

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 61 (1983)  
**Heft:** 4

**Artikel:** "Ich i mim Alter..." : Erinnerung an die "Delsberger-Tage" 1983  
**Autor:** Klauser, Margret  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-723953>

### 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>**

# «Ich i mim Alter...»

## Erinnerung an die «Delsberger-Tage» 1983

Unter dieses Motto stellte die Initiantin und Leiterin der «Delsberger-Tage», Frau Agnes Rauber aus Breitenbach, ihr diesjähriges Ferienseminar vom 24.-30. April, das sie seit zehn Jahren im Auftrag von Pro Senectute Solothurn mit viel Schwung und guten Ideen durchführt. Wie immer waren die Gäste im Centre St-François in Delsberg mit seiner grosszügigen Atmosphäre gut aufgehoben und fühlten sich - «ich i mim Alter» - einfach wohl dort.

### Zehn Jahre «Delsberger-Tage»

Es ist kaum zu glauben, wieviel Arbeit und Energie hinter solchen zehn Jahren Altersbildung stehen, denn Frau Raubers Hauptanliegen waren stets das Wohlbefinden ihrer Gäste und ein wechselndes, ständig aktuelles Angebot von Themen - z.B. «Der interessante Alltag!», «Kontakt», «Grosseltern und Enkel» oder «Sterben und Tod» -, die immer von ausgewählten Referenten an die älteren Zuhörer herangebracht wurden. Zuerst stammten diese aus der näheren Umgebung Breitenbachs, dem Schwarzbubenland, dieses Jahr aber reisten fünfzig Ältere aus Bern, Basel, Zürich und der Ostschweiz an und mischten sich ganz selbstverständlich unter die Solothurner.

Zu Beginn konnte Frau Rauber denn auch strahlend mitteilen, dass etwa ein Dutzend Teilnehmer seit zehn Jahren dabei sind - zum Dank erhielten sie einen riesigen Strauss roter Rosen. Denn sie sind ja die Hefe der Delsberger Wochen, die seit zehn Jahren gärt und die Projekte für neue Seminare erst möglich macht.

Fürwahr: ein festlicher Anfang für eine gemeinsame Woche!

### Jederzeit töpfern können

Es war der besondere Reiz der diesjährigen «Delsberger-Tage», dass die Töpferin Beatrix von Gunten während der ganzen Woche im grossen Werkraum bereitstand, wo jeder zu jeder Zeit unter ihrer Anleitung - diese besteht nie aus Zwang, nur aus kleinen, liebenswürdigen Win-



Volle Konzentration bei der alten Bäuerin und der jungen Werklehrerin.

ken - sich zum Töpfen hinsetzen konnte. Niemand wurde genötigt, die Vorträge anzuhören, doch meist sassen dieselben Leute oben, um Neues zu hören, und dann wieder unten im Atelier, wo sie das Gehörte in ihre Arbeiten mit Ton oder Schamotte einkneten konnten. So entstanden im Laufe der Woche die schönsten Terrinen, Teller, Vasen, Figürchen und Rosen, obwohl die meisten vorher noch nie getöpfert hatten. Eine Frau schuf z.B. Bonsai-Töpfchen, in die sie dann ihren Enkeln kleine Bäumchen aus dem Walde einpflanzen will - diese Zwergbäume sollen dann die Grosskinder durch ihr ganzes Leben begleiten.

### Von Patientenrechten und -pflichten

Das Angebot an Vorträgen zu verschiedenen Themen war vielfältig. Als erster sprach Dr. Kurt Herzog vom Basler Kantonsspital über die Patientenrechte, deren Vorhandensein bei vielen gar nicht richtig bekannt war. Indem sich der Patient zum Arzt oder ins Spital begibt, stimmt er unausgesprochen einem Behandlungsvertrag



Auch für den jungen, elastischen Mimen ist das Mitmachen der Gruppe ein Erlebnis.

zu und erwirbt damit auch das Recht auf sorgfältige Betreuung durch Arzt und Schwestern. Er kann auch frei entscheiden, ob er operiert, bestrahlt oder mit irgendeinem Medikament behandelt werden will. Dem Spitalpatienten steht ein Recht auf Information und Aufklärung über seine Krankheit zu, doch weiss er dies oft nicht einmal. Deshalb geben die Gesundheitsdirektionen in vielen öffentlichen Spitälern dem eintretenden Patienten eine Broschüre mit ihren Rechten, aber auch mit ihren Pflichten ab. Wie wenig man darüber weiss, zeigte die anschliessende Diskussion, die rege benutzt wurde.

### Die grosse Freiheit

Zum Thema «Gewinn und Verlust im Alter» sprach Dr. Karl Ledergerber, der dazu riet, dem Verlust, der auf vielen Gebieten gegenüber der allesbeherrschenden Jugend bestehe, die grosse Freiheit, seine Zeit einzuteilen und etwas Neues beginnen zu können, gegenüberzustellen. Ein Neuanfang sei auch bei sehr alten Menschen noch möglich: singen, malen, schöpferisch sein und mit dem Herzen schaffen. Diese Freiheit sei ein grosses Geschenk des Alters, das es zu nutzen gelte. Die Einsamkeit, das Sichbesinnen auf Geburt und Tod müssen keinesfalls negativ gewertet werden und sind nicht gleichbedeutend mit Isolation.

Eine rege geführte Gruppendiskussion zeigte, wie gerne ältere Menschen einmal über diese Möglichkeiten sprechen.

### Rollenspiele, Singen und Stammbaumforschung

Zwischen Vorträgen und Töpfern streute das Ehepaar Balmer – wir schrieben über sie in der ZL vom April 1979, S. 65 ff. –, das über grosse Kenntnisse in der Erwachsenenbildung verfügt, einen Liedervormittag, Rollenspiele zum Thema «Ich i mim Alter...» oder Spiele gegen die Langeweile ein. Dann riet Herr H. R. Balmer zum Erstellen einer Familienchronik, die er am Beispiel seiner Balmer-Chronik demonstrierte. Es lohne sich, alte Fotos, Geburts- und Todesanzeigen, Kaufbriefe von Häusern, Prozessakten und Zeitungsausschnitte über die Familie zu sammeln und daraus für die Enkel einen ungewöhnlichen Stammbaum zu schaffen. Eine Zuhörerin bestätigte den Wert einer solchen Familienchronik und erzählte, dass sie erst im Alter sich ganz zur Sippe ihres Mannes zugehörig gefunden habe, als sie die Anfänge seines Geschlechts erforscht habe.

### Höhepunkt – die Pantomime

Aus Zürich reiste am letzten Tag der junge Mime Pius Brogle mit seiner Partnerin an. Aus ihrem kleinen Gepäck entfalteten sie einen rotgelben Fallschirm aus dünner Seide, an dessen Rand

sich die gespannten Senioren aufstellten. Dann hielten alle einen Zipfel des rotgelben Stoffs und liessen diesen wie ein Kornfeld im Winde auf und ab wogen. Ein paar Ballone flatterten wie Vögel darüber. Dann konnte, wer wollte, unter dem wogenden Dach hindurchschlüpfen. Nach diesem Anfang zeigte der Mime, wie nun alle als Erdgeister sich schwer und schleppend bewegen, dann als Wattewesen dahinschweben und als Ellböbler sich durchboxen sollten. Darauf suchten sich die Menschen mit ausgestreckten Armen und geschlossenen Augen ihren Weg, ohne an die anderen anzustossen – und es gelang.

Nach einer Verschnaufpause hatten die Senioren ihre Gefühle nur durch Haltung und Gesten auszudrücken: sie wandelten majestatisch, blickten angstvoll oder staunend, zeigten sichfordernd oder abweisend, nachdenklich oder gehemmt, so wie es vom Mimen vorgeschlagen und vorgemacht wurde.

Diese Gefühlswandlungen zeigten so viel Konzentration und Einfühlen, dass es langsam Zeit wurde, den Bann zu brechen. Dass diese Welt der Körpersprache und der lautlosen Phantasie auch im höheren Alter (manche waren um 85 Jahre) möglich und durchführbar ist, war für

alle, besonders aber für den Mimen, der noch nie mit älteren Leuten gearbeitet hatte, ein unerhörtes Erlebnis.

Nach diesem absoluten Höhepunkt wurden am Nachmittag angefangene Arbeiten noch fertig modelliert, dann schloss die Woche mit einem ökumenischen Gottesdienst in der Kapelle von St-François.

«Wir freuen uns schon auf nächstes Mal in Delsberg», sagten die Leute zum Abschied. Hoffentlich hat Agnes Rauber dann – neben ihrer täglichen Arbeit auf der Beratungsstelle – noch die Kraft für ein nächstes Ferienseminar.

Margret Klauser (Text)  
Hans Peter Klauser (Fotos)

### Zitate

*Man kann nichts dagegen tun, dass man altert, aber man kann sich dagegen wehren, dass man veraltet.* Lord Samuel

*Kein kluger Mann hat jemals gewünscht, jünger zu sein.* Swift

Wie Vögel flattern die Ballone über der Fallschirmseide.

