

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 62 (1984)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Gemeinsame Ferien für Grosseltern und Enkel  
**Autor:** Klauser, Margret  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-721096>

#### **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:** 16.01.2026

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

# Gemeinsame Ferien für Grosseltern und Enkel

Im letzten Sommer veranstaltete die Stelle für Altersfragen des Migros-Genossenschaftsbundes zusammen mit dem Hotelplan zwei Wochen Ferienaktionen für Grosseltern und Enkel in einem ehemaligen Kinderkurhaus in Agra. Dieses Experiment soll womöglich mit erweiterten Ideen 1985 wiederholt werden.

In Agra, 225 Meter über Lugano im Gebiet der Collina d'Oro, unterhielt die Stiftung deutscher Heilstätten bis vor zehn Jahren ein bekanntes Sanatorium, das demnächst abgebrochen wird. An seiner Stelle soll ein Seniorenzentrum mit Wohnungen und kulturellen Angeboten erstellt werden. Mitten im malerischen Dorf, umgeben von Kastanienwäldern und Rebbergen, befindet sich der «Palazzo», ein weitläufiges Haus, das früher Kindern zur Erholung diente. Heute finden dort Fachtagungen und Ferien für Grossstadtkinder statt, auch für die Ferienwochen der zwei Generationen eignete es sich in seiner Unkompliziertheit und altmodischen Pracht recht gut.

## Auftakt mit Turnen

Am Postauto empfängt uns Frau **Christina Weber-Candrian**, eine der beiden Animatorinnen, die als Turnleiterin und als Grossmutter an diesen neuartigen Ferien für alt und jung selbst die grösste Freude hat. Ihre Partnerin bei der Leitung der gemischten Gesellschaft ist Frau **Daniela Gubser**, die als Ernährungsberaterin beim Sozialamt Zürich arbeitet und viele Kurse auf diesem Gebiet erteilt. In ihren Ferien macht sie voller Begeisterung an diesen zwei Aktionswochen mit und kann hier ihre Ideen und Vorschläge für schöpferisches und handwerkliches Tun einbringen. Mit viel Wärme vertritt sie die hier eigentlich fehlende Generation der Mütter.

Jetzt treibt Frau Weber ihre Schäflein zum Turnen im Freien zusammen, es sind sieben Kinder von 5–10 Jahren und sechs dazugehörige Erwachsene. In temporeichen Polonaisen und Kreisspielen bewegen sich junge und alte Gäste unter der strahlenden Sonne; auch einige Kinder, die in Agra in den Ferien weilen, gliedern sich eifrig ein. Kriech- und Streckübungen lockern die Glieder, Hände und Füsse werden geschüttelt und jeder einzelne Finger durchbewegt. Es wird zur Musik getanzt und gesprungen, wobei auch die Grosseltern ihre steifen Glieder vergessen. Ans Klettergestell wagen sie sich aber nicht mehr, doch auf der Schaukel wetteifern sie mit ihren Enkeln. Nachdem alle ermüdet ins Gras sinken, ruft Frau Weber zum Baden im danebenliegenden Bassin auf. Dort zeigt sie den Kindern Übungen zur Ersten Hilfe, während die Grosseltern keine Lust zeigen zu einem kühlen Bad. Um so eifriger reiben sie nachher aber die schlotternden Enkel trocken – es ist plötzlich ein kalter Wind aufgekommen.

## Entscheidungsfreiheit für die Kinder

Das ehemalige Kinderkurhaus verfügt über breite Terrassen, von denen nur Wälder und Hügel zu sehen sind und hie und da ein Zipfel See. Um die gedeckten Tische flattern noch die Fähnchen vom 1. August – ein buntes Bild. Beim Essen wollen die einen Kinder ganz unter sich sein oder höchstens mit Frau Gubser, andere suchen die vertraute Nähe ihrer Grosseltern. Es gibt keine Tischordnung, jeder kann bei jeder Mahlzeit wieder anders sitzen. Ebenso frei lassen

*Angespornt vom Temperament der Jungen tanzen Grosseltern und Enkel.*





Oben: Daniela und Cathérine werden wieder ruhiger beim Malen im Hause.

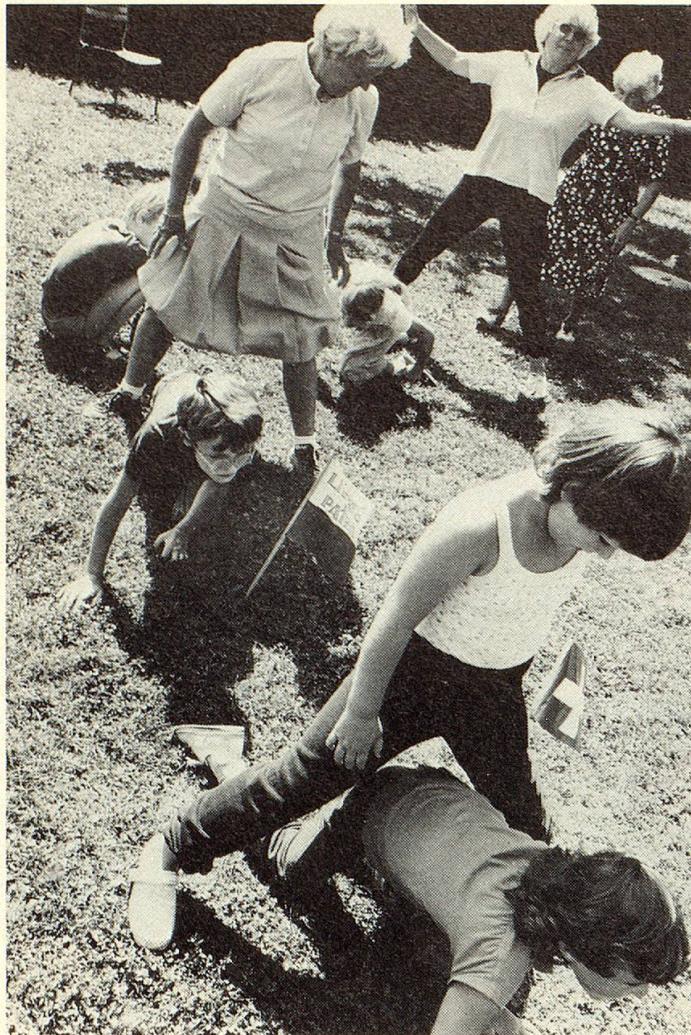
Unten: Jeder einzelne Finger wird durchtrainiert.





