

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

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

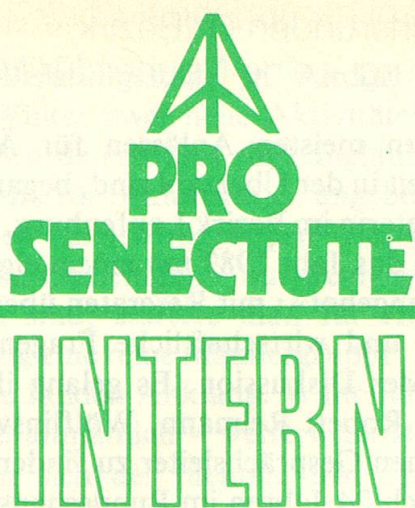
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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: 04.05.2026

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



**PRO
SENECTUTE**

INTERN

10 Jahre Langlauf in der Romandie

Vor genau 10 Jahren wurde von Pro Senectute im Unterwallis erstmals Langlauf für Senioren angeboten. Während damals 80% der Teilnehmer noch nie auf den Skis gestanden hatten, gibt es heute nur noch wenige Anfänger. Vom Wallis aus breitete sich die junge Sportart rasch in der ganzen Westschweiz aus. In der Saison 1981/82 führten 28 Gruppen 163 Nachmittagsausflüge durch. Fast 500 Teilnehmer machten gar an einer der 15 Langlaufwochen mit. Dabei wirkten stets diplomierte Lehrer der Schweizerischen Skischulen mit. Pro Senectute wählt und bildet sorgfältig die freiwilligen Begleiter aus, ist doch eine richtige Technik wichtig, um bei einem Minimum von Ermüdung ein Maximum von Freude zu erzielen. Die «Schweizerische Vereinigung für Alterssport» anerkannte die neue Sportart, und man darf hoffen, dass die guten Erfahrungen in der Westschweiz diesem weissen Sport auch in der deutschen Schweiz immer mehr Anhänger zuführen.

Erster Senioren-Kochkurs in Zug

Auch unsere Zuger Geschäftsstelle wagte sich in diesem Winter an einen Männerkochkurs. 17 lernbegierige Senioren liessen sich in einer Schulküche an vier Vormittagen von Frau Mösli in die Zubereitung vollständiger Menüs einweihen. Die Leiterin wusste Kochkunst und Geselligkeit zur Freude der Teilnehmer miteinander zu verbinden, so dass sich bereits verschiedene Hobbyköche für die Fortsetzung einschrieben. Der Erfolg des Anfängerkurses hat die Geschäftsleiterin, Frau A. Rutz, bewogen, am 23. Februar einen zweiten Kurs zu starten.

Pro-Senectute-Sammlung erstmals über 4 Millionen

Die Oktobersammlung 1982 der 26 Kantonalkomitees von Pro Senectute erbrachte mit einem wiederum verbesserten Ergebnis von Fr. 4 139 500.— eine Steigerung gegenüber dem Vorjahr um Fr. 319 700.— oder um 8,4% und überschritt damit erstmals seit längerer Zeit wieder die jährliche Teuerung. Erfreulicherweise konnten die Unkosten durch den Ausbau der Haussammlung in der deutschen Schweiz auf dem niedrigen Stand von 7,7% gehalten werden, so dass ein Reinertrag von Fr. 3 821 900.— zur Verfügung steht.

Das Ergebnis beweist das wachsende Verständnis der Bevölkerung für die stets anspruchsvollen Aufgaben der modernen Altershilfe für eine zunehmende Zahl von Betagten. Die Schweizerische Stiftung Pro Senectute / Für das Alter bleibt als privates Werk der Altershilfe zum Ausbau ihrer zahlreichen Dienstleistungen dringend auf die Herbstsammlung angewiesen und dankt darum allen Spendern und Sammlern herzlich!

Sammelergebnisse der Kantonalkomitees

	1982	1981
Aargau	500 613.45	465 493.15
Appenzell AR	19 152.30	16 716.90
Appenzell IR	12 553.90	13 102.90
Baselland	247 619.40	229 104.20
Basel-Stadt	77 272.50	81 975.60
Bern	539 271.25	509 615.60
Fribourg	61 630.30	54 887.55
Genève	45 050.40	28 234.—
Glarus	36 804.60	29 717.60
Graubünden	92 573.65	89 679.25
Jura	22 116.70	20 617.20
Luzern	241 670.05	222 747.35
Neuchâtel	43 847.95	45 754.70
Nidwalden	9 130.—	10 060.—
Obwalden	6 598.20	4 666.80
Schaffhausen	18 336.40	19 944.44
Schwyz	88 895.55	82 759.—
Solothurn	144 987.15	129 158.80
St. Gallen	464 537.45	377 515.—
Thurgau	239 516.05	220 947.80
Ticino	88 153.15	83 689.70
Uri	52 338.55	48 145.35
Valais	49 496.—	51 832.85
Vaud	55 019.30	75 188.95
Zug	97 641.45	82 681.90
Zürich	884 703.55	825 567.—
Total	4 139 529.25	3 819 803.59

Aktion «Weihnachtsgeschenke» im Fernsehen. DRS

In der Sendung «DRS aktuell» wurde zwischen Weihnachten und Neujahr 1982 und anfangs Januar 1983 dazu aufgerufen, überflüssige oder unerwünschte Weihnachtsgeschenke dem Fernsehen zuzustellen, das sie einer sinnvollen Verwendung zuführen werde. Die «Heilsarmee», «Pro Senectute», «Winterhilfe», «Berghilfe» und die Stiftung «Gott hilft» hatten sich bereit erklärt, die Pakete weiterzuleiten.

Die Veranstalter rechneten mit 4000–6000 Sendungen. Eingetroffen sind schlussendlich 880 Pakete, die am 15. Januar 1983 sortiert wurden. Die «Heilsarmee» und die Stiftung «Gott hilft» aus Zizers beluden je einen Transporter mit Geschenken. «Winterhilfe» und «Berghilfe» hatten Adressen für den Direktversand geschickt. «Pro Senectute» stellte das Fernsehen einen Lieferwagen zur Verfügung, der rund 100 Pakete in die Innerschweiz brachte. Durch die Vermittlung unserer Sozialberaterinnen konnten diese in den Altersheimen von Grosswangen, Schüpfheim und Ruswil verteilt werden. Etwa 20 Pakete landeten im Altersheim Speicher / AR. Wir danken dem «DRS aktuell»-Team für die gute Idee, und dass wir nachträglich noch so viel Weihnachtsfreude weitergeben durften.

Was aus einem Aargauer Seniorenkochkurs entstand

Vor sechs Jahren organisierte unsere Sozialberaterin in Oberkulm, einer ausgesprochen ländlichen Gegend, in einer Gemeinde einen Seniorenseniorenkochkurs, daraus erwuchs eine selbständige Seniorengruppe. An Festen übernahm sie seither das Kochen und nannte sich «Hobbyköche». Eine aktive Wandergruppe entstand daraus, die heute jede Woche am Donnerstag einen grösseren Marsch unternimmt. Neuerdings hat sich ein Singkreis gebildet. Das Altersturnen fehlt auch nicht. Der Leiter stammt auch aus dieser Seniorengruppe.

Während dieser langen Zeit hat die Gruppe auch etwas für die Allgemeinheit getan. Sie hat eine Feuerstelle errichtet und für die Gemeinde einen Wanderweg ausgebessert. Jedes Jahr laden sie alle Senioren der Gemeinde, 120–150 Teilnehmer samt Frauen, zu einem Klaushock ein. Dann gibt es ein gutes Essen und viel Unterhaltung mit Tanz.

Gesprächsrunden im Bezirk Laufenburg – eine Neuheit für Männer

Da an den meisten Anlässen für Ältere die Frauen weit in der Überzahl sind, begann unsere Sozialberaterin im Bezirk Laufenburg, Frau Ch. Bernauer, das Jahr 1983 mit einem eigentlichen «Männerangebot»: mit Referaten über aktuelle politische und wirtschaftliche Fragen mit anschliessender Diskussion. Es gelang ihr, in alt Ständerat Robert Reimann, Wölflinswil, einen vorzüglichen Gesprächsleiter zu finden, der natürlich nach 24 Jahren im Bundeshaus über die nötigen Beziehungen verfügt.

Am 21. Januar erschienen rund 45 Zuhörer in Frick zu einem Referat von Herrn Reimann über «Neue Köpfe in Bern» (wozu die Bundesratswahlen genügend Gesprächsstoff lieferten.) Am 25. Februar liessen sich in Laufenburg bereits an die 60 Besucher vom Direktor einer Maschinenfabrik über die Sorgen der Exportindustrie orientieren. Am 25. März sprach der ehemalige Rektor der landwirtschaftlichen Schule Frick über «Hat die Landwirtschaft eine Zukunft?» und am 29. April wird in Laufenburg der Präsident des Konkordats Schweizerischer Krankenkassen, Herr von Schroeder, über die Kostenexplosion im Gesundheitswesen sprechen. Danach folgt dann eine Sommerpause. Die bisherigen Erfahrungen zeigen, dass viele Männer diesen Nachmittag schätzen und nach der Diskussion die Aussprache gern unter sich fortsetzen. Da es auch andernorts altgediente Politiker im Ruhestand gibt, darf man das «Laufenburger Rezept» ruhig zur Nachahmung empfehlen.

