

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 61 (1983)
Heft: 6

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: 31.01.2026

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

PRO SENECTUTE

INTERN

«Gromuki»-Turnen in Mollis

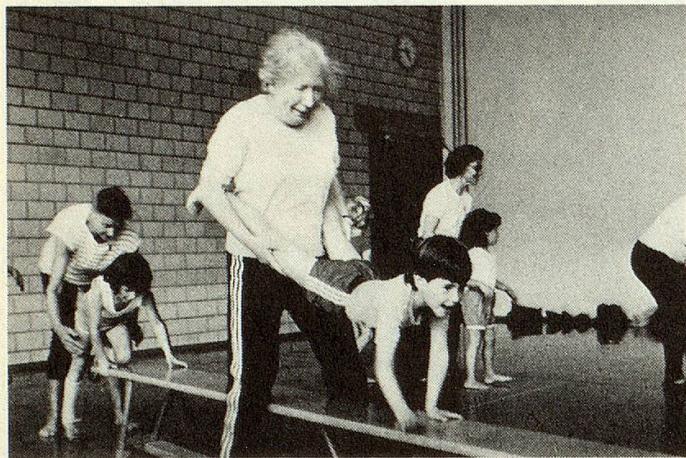


Foto M. Mezger

Das «Mutter und Kind»-oder «Muki»-Turnen ist vielerorts beliebt. Das Fernsehen zeigte anlässlich der Gymnaestrada in Zürich reizende Beispiele. Einen Schritt weiter ging *Maria Brunner*, die technische Leiterin des Glarner Altersturnens, gemeinsam mit *Anna-Maria Bienz*: Sie veranstalteten das wohl erste «Grossmutter und Kind»-Turnen in der Schweiz. Die Idee schlug auf Anhieb ein, so dass die Leiterinnen dieses generationüberschreitende Turnen von Enkeln mit Grossmüttern regelmässig durchführen möchten. Die Lust an der Bewegung, die Freude am Spiel wird hier gross geschrieben. Die 4- bis 7jährigen Kinder gehen ganz unbefangen mit den älteren Damen um. Es wird viel gelacht, niemand steht unter Leistungsdruck, eine entspannte Atmosphäre erfüllt die Turnhalle.

Frau Brunner will ihre Erfahrungen beim nächsten Leiterkurs weitergeben. Dass die reizende Idee auch andernorts gefallen wird, ist anzunehmen. Die «Glarner Nachrichten» beenden ihren Bericht mit der Frage: «Wer ergreift die Initiative für ein «Grovaki»-Turnen?»

«Senioren helfen Senioren» – eine neue Dienstleistung im Zürcher Oberland

Wir haben bereits in der Juninummer kurz auf das Projekt der neuen Arbeitsvermittlungsstelle hingewiesen.



Am 27. Oktober, wenige Tage vor der Eröffnung, wurde über den Werdegang der Idee orientiert. «Selbsthilfe fördern» ist einer der sieben Punkte des Leitbildes von Pro Senectute. Dieses Postulat hat die Gemeinde, zusammen mit den Senioren, anderen interessierten Kreisen und dem Mittlerdienst von Pro Senectute in die Praxis umgesetzt.

Der unvermittelte Übertritt vom Berufs- ins Rentnerleben bringt für den Einzelnen oft Probleme. Noch rüstig, fühlt er sich auf ein Abstellgeleise geschoben. In Rüti, einem grösseren Industrieort, fällt auch noch die Frage der Frühpensionierung ins Gewicht. Was tun mit dem brachliegenden Arbeitswillen? Andererseits sind viele Senioren dankbar für die Hilfe bei kleineren Reparaturarbeiten, bei körperlich anstrengenden Gartenarbeiten, bei der Betreuung der Haustiere bei Abwesenheit, bei Unterstützung beim Ausfüllen von Formularen und Ratschlägen beim Umgang mit Ämtern und Behörden.

Es war ein weiter Weg von der Idee bis zur Eröffnung der Arbeitsstelle am 31. Oktober 1983 im Haus «zum Schlüssel».

Das Büro und das Telefon werden von der Gemeinde zur Verfügung gestellt, die Maschinenfabrik Rüti stellt ihren Werkraum für Handwerksarbeiten zur Verfügung. Das Büro ist vorerst einmal wöchentlich offen.

Im Mai 1982 klärten die Initianten ab, wie die Grundsätze in Taten umgesetzt werden sollten. Später wurde das Gewerbe – das keinesfalls konkurreniert werden durfte – informiert. Die Frage der Trägerschaft wurde sorgfältig abgeklärt

und erst in der letzten Phase, im September 1983, wurde ein Schulungstag für alle Beteiligten durchgeführt und an einer öffentlichen Orientierung – 70 Personen nahmen daran teil – das Projekt vorgestellt.

Auftraggeber und Auftragnehmer sind Senioren ab 60.



Vertreter verschiedener Aufgabenbereiche sind v.l.n.r.: Frau Hotz, Frau Hofstetter, Herr Schwager, Frau Bless

Foto es

Die Aufträge sind in 3 Gruppen unterteilt:

1. Reinigungsarbeiten, Garten- und Umgebungsarbeiten, Handwerksarbeiten. Die Kosten für den Auftraggeber betragen Fr. 11.— pro Stunde.

2. Bring- und Holdienste, Verkehr mit Behörden, Kaufmännische Arbeiten. Preis: Fr. 8.— in der Stunde.

3. Begleit- und Hütedienste, Wohnungsbetreuung bei Abwesenheit, Haustierbetreuung. Dafür müssen Fr. 5.— pro Stunde entrichtet werden.

Funktionen und Arbeitsbereiche sind auf 4 Personen verteilt. Viele Fragen werden erst beantwortet werden können, wenn die Arbeitsvermittlungsstelle die ersten Erfahrungen gesammelt hat.

Die Arbeitsgemeinschaft in Rüti ist bereit, die Dinge «an sich herankommen zu lassen».

Erfahrungen werden gerne weitergegeben, aber jede Gemeinde muss die eigenen jeweiligen Gegebenheiten beachten.

Die Kontaktadresse: «Haus zum Schlüssel», Dorfstrasse 45, 8630 Rüti, Telefon 055 / 31 11 20 (Montag 13.30–17.30 Uhr).

Basel: Kulturelle Genüsse von Montag bis Sonntag

Nebst dem von Pro Senectute Basel-Stadt ja besonders intensiv und vielfältig gepflegten Kurswesen mit längeren Sprach- und Kreativkursen wartet nun die Leiterin dieses Zweiges, Frau E. Schönmann, im Winterprogramm mit einem

Sind zusätzliche Vitamin-Präparate nötig für unsere Gesundheit?

Während Jahrtausenden haben unsere Vorfahren nichts von Vitaminen gewusst, und alle Völker, die ihre Nahrung so wählten, wie sie in der freien Natur zur Verfügung stand, sind durchschnittlich bestimmt stärker und widerstandsfähiger gewesen, als es die heutige zum Teil sehr verweichlichte menschliche Gesellschaft ist –

Wer heute noch das gleiche tut, indem er seine Nahrung so wählt und verwendet, wie sie in Feld und Garten zur Verfügung steht, braucht praktisch auch keine zusätzlichen Vitamine zu sich nehmen, denn in dieser Nahrung sind alle Vitamine und Mineralbestandteile in der für unsere Gesundheit notwendigen Menge und Zusammensetzung vorhanden.

Vitamin-Präparate sind demnach nur dann angebracht, wenn die Nahrung aus dem Naturzustande verändert und somit notwendiger Vitalstoffe beraubt worden ist, was durch unsere Raffinations-Methoden im ganzen Bereich der Nahrungsmittelindustrie heute allgemein üblich ist. Man schält, bleicht, enthüllt und verfeinert, alles auf Kosten der Verminderung der Vitalstoffe, seien es nun lebenswichtige Mineralbestandteile oder Vitamine. Eine solche teilentwertete Kultur- oder Zivilisationsnahrung, wie man sie auch nennen kann, braucht wieder einen Zusatz, in englisch so treffend «Food-supplement», d.h. Nahrungsergänzung, bezeichnet, um die durch die Industrie verursachten Mängel wieder zu ersetzen.

Für den modernen Menschen sind demnach vitamin- und mineralstoffhaltige Präparate notwendig, wenn er nicht durch die Mängel in der Nahrung leiden und mit der Zeit krank werden will. Leider sind wir heute alle mehr oder weniger stark in diese Lage gedrängt worden. Gerade dieser Notwendigkeit haben wir Rechnung getragen, als wir uns entschlossen, ein Multivitamin-Präparat zu schaffen, um möglichst alle wichtigen Mängel auf dem Vitaminsektor beheben zu können. Da wir die künstlichen Vitamine ablehnen, weil sie den natürlichen nicht voll ebenbürtig sind, haben wir einige Jahre daran gearbeitet, mit natürlichen Vitaminen, wie sie vorwiegend in den Pflanzen vorkommen, ein sogenanntes Multivitamin-Präparat herauszugeben.

A. Vogel's Multivitamin-Kapseln sind angezeigt zur Erhöhung der Leistungsfähigkeit und Widerstandskraft bei Erkältungen, Appetitlosigkeit, Rekonvaleszenz, Erschöpfungszuständen, Nervosität, Frühjahrsmüdigkeit, Diät und Abmagerungskuren, während der Schwangerschaft und Stillzeit, bei Resorptionsstörungen und gegen einseitige Ernährung im Alter sowie zur Vermeidung eines Vitaminmangels.

Dosierung: 2–3 Kapseln pro Tag für Erwachsene, 1–2 Kapseln pro Tag für Kinder, je nach Gewicht.

A. Vogel's Multivitamin-Kapseln vereinen die natürlichen Vitamine A und D aus dem Lebertran, C aus Acerola und Hagebutte, E aus dem Weizenkeimöl sowie dem B-Komplex aus der Hefe. Safloröl enthält ca. 75% essentielle Fettsäuren, zur Hauptsache Linolsäure.

Die essentiellen Fettsäuren (frühere Bezeichnung Vitamin F) sind für den Organismus ebenfalls unentbehrlich. Sie spielen in mannigfacher Weise im Stoffwechsel eine grosse Rolle.

A. Vogel's Multivitamin-Kapseln erhalten Sie in Ihrer Drogerie oder Apotheke in Packungen à 60 Kapseln.

Novum auf: Jede Woche findet unter dem Titel «Montags im Rankhof» im Gesellschaftsraum dieser Alterssiedlung von 15–16 Uhr ein Vortrag, eine Diavorführung oder eine Lesung statt. Neben Basler Persönlichkeiten werden auch Johanna Spyri, Rudolf von Tavel und Ruth Blum gewürdigt. Diaschauen über Griechenland, Indien, Afrika führen in südliche Gefilde. Die Geschichtsfreunde können an Wochentagen oder Samstagen und Sonntagen unter kundiger Führung die Kirchen, Patrizierhäuser und Museen besichtigen. Der Eintritt für diese einmaligen Veranstaltungen kostet einheitlich 2 Franken. Wir empfehlen diese gute Idee zur eifrigen Nachahmung und wünschen dieser «Kultur für Senioren»-Reihe vollen Erfolg.

Übergabe der Grossdruckbücherei

Vor etwa 10 Jahren begann unser Zentralsekretariat mit dem Aufbau einer damals einzigartigen Bibliothek von Grossdruckbüchern. Das Angebot von ca. 500 Bänden wurde von einer Reihe von Stammkunden rege benutzt.

Indessen blieb Pro Senectute nicht allein auf diesem Gebiet; die «Schweizerische Bibliothek für Blinde und Sehbehinderte» (SBS) ergänzte ihr Angebot von Büchern in Blindenschrift und von Hörkassetten (ca. 6000 Tonbänder!) auch durch Grossdruckbücher. Überdies verfügt die SBS über ein eigenes Vergrösserungsgerät, mit dem sie Normaldruck in Grossdruck umwandeln kann.

Zur Vermeidung von Doppelspurigkeiten haben wir nun unsere Bücherausleihe eingestellt und den Buchbestand an die SBS abgetreten. Interessenten können ab sofort bei folgender Adresse einen Grossdruckbuchkatalog bestellen:

SBS, Grossdruckbücher

Albisriederstrasse 399

8047 Zürich

Telefon 01 / 52 10 90 oder 54 25 55

Die Bücher werden kostenlos in die ganze Schweiz zugestellt.

Die Zeitlupe nun auch auf Tonband!

In Ergänzung zur obenstehenden Meldung können wir eine erfreuliche Nachricht weitergeben. Als Gegenleistung für die Abtretung unserer Grossdruckbibliothek spricht die SBS die Zeitlupe ab sofort auf Tonband. Diese Bänder können von sehbehinderten und blinden Menschen bestellt werden bei der

SBS, Tonbandzeitschriften

Albisriederstrasse 379

8047 Zürich

Telefon 01 / 52 10 75

Die 90-Minuten-Bänder sind abspielbar auf jedem normalen Kassettengerät. Die Ausleihe erfolgt zum normalen Abonnementspreis der Zeitschrift von Fr. 13.— jährlich.

Damit brauchen auch sehschwache Zeitlupe-Freunde nicht mehr auf unser Senioren-Magazin zu verzichten. Wir freuen uns darüber und bitten unsere Leser, die Nachricht im Bekanntenkreis weiterzusagen.

Redaktion Peter Rinderknecht

Theater der Pro Senectute Aargau geht neue Wege



Nach dem grossen Erfolg mit ihrem ersten Stück «Jakob auf der Himmelsleiter» haben die Aargauer die Weichen in die Zukunft gestellt: Man will – im Unterschied zu andern Seniorentheatern – nicht die Probleme der Alten behandeln, sondern «Heiteres mit annehmbarem Niveau» spielen. Urchiges Volkstheater muntere ältere Zuschauer ungleich mehr auf als die Präsentation allgemein bekannter Sorgen.

In diesem Sinn wurde intensiv der kürzere Zweikörper «Die lieben Verwandten» (nach einer Episode aus Gotthelfs «Ueli, der Knecht») geprobt und am 11. November uraufgeführt. Dieses Stück kommt mit kleinem technischem Aufwand und sechs Spielern aus. Auf den Herbst 1984 ist die heitere Cabaretrevue «Kurzfutter» vorgesehen. Dazu benötigt die Truppe allerdings noch mehr Mitspieler, wobei – auch dies eine Aargauer Spezialität – ebenfalls junge Spieler willkommen sind.

Aargauer Senioren, die das belebende Experiment Theaterspiel machen möchten, wenden sich direkt an den Leiter Otto Thaler, Landstrasse 56, 5412 Gebenstorf.

Wo gibt es Pro Senectute-Beratungsstellen?

(Stand November 1983)