Oben: Abends sitzen alle entspannt vor dem improvisierten Kasperlitheater.  
Unten: Temporeiche Polonaise von jung und alt.





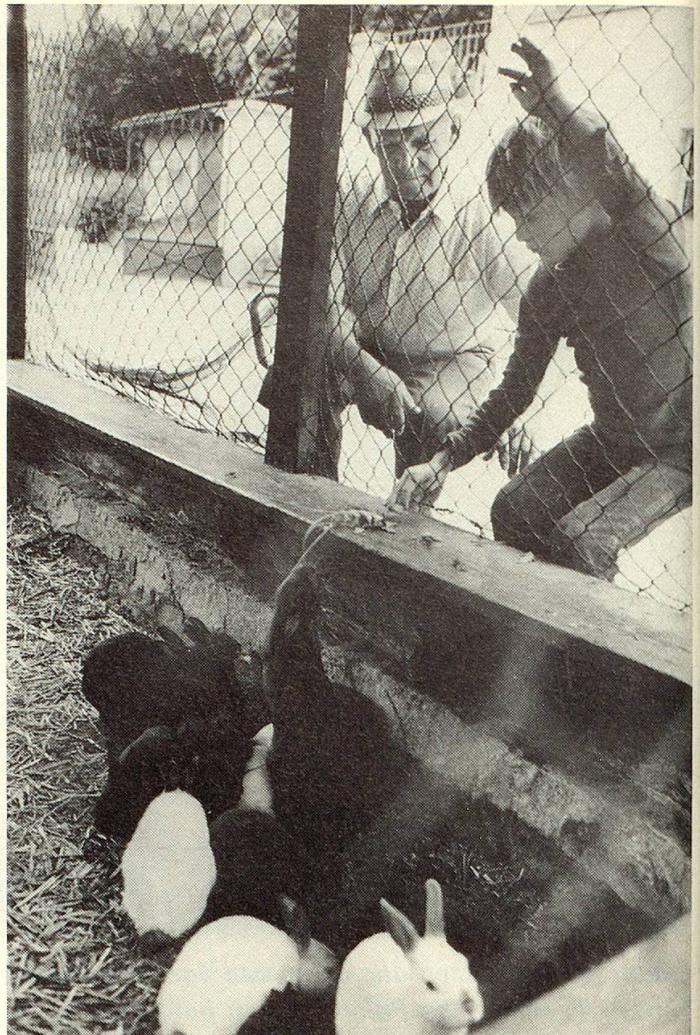
*Kriech- und Streckübungen lockern die Glieder von Jungen und Alten.*

**Nebenstehend:** Bei einem Waldspaziergang klettern alt und jung über Stämme und Wurzeln.

die Animatoren die Kinder auch über den Tagesablauf entscheiden, niemand **muss** irgendwo mittun, doch wird er spielend dazu angeregt. Die Freiheit des Entscheidens durchzieht wie ein roter Faden den Tag, und ebenso frei benützen die Kinder die vielen Treppen und Gänge für ihre Spiele.

### **Pans-Stunde**

In den heissen Mittagsstunden legen sich die einen aufs Ohr, und das welsche Grosselternpaar sucht mit seinem Enkel Fabien dicke Büschel von Gras und Löwenzahn, um damit die Kaninchen in ihrem Gehege zu füttern. Eine Zürcher Grossmutter schart Kinder an einem Schattenplatz um sich, denen sie Märchen erzählt, während Daniela und Cathérine mit Frau Gubser ein Kasperli-Stück einüben, das sie am Abend vorführen wollen. Später rennen die Kinder zum Versteckspiel durch die verlassenen Strassen von Agra, dort gibt es nur ein Lädeli, das am Vormit-



*Nach dem Mittagessen versorgen Fabien und sein Grossvater die Kaninchen.*

**Über Bäume klettern**

tag ein paar Stunden geöffnet ist, und die Post, die zu den Ankunftszeiten des Kursautos seine Tore für eine halbe Stunde auftut.

### **Über Bäume klettern**

Schliesslich macht sich eine Gruppe zu einem Waldspaziergang bereit: drei Buben und ein paar Erwachsene. Frau Weber benützt jede Wurzel und jeden Baumstamm zu Turnübungen und freut sich besonders über einen Grossvater, der nach einer längeren Krankheit Gleichgewichtsstörungen hatte, nun aber an ihrer Hand mit den Kindern über einen gefallenen Stamm balanciert. Nach dem Wald verziehen sich alle gerne unter die schattigen Bäume eines Grottos, wo eine Grossmutter beim Warten auf eine Erfrischung ihrem Enkel zeigt, was man früher bei Spaziergängen aus Gräsern und Blumen formte. Es ist interessant zu hören, in wievielen Sprachