

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 61 (1983)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Wenn die Schatten länger werden...  
**Autor:** Stern-Griesser, Regula / Hess, Andreas  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-723365>

### **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>**



# Wenn die Schatten länger werden . . .

Noch lag der Monte Bello im Licht der angenehm wärmenden Frühlingssonne, als ich an diesem Nachmittag die 43 Treppenstufen zu Vreni Muster hinaufstieg. Treppenstufen, die ich als 37jähriger mühelos bewältigte. Doch was bedeuteten sie für die 72jährige, die mich oben mit einem kurzen Gruss empfing – zumal im Winter, wenn auch im Süden währschaft Schnee fallen kann? «Wenn ich nicht die Francesca vom Nachbarhaus hätte, wüsste ich mir nicht zu helfen. Die Einkaufstaschen trägt sie mir hoch.» Die Frage, was wird, wenn Francesca zu ihrem Bräutigam ins Maggiatal zieht, stellen wir beide nicht. Ich kenne die Witwe seit dem Tod von Ehemann Ernst (die meisten Kontakte entstehen bei einer Beerdigung, reichlich spät, da die Einwohnerkontrollen den Kirchgemeinden keine Adressen

der Neuzugezogenen vermitteln). Er starb, relativ jung und überraschend, an einem Herzversagen. «Was habe ich jetzt noch vom Leben?» Vreni Muster erwartet keine Antwort; es klingt mehr wie eine Feststellung, eine Anklage vielleicht auch. Gegen wen?

Da hat man gearbeitet, gespart, sich hie und da eine Ferienreise in die «Sonnenstube der Schweiz» geleistet. Die Ferien waren unbeschwert, die heitere Lebensweise der Einheimischen gefiel dem etwas schwermütigen Ehepaar Muster gut. Langsam reifte der Entschluss, nach der Pensionierung von Ehemann Ernst sich hier niederzulassen. Die einzige Tochter, verheiratet und Mutter zweier Kinder, unterstützte den Plan. «Fein, wir kommen dann zu euch in die Ferien.» Welche Grosseltern würden sich dar-

*Foto Erika Faul-Symmer*





über nicht freuen?! Eine günstige Gelegenheit bot sich; man hob den Wohnsitz in Kloten auf und liess sich im Tessiner Dorf hoch über dem See nieder. Hier fand sich alles: Ruhe, Sonne, Unbeschwertheit. Der erste Winter blieb mild, die Gesundheit der Musters gab zu keinerlei Sorgen Anlass.

«Ich weiss eigentlich nicht mehr so genau», versucht sich Frau Muster zu erinnern, «wann ich zum erstenmal unsicher wurde, ob unser Entschluss richtig gewesen ist.» War es damals, als sie guten Mutes den empfohlenen Italienischkurs besuchten; wohl wissend, dass das Schulitalienisch den Einheimischen etwa das bedeutet, was den Deutschschweizern das Hochdeutsch, dass jene Dialekt reden unter sich und sich dieser Dialekt kaum erlernen liess? «Wir waren weit aus die ältesten in der Klasse inmitten einer Schar junger Mädchen, welche die sprachliche Weiterbildung für ihren zukünftigen Beruf benötigten. Es ging uns einfach zu schnell. Nach der fünften Lektion hörten wir auf. Es hat ja viele Deutschschweizer hier im Ort, und zur Not schlage ich mich schon durch.»

Frau Muster schweigt. Erinnert sie sich wohl an

die Zeit, als man mit viel gutem Willen versuchte, Kontakte herzustellen? Zum Nachbarmädchen Francesca hat's geklappt. Aber sonst? – Mein Blick fällt auf das Foto an der gegenüberliegenden Wand: Ernst Muster vor seinem Auto, im Hintergrund Palmen und der See. «Ja, mein Mann ist Auto gefahren. Da konnten wir manchmal am Abend zusammen ausgehen, Bekannte aufsuchen, ein Konzert hören. Aber jetzt? Der letzte Bus kommt um 19 Uhr im Dorf an. Ich gehe kaum mehr aus. Man kann doch nicht immer andere bitten, einen mitzunehmen.»

Ernst Muster ist im Spital gestorben. Ausser den Ärzten sprach niemand deutsch. Katholische Ordensschwwestern, hingebungsvoll in ihrem Dienst, aber für den Patienten fremd in ihrer Art, und Hilfspersonal aus dem Süden umgaben ihn. Die Bettnachbarn sprachen italienisch. Frau Muster besuchte ihn jeden Tag, blieb bei ihm, bis der letzte Bus abfuhr – zwei Fremde an fremdem Ort. Nach dem Tod der Kontakt mit den Ämtern, all die Formulare in einer unvertrauten Sprache. Und was in den Ferien früher so angenehm war, wurde jetzt Anlass zu Ärger: die un-

Moderne Medikamente sind wirksame Spezialitäten.

Deshalb gilt es sorgfältig damit umzugehen.