**Bitte
aufbewahren!**

Aargau		Neuenburg	
Aarau, Bankrain 4	064/24 32 13	La Chaux-de-Fonds, 53, av. Léopold-Robert	039/23 20 20
Baden, Mellingerstrasse 22	056/22 15 04	Neuchâtel, 48 a, rue de la Côte	038/24 56 56
Brugg, Laurstrasse 11	056/41 06 54		
Lenzburg, Bahnhofstrasse 36 a	064/51 77 66		
Muri, Aarauerstrasse 9	057/44 35 77		
Oberkulm, Kreuzbündtenstrasse 672	064/46 18 04		
Rheinfelden, Bahnhofstrasse 26	061/87 22 70		
Wittnau, Kirchmatt 353	064/61 37 14		
Wohlen, Zentralstrasse 52	057/22 75 12		
Zofingen, Rathausgasse 7	062/52 21 61		
Zurzach, Hauptstrasse 40	056/49 13 30		
Appenzell AR			
Herisau, Bahnhofstrasse 9	071/51 25 17		
Appenzell IR			
Appenzell, Blumenrainweg 3	071/87 31 55		
Baselland			
Liestal, Rathausstrasse 78	061/91 92 33		
Basel-Stadt			
Basel, Luftgässlein 1	061/23 30 71		
Bern			
Bern, Thunstrasse 37	031/43 21 71		
Bern, Beundenfeldstrasse 26	031/42 98 14		
Bern, Ahornweg 6	031/24 36 64		
Bern, Laupenstrasse 18 a	031/25 22 77		
Bern-Land, Thunstrasse 111	031/43 23 98		
Bern, Wylerringstrasse 60	031/42 15 30		
Biel, Collègegasse 8	032/22 20 71		
Burgdorf, Bahnhofstrasse 6	034/22 75 19		
Duggingen, Lettenhölzli	061/78 21 05		
Konolfingen, Kiesenmatte	031/99 22 85		
Langenthal, Bützbergstrasse 23	063/22 71 24		
Langnau i. E., Schlossstrasse 5	035/ 238 13		
Lyss, Steinweg 10	032/84 50 50		
Meiringen, Bezirksfürsorge	036/71 32 52		
Spiez, Hondrichstrasse 33	033/54 61 61		
Tavannes, 4, rue du Pont	032/91 21 20		
Unterseen, Untere Gasse 15	036/22 24 22		
Freiburg			
Fribourg, 26, rue St-Pierre	037/22 41 53		
Genf			
Genève 3, 5, place de la Taconnerie	022/21 04 33		
Glarus			
Glarus, Marktgasse 6	058/61 40 32		
Graubünden			
Chur, Bahnhofstrasse 14	081/22 75 83		
Roveredo, La Piazza S. Antonio	092/82 22 43		
Thusis, Rathaus	081/81 43 17		
Zernez, Röven	082/ 816 19		
Jura			
Delémont, 49, avenue de la Gare	066/22 30 68		
Luzern			
Emmenbrücke, Bahnhofstrasse 8	041/55 84 66/67		
Gettnau, Gemeindehaus	045/81 25 91		
Hochdorf, Hohenrainstrasse 5	041/88 30 88		
Luzern, Morgartenstrasse 7	041/23 73 43		
Schüpfheim, Gemeindehaus	041/76 10 76		
Sursee, Herrenrain 12	045/21 37 91		
Neuenburg			
Nidwalden			
Obwalden			
St. Gallen			
Schaffhausen			
Schwyz			
Solothurn			
Tessin			
Thurgau			
Uri			
Waadt			
Wallis			
Zug			
Zürich			

oder 01/ 53 38 25

Pro Senectute-Abgeordnetenversammlung tagte in Burgdorf



Der Vorstandstisch am 30. September v.l.n.r.: Frau A. Märki, Protokollführerin; J.-L. Delacour, Secrétaire romand; Mme J. Bauermeister, Neuchâtel; Dr. P. Binswanger, Präsident des Direktionskomitees; Prof. H. P. Tschudi, Präsident der Abgeordnetenversammlung; Dr. U. Braun, Zentralsekretär; H. Risi, Zentralkassier; Regierungsrat Dr. Meyer, der die Grüsse der kantonalen Behörden überbrachte.

