt eine Henne mit ihren Kücken, und drei italienische «Bibeli» zeigten sich autonom und werden extra betreut, zur Vorsicht ebenfalls von einer übergitterten Kiste geschützt.

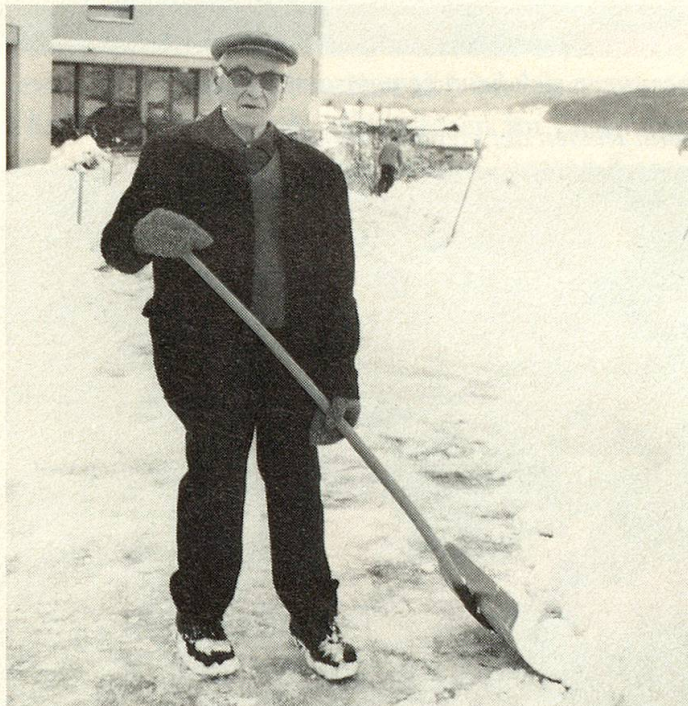
Das Kaninchenfutter wird eigenhändig herbeigeschafft, die meisten Männer verstehen mit Sense und Sichel umzugehen und mähen die grosse



Wiese gerne. Ein Rosenfreund hegt zwei grosse Rosenrabatten. Wer im Sommer gern einen Strauss hätte, wendet sich an den Rosengärtner, denn Respekt vor der Arbeit und Achtung vor dem Eigentum gehören zu den obersten Grundsätzen der Heimleitung.

Zwei Katzen gehören ebenfalls zum «Inventar», und eigentlich möchte Herr Schmid gern einmal versuchen, einen Pensionär mit einem Hund aufzunehmen. Probleme und Schwierigkeiten dieses Wunschtraums unterschätzt er keineswegs, denn was dem einen sein Bernhardiner, ist dem andern sein Zwergpudel. Toleranz gegenüber den Lieblingen des andern ist schwierig zu erreichen.

Noch mit ein wenig Misstrauen wird ein kleines Biotop betrachtet, ihm gehört Herrn Schmid's Liebe. Aber wer weiss, in einigen Monaten entdeckt möglicherweise ein Gast seine Liebe zu Fröschen, Molchen und Libellen.



*Beim Schneeschaufeln sind helfende Hände willkommen.*

### **Der Treffpunkt**

Täglich um halb elf trifft man sich zum Tee in der grossen Eingangshalle. Aus dem Pro Senectute-Liederbuch «Mir singed eis» wird ein Lied gesungen; gilt es jemanden zu feiern, darf der Betreffende «sein» Lied wählen. Das Programm für die kommenden Tage wird bekanntgegeben, und gemeinsam werden Alltagsprobleme besprochen, kleinere Widerwärtigkeiten aus der Welt – bzw. aus dem Heim – geschafft. «Tee



*Bitte alle gut zuhören! Die Pensionäre wissen mit dem Mikrophon umzugehen.*

trinken», das heisst in Münchenbuchsee nicht einfach «ein Glas Tee vorgesetzt bekommen». Nein, jeder muss seinen Wunsch, ob einen Kräuter- oder Schwarztee, täglich neu bekanntgeben. Man muss eine Entscheidung treffen. Für viele Pensionäre ist das neu, wünschen dürfen, jeden Tag anders, wenn es Spass macht. Das fällt zuerst schwer, wird aber später zu einer lieben Gewohnheit.