91 Thurgauer Altersturnleiter absolvierten zwei Kurstage

Die obligatorischen Weiterbildungskurse fanden in diesem Winter in Bürglen statt. Von 141 Turngruppen mit 2300 Teilnehmern fanden sich 91 Leiter(innen) ein, um das von der Präsidentin der Technischen Kommission, Marianne Signorelli, gestaltete Programm zu absolvieren. Dabei ging es um die bessere Kenntnis der Funktionen aller Körperpartien, um praktische Arbeit in Gruppen, um spezielle Lektionen für das Turnen in Alters- und Pflegeheimen und um Übungen in rhythmischer Gymnastik mit Bewegungsspielen. Die Besucher kehrten befriedigt, und im Besitz vertiefter Kenntnisse zugunsten ihrer Gruppen, von dem Kurs zurück.

Langlauf und Männerturnen in Uri

Unsere Beratungsstelle in Altdorf nahm in diesem Winter zwei neue Aktivitäten auf: Im Februar wurde erstmals ein Langlauf- und Skiwanderkurs für Senior(inn)en angeboten. Da in den Urner Altersturngruppen – es gibt sie in sämtlichen Gemeinden – nur wenig Männer anzutreffen sind, startete man für Altdorf und Umgebung eine reine Männergruppe. Die beiden Angebote fanden Anklang. Während die Langlaufkurse allmählich – wetterbedingt – auslaufen, freut sich der tüchtige Instruktor beider Gruppen, Herr Leo Iten (Tel. 044 / 2 31 42) über weitere Anmeldungen für die Turngruppe.

Verstärkung in der Luzerner Landschaft

Seit Jahren betreute unsere Sozialberaterin Margrit Eigel die Betagten in den Ämtern Sursee und Willisau. Nun ist für das Amt Sursee mit Myrtha Zemp-Matthey eine eigene Mitarbeiterin eingesetzt worden. Sie ist am Herrenrain 12 in Sursee zu erreichen, Tel. 045 / 21 37 91. Frau Eigel kann sich nun voll dem Amt Willisau widmen. Ihre Adresse: Gemeindehaus Gettnau, Tel. 045 / 81 25 91.



Auch Sie haben eine Chance bei unserem Wettbewerb! (S. 34)

«Aktion 7» berichtigt

Unsere Meldung im Februarheft (S. 62) «Aktion 7 sucht Hilfsmöglichkeiten» führte offenbar zu Missverständnissen: Die Jugendlichen stehen **nicht auf Abruf für Einzelpersonen zur Verfügung**, sondern nur im Rahmen von temporären, zweiwöchigen Einsätzen in einem Quartier, in dem durch Vermittlung eines Fachmannes ein Gruppenlager von Jugendlichen durchgeführt werden kann. Diese Initianten wählen in Zusammenarbeit mit Pro Juventute geeignete Projekte aus. Es **kann** dann zu Einsätzen bei Privatpersonen kommen. Dann werden sich die Initianten schon bemerkbar machen. Wir bitten also Einzelpersonen, sich nicht mehr an die «Aktion 7» zu wenden.

Redaktion Peter Rinderknecht

Phantastisch: Keine Hörprobleme mehr beim Telefonieren!

Dank diesem Spezialhörer mit eingebautem Miniverstärker.

Ein solcher Hörer kann vom Telefonmonteur ohne weiteres an jeden Telefonapparat der PTT angeschlossen werden. An jedes Modell. Gleichgültig, ob alt oder neu. In seinem Griff ist ein transistorisierter Miniverstärker eingebaut. Die Lautstärke können Sie mit einem kleinen Drehknopf stufenlos regulieren. Ganz Ihrem Wunsch gemäss stellen Sie lauter oder leiser ein – auch während des Telefonierens.

Bereits etwa 22 000 Abonnenten telefonieren in der Schweiz mit einem Spezialhörer. Für sie gibt es keine Hörprobleme mehr beim Telefonieren.

Lassen Sie sich durch den Kundendienst Ihrer Telefondirektion (Tel. Nr. 13 bzw. 113) oder Ihren konzessionierten Installateur beraten.

Zellweger
USTER

Zellweger Uster AG, Telecommunications
CH-8634 Hombrechlikon

02 2 208 13 L