Foto Remo Bono

Nebst den ordentlichen Geschäften erwartete die Delegierten ein Novum in Form eines aktuellen Themas: Zu den «Auswirkungen der Überalterung auf die Gesellschaft» sprach einleitend **Dr. P. Binswanger, Präsident des Direktionskomitees** (Winterthur). Wenn in nicht allzu ferner Zukunft jeder vierte Einwohner über 60jährig sein und sich die Zahl der über 80jährigen verdoppelt haben werde, sei es an der Zeit, sich auf diese Veränderungen einzustellen, um eine Planung ins Leere hinaus zu verhindern. Bisher hätten sich erst wenige Gedanken gemacht, obwohl besonders das kulturelle Leben, die Familie, die Wohnbaupolitik, die Politik und die Kirchen die Folgen dieser Entwicklung empfindlich zu spüren bekämen. Zu den kulturellen Aspekten äusserte sich **Nationalrat Dr. S. Widmer** (Zürich), zu den Formen des Zusammenlebens **Dr. M.-H. Hagmann** (Sierre) und zu den Auswirkungen auf die Landesplanung und den Wohnungsbau **Architekt M. Steiger** (Zürich). Am Nachmittag befassten sich die Teilnehmer in Arbeitsgruppen mit den Feststellungen und Folgerungen der Referenten. Eine Podiumsdiskussion im Plenum unter Leitung von H. P. Tschudi fasste abschliessend die Gruppenarbeit zusammen.

Einer lebhaften Diskussion rief der Antrag des Direktionskomitees, «allein oder zusammen mit anderen Institutionen eine «Schweizerische Stiftung für Altersforschung» zu gründen, sofern der Bund die Pro Senectute damit beauftragt und die dazu nötigen Finanzierungsquellen erschlossen werden können».

Grundsätzlich wurde die Notwendigkeit der Altersforschung nicht in Frage gestellt, dagegen wurde der Wunsch geäussert, zuerst die Frage der längerfristigen Finanzierung zu klären, bevor ein endgültiger Beschluss gefällt wird. In diesem Sinne wurde er um ein Jahr verschoben. Bis dahin sollen die nötigen Abklärungen erfolgen. Zu den wichtigen Grundsatzfragen der Altershilfe äusserte sich **alt Bundesrat H. P. Tschudi** in seiner Eröffnungsansprache als Präsident der Abgeordnetenversammlung von Pro Senectute Schweiz: Es gehöre zu den vornehmsten Pflichten der Gesellschaft, den kranken Hochbetagten eine liebevolle Pflege angedeihen zu lassen. «Pro Senectute wird stets die humane Gesinnung vor eine materialistische Betrachtungsweise stellen.» Sodann sollte neben der Solidarität unter den Generationen vor allem die gegenseitige Hilfe unter den Betagten gefördert werden. «Dem verstarkten Einsatz der noch rüstigen Angehörigen der 3. Lebensstufe für die hilfsbedürftigen Hochbetagten der 4. Lebensstufe müssen wir die grösste Aufmerksamkeit schenken. Dies hätte nicht nur unmittelbar günstige Auswirkungen, sondern würde auch das Ansehen der Betagten in der Gesellschaft heben.» Ferner wies H. P. Tschudi darauf hin, dass «angeblich wissenschaftliche, tatsächlich aber auf politische Ziele gerichtete Publikationen über die Zukunft der AHV eine bedauerliche Verunsicherung bei den älteren Leuten hervorgerufen haben. In Wirklichkeit wird bis zum Ende dieses Jahrhunderts das langsame Ansteigen der Rentnerzahl keine

grösseren Probleme verursachen. Der entscheidende Faktor für die Lage der AHV ist nämlich die wirtschaftliche Entwicklung und nicht die Altersstruktur. Ich behalte mein Vertrauen in Leistungswillen und Leistungsfähigkeit der Schweizer.» Pro Senectute unterstreiche deshalb «die soziale und politische Notwendigkeit einer umfassenden Sozialversicherung».

Die Delegierten genehmigten den *Jahresbericht 1982* mit Gesamtausgaben von 44,1 Mio. Franken. Die wichtigsten Einnahmen waren die Bundesbeiträge mit 16,4 Mio. Franken, die Erlöse aus Dienstleistungen mit 12,2 Mio. Franken, die Subventionen von Kantonen und Gemeinden mit 9,4 Mio. Franken und die Oktobersammlung mit 4,1 Mio. Franken.

Zustimmung fand auch die Rechnung der *Zentralkasse*, die bei knapp 3,3 Mio. Franken Ausgaben dank Spenden und Legaten von 653 000 Franken mit einem kleinen Ausgabenüberschuss abschloss. Ebenfalls genehmigt wurde das Budget 1984 des Zentralsekretariates mit einem Aufwand von 3,4 Mio. Franken. Der Fehlbetrag von Fr. 435 000.— kann voraussichtlich wiederum durch Legate gedeckt werden. Vom Ertrag der Oktobersammlung werden 94% den 26 Kantonalen Komitees verbleiben; nur 6% werden der Zentralkasse zugewiesen. Nach 13jährigem grossem Einsatz trat **Zentralkassier H. Risi** (Seuzach) zurück. Zu seinem Nachfolger wurde **Dr. R. Gubler**, Direktor der SKA, gewählt. Ins *Direktionskomitee* wurden neu gewählt **Dipl. Ing. H. Knaus** (Appenzell Ausserrhoden) und **Domherr H. Bérard** (Wallis).



Beim Mittagessen erfreuten Altersturnerinnen aus Kernenried in alten Bernertrachten die Gäste.

Foto Mumenthaler

Schachkurs auf dem Land

Die Pro Senectute-Beratungsstelle und die Volkshochschule Bremgarten AG starteten am 8. November einen Schachkurs. Herr Sturzenegger vom Schachklub Wohlen führte an vier Nachmittagen die Interessenten in das königliche Spiel ein oder frischte ihre Anfängerkenntnisse auf.

Anlass zu diesem Kurs war die Erkenntnis, dass Schachspiel die denkbar beste Schulung für die Intelligenz und die Kombinationsgabe ist. Wer diesen Denksport ernsthaft betreibt, hält den Geist frisch in einem Alter, da andere sich mit Halma begnügen (müssen). Das Beispiel zeigt, dass nebst dem Altersturnen auch das geistige Training vermehrte Beachtung verdient.

«Bildungswandern» im Gasterland

Das neue Wortgebilde könnte eine Kombination von Wandern und Bildungsziel andeuten, ähnlich etwa dem, was man früher unter «Schulreise» verstand. So jedenfalls verstand ich die Meldung der Pro Senectute-Wandergruppe «See und Gaster»: Der Ausflug führte die Wanderer von Kaltbrunn zur Üetliburg und zum Berg Sion und schloss mit einem Besuch in der Wattefabrik Kistler in Gommiswald. In drei Gruppen besichtigten sie den Betrieb und beschlossen den Nachmittag mit einem Imbiss in der Werkkantine. Mir scheint die Verbindung von Fussmarsch und Betriebsbesichtigung sehr sinnvoll.

5000 Waadländer in Seniorenenclubs organisiert

Vor 7 Jahren bildeten sich im Kanton Waadt auf Initiative von Pro Senectute die ersten Seniorenenclubs, die sich bald in der «Fédération vaudoise des clubs d'aînés» zusammenschlossen. Heute gehören total 53 Clubs mit 5000 Mitgliedern der Vereinigung an. Der siebenköpfige Vorstand besteht aus vier Vertretern der Clubs, zwei von Pro Senectute und einem des kantonalen Sozialdienstes. Die Rolle von Pro Senectute besteht vor allem in der Erledigung des bei einer so grossen Organisation unvermeidlichen «Papierkriegs». Im übrigen sind die Clubs in der Gestaltung ihres Programms völlig selbständig. Die Westschweiz scheint in dieser Hinsicht der deutschen Schweiz weit voraus zu sein. Wir werden gelegentlich Näheres über diese Bewegung berichten.

Redaktion Peter Rinderknecht