Nach dem Tee bleibt Zeit zum Plaudern, Ausruhen, Arbeiten, seinem Ämtlein nachgehen, denn bis zum Mittagessen möchte ein jeder hungrig sein.

### **«Tischlein deck dich»**

Gegessen wird an kleinen, hübsch gedeckten Tischen. Brot, auch Salz und Pfeffer stehen in schmucken Körbchen bereit. Ein geschickter Bastler des Heims hat die meisten davon geflochten. Auf einem langen Tisch steht das sehr beliebte Salatbuffet zur freien Bedienung bereit. Jeder füllt seinen Teller nach Belieben. Wählen, entscheiden, die Quantität bestimmen, so werden die Gäste ohne Druck gefordert. Wer nicht gut mit Stock und Teller gleichzeitig hantieren kann, wird von einem Mitpensionär bedient. Sind die Salatteller leergegessen, wird eine Suppenschüssel auf jeden Tisch gestellt. Schöpfen muss jeder selber – wer keine Suppe will, der lässt es eben bleiben.





*Grossmutter hat Besuch bekommen, drei Generationen vergnügen sich beim gemeinsamen Spiel.  
Erfreut über die gute Ernte unterhalten sich die Gärtner beim Rüsten der eigenen Bohnen.*





Fleisch, Gemüse und Beilagen werden serviert. Das feine Essen wird allgemein gerühmt, man muss sich sehr in acht nehmen, damit Hosenbund und Kleid nicht zu eng werden.

Nach dem Essen holt sich fast jeder eine Frucht aus dem grossen Korb, der immer bereitsteht. Die Gefahr, dass die Augen grösser sind als der Magen und die Früchte dann im Zimmer faulen, wird ab und zu beim Tee besprochen!

### **Gäste sind willkommen**

Täglich essen auch Kinder von Teilzeitangestellten im Heim. Gelegentlich schickt ein Handwerksmeister seinen Lehrbuben ins Heim, wenn er ihn nicht selber verpflegen kann. Sie kommen gern, der gute Mittagstisch hat sich herumgesprochen. Zum Essen kommen auch Leute, die «mit einem Bein im Altersheim stehen», so wird der Eintritt erleichtert. Sie kennen, wenn sie ganz hier einziehen werden, bereits einige Leute, sind mit den Gebräuchen vertraut. Dieser stufenweise Übergang bewährt sich bestens.

Täglich werden auch Mittagessen im Dorf verteilt. Der eigene Mahlzeitendienst, dessen Kapazität nicht voll ausgelastet ist, ist offenbar noch zuwenig bekannt und anerkannt. Viele ältere Leute haben Bedenken, Hilfe anzunehmen und «armengenössig» oder «faul» zu erscheinen.

Wer von den Pensionären Gäste zu sich bitten möchte, darf das selbstverständlich jederzeit tun. Der günstige Preis erlaubt es jedem Rentner, Besuche zu bewirten, Freunde und Angehörige einzuladen.

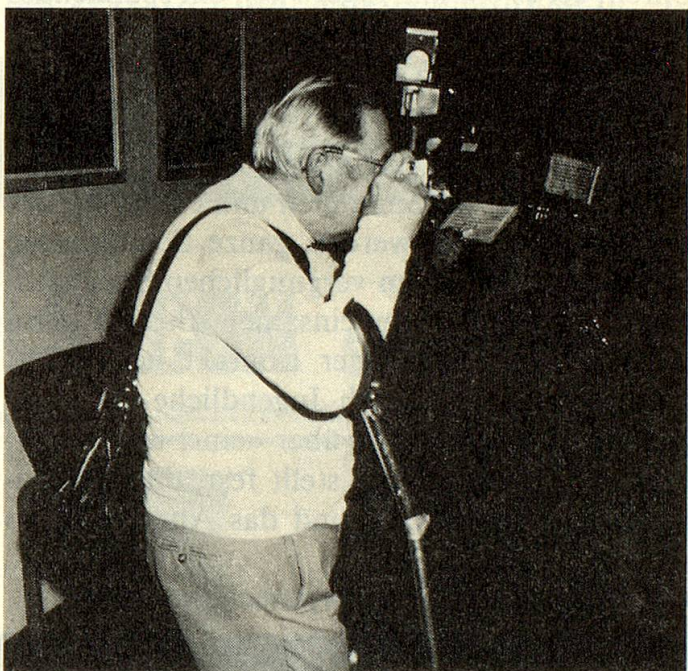
### **Langeweile: unbekannt!**

Das reichhaltige Nachmittagsprogramm sorgt für Seele, Geist und Körper. Fast jeden Nachmittag ist «etwas los». Der Zvieri ist natürlich auch nicht zu verachten. Andachten – evangelische und katholische – werden regelmässig abgehalten. Für das Vorlesen ist Herr Wyss zuständig, er ist der Hofpoet, der hübsche Gedichte schreibt und auch im Gemeindeblatt über das Altersheim berichtet. Er kann auch berndeutsch vorlesen, was dankbar registriert wird. Herr Gnägi, der Hausfotograf, zeigt seine neuesten Bilder. Natürlich freuen sich alle, wenn sie viel jünger erscheinen als in Wirklichkeit.

Beliebt sind Tanznachmittage, einen munteren Ländler oder beschwingten Walzer bringt man auch mit neunzig noch «zweg».



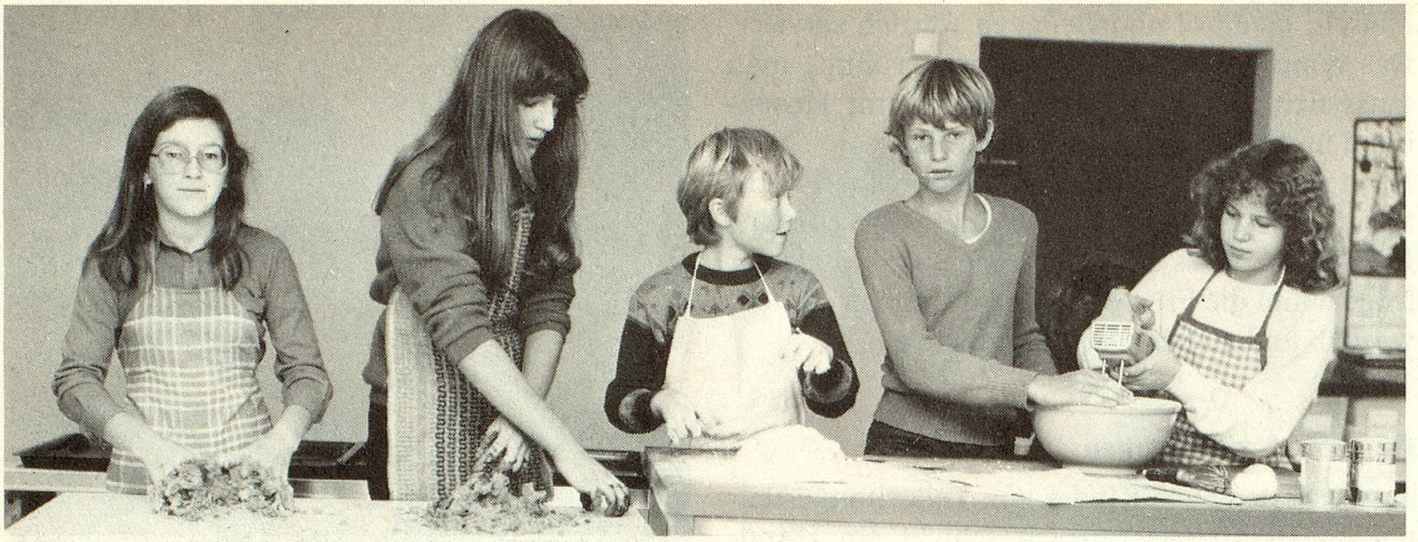
*Herr Wyss, seines Zeichens «Hofpoet».*



*Herr Gnägi, der Fotograf, ist immer dabei.*

Gerne wird gebastelt. Geht es gegen den Winter, beginnt man mit Kerzenziehen, auch Männer zeigen vorzügliche Resultate und sind stolz auf selbstgebastelte Weihnachtsgeschenke. Musikgruppen kommen zu Gast. Bei Volksmusik und Jodel werden Erinnerungen wach. Vorträge, sei es über Gesundheit, Krankheit oder fremde Länder, locken die Zuhörer aus ihren Zimmern. Sehr beliebt sind Ausfahrten. Im bequemen Car wieder einmal ein Stück Schweiz zu sehen, ist beglückend. Die Veränderungen werden bespro-





*Kinderkochkurs im Altersheim, eine Freude für alt und jung.*

chen, die Äcker mit dem «Pflanzblätz» im Heim verglichen und Prognosen für den Ertrag der Obstbäume, der Beerenstauden und der Frucht gestellt. An Regentagen kommen die Spiele zu Ehren, sei es ein kniffliger Jass, ein spannendes Halma oder ein einfaches Eile mit Weile.

### **Jugend und Alter**

Kinder sind im Heim gern gesehen. Es stört nicht, wenn sie herumrennen und ein wenig lärmern. Gelegentlich werden ganze Schulklassen eingeladen. Bei einem vergnüglichen Spaghetti-Essen oder beim gemeinsamen Basteln wird rasch ein ungezwungener Kontakt hergestellt. Ab und zu werden auch Jugendliche ins Heim gebeten, man diskutiert über «einst und jetzt», entdeckt Gemeinsames, stellt fest, dass die Jugend nicht so schlecht und das Alter nicht so

schlimm ist. Niemals aber werden ganze Klassen eingeladen, ohne die Pensionäre zu fragen. Nie wird über ihren Kopf hinweg gehandelt, eine Rücksichtnahme, die dem gegenseitigen Einvernehmen sehr zustatten kommt.

### **Der selbständige Einkauf**

Einmal im Monat gehen die «Leute aus dem Altersheim» ins Dorf zum Posten. In der Metzgerei, wo sie früher Kunden waren, darf jeder einkaufen, was ihm behagt, ob Savelat oder Entrecôte. Bezahlt wird selber. Zurück im Heim wird abgerechnet, und jeder erhält seine Ausgaben zurückerstattet. Dieser Einkaufstag bringt nebst den Gefahren (Verkehr!) beträchtliche Vorteile: Die Beziehung zum Dorf bleibt erhalten. Das Preisbewusstsein geht nicht völlig verloren, in der Metzgerei wird der frühere Kunde erkannt

*Ein Tänzchen in Ehren kann niemand verwehren.*





und zuvorkommend bedient. Und man übt das Verhalten im Strassenverkehr.

Und dann: welches Vergnügen, wenn der Koch das ausgewählte Fleisch ganz nach Wunsch «à la carte» zubereitet!

Für den Koch und das Personal bedeutet der Einkaufstag eine Mehrarbeit, die jedoch ausgeglichen wird durch die Freude und Zufriedenheit der Gäste.

### Ausgang und Ferien

Selbstverständlich besitzt jeder Pensionär einen Hausschlüssel. Abendlicher Ausgang ist gestattet, wird aber relativ wenig in Anspruch genommen. Wozu auch? Der Wein ist im Heim billiger, fast jeder hat einen Fernsehapparat im Zimmer, oder dann können die zwei Fernseher im Aufenthaltsraum benützt werden. Die Cafeteria steht für alle offen. Wozu also der Ausgang?