Und deshalb empfehlen wir Ihnen die Beachtung der folgenden

## Merksätze für den vernünftigen Umgang mit Medikamenten

**1** Leichte Beschwerden verschwinden oft ohne Arzneimittel

**2** Auch mit Arzneimitteln muss man sorgfältig umgehen

**3** Bei Selbstbehandlung mit Arzneimitteln im Zweifel zum Arzt

**4** Fordern Sie nicht bei jedem Arztbesuch ein Rezept

**5** Arzneimittel genau nach Vorschrift anwenden

**6** Mehr Arzneimittel machen nicht schneller gesund

**7** Nicht jedes Arzneimittel wirkt bei jedem Menschen gleich

**8** Arzneimittel nicht in Kinderhand, sondern unter Verschluss

**9** Auch Arzneimittel sind nicht unbegrenzt haltbar

**10** Arzneimittel sind kein Ersatz für gesundes Leben



Pharma Information  
Informationsstelle der forschenden pharmazeutischen Firmen  
CIBA-GEIGY, ROCHE und SANDOZ  
Birsigstrasse 4, CH-4054 Basel, Schweiz



beschwerte Lebens- und Arbeitsweise erschien ihr plötzlich als Unzuverlässigkeit, die Abhängigkeit von Handwerkern und Beamten machte ängstlich und kleinlich. «Ich habe es mir anders vorgestellt.» Zurückkehren in die deutsche Schweiz? Und damit jenen nachträglich rechtgeben, die einen gewarnt haben? Zudem: wohin? Die alte Wohnung gibt es nicht mehr, manche Bekannte auch nicht. Also bleiben, durchhalten. Das Licht fließt spärlicher in die geräumige Stube. Frau Muster steht auf, zieht die Vorhänge ganz zurück. Sie bleibt am Fenster stehen, gebückt, irgendwie sehr, sehr müde. Sie bräuchte eine Haushalthilfe. Aber wo finden? Der Hauspflagedienst ist erst im Aufbau begriffen, und die Kantonsfinanzen zwingen zu Sparmassnahmen. Ins Altersheim? Frau Muster erinnert sich an die Stunden im Spital. «Die Menschen sind so anders hier.» Besonders, wenn man von ihnen abhängig ist. — «Und die Tochter?» frage ich. «Ach, sie kommt nur im Sommer. Ich bat sie, an ihrem Wohnort nach einem Platz im Heim zu fragen. Aber da ist nichts zu machen. Schon gar nicht für eine Auswärtige.»

Während die Sonne langsam hinter den Bergen erlischt, ist es wieder still in der Stube. «Wir hätten es uns früher überlegen sollen und uns besser erkundigen müssen.» Ich widerspreche ihr nicht. – Auf der Heimfahrt höre ich den Sprecher am Autoradio: «Alpensüdseite sonnig». Für Frau Muster werden die Schatten länger, auch im Rentnerparadies.

*Regula Stern-Griesser, Pfr. Andreas Hess  
Reformierte Kirchgemeinde Locarno  
und Umgebung.*

### *Zum Lachen: Zerstreutheit*

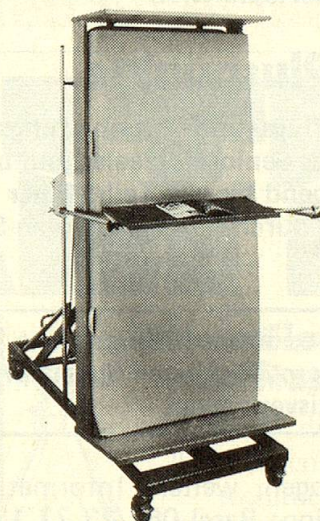
**Der Professor** glaubt, er habe wieder einmal seine Uhr vergessen. Er gibt einem Schüler den Auftrag, die Uhr in der Wohnung zu holen. In diesem Augenblick greift er in die Tasche und findet die Uhr, zieht sie heraus und sagt zum Schüler: «Es ist jetzt gerade zehn Minuten vor zehn. Wenn du dich beeilst, kannst du bis zehn wieder hier sein.»

**Es muss schrecklich sein**, mit so einem zerstreuten Mann, wie du einen hast, verheiratet zu sein! – «Oh, so schlimm ist das gar nicht! Ich bekomme mein Haushaltsgeld meist zweimal im Monat.»

## Wenn Kaffee Ihren Magenfrieden stört . . .

Vielen bekommt nicht jeder Kaffee. Das liegt oft an gewissen Reizstoffen, die Beschwerden auslösen können. Für solche Kaffeefreunde, die das Coffein gut vertragen und seine belebende Wirkung schätzen, gibt es einen speziellen Kaffee: den reizarm veredelten «Café ONKO S». Er wird vor dem Rösten mit einem patentierten Verfahren nachweislich von vielen Reizstoffen befreit und magenfreundlich gemacht. Das anregende Coffein, das volle Aroma und der köstliche Geschmack bleiben dabei voll erhalten. Die Gründlichkeit dieses Verfahrens ist offiziell anerkannt und berechtigt dazu, dass CAFE S als nachweislich «reizarm» bezeichnet werden darf.

## 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