Einige Ferientage oder Besuche bei Verwandten oder Freunden sind angenehme Abwechslungen. Ab und zu werden auch andere Heime besucht, der Vergleich fällt allgemein zugunsten von «zu Hause» aus.

### Wie meistert das Heimleiterpaar die Probleme?

Gern möchten Herr und Frau Schmid ihre Betagten zu noch mehr Selbständigkeit bringen. Keine leichte Aufgabe, denn viele von ihnen wurden zeitlebens kaum nach ihren Wünschen gefragt.

Gern würde man im Sommer den schönen Vorplatz zum gemeinsamen Mittagessen herrichten, aber da purzeln bereits die Einwände von allen Seiten: es zieht, es ist zu heiss, es hat Fliegen, es blendet. So lässt man die Senioren im Haus, und nur die Heimleiter und die Angestellten sitzen draussen. Vielleicht überzeugt mit der Zeit doch ihr Beispiel. Gern würde man das Heim noch offener führen, die Gäste noch mehr nach eigenen Wünschen und Ansichten befragen. Die Überzeugung, dass im Heim «mitbestimmt» werden kann, ist noch ungewohnt.

Alle Vierteljahre trifft sich Frau Schmid mit Kolleg(inn)en bei der Leiterkonferenz zu einem Erfahrungsaustausch. Es sind bereits an die vierzig Heime und Alterszentren, die bewusst nicht mehr «betreuen» und «bemuttern», sondern die Selbständigkeit fördern. In Münchenbuchsee unterstützen der Fürsorgeverein und die Behörden diese Bestrebungen nach Kräften.

*Text Elisabeth Schütt  
Fotos W. Gnägi*

Rheuma

Arthritis

Neuralgie

Migräne

Erkältungen

Bandscheiben

Sportverletzungen



gegen starke Schmerzen

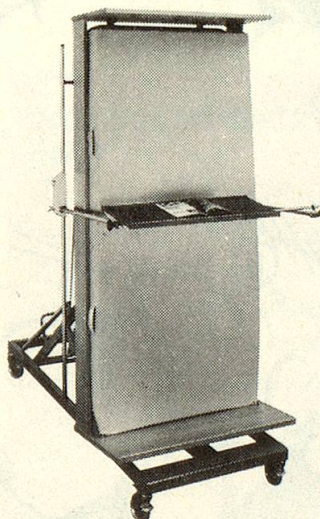
## Tiger-Balsam

längst bewährtes Naturheilmittel,  
äusserlich anzuwenden

*Tiger-Balsam wird besonders den Lesern  
der ZEITLUPE wärmstens empfohlen!*

Als Salbe oder Öl in Apoth. & Drog.  
Auch in Deutschland und Österreich  
erhältlich.

## SACON Stehbett



Das SACON-Stehbett als ideales Gerät für die täglichen Stehübungen des Querschnittgelähmten. Auch Spezialsteuerungen (wie Saugen/Blasen) sind lieferbar.

Persönliche Beratung und eigener Service.

### SACON-Programm:

- Gelenkuntermatratzen
- Pflegebetten und Zubehör
- Heimbetten
- Bettenheber
- Pflegematratzen
- Transferhilfen
- Schwesternrufe

Verlangen Sie unverbindlich detaillierte Unterlagen über...

### Coupon:

- ☐ Stehbett
- ☐ Pflegebetten + Matratzen
- ☐ Bettenheber, Heimbetten
- ☐ Transferhilfen

Name: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

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

SACON AG für Gesundheit und Komfort,  
Industriestrasse 18, 8910 Affoltern a.A., Tel. 01/76177 51, Telex 55684  
Verkaufsbüro Basel, Tel. 061/46 27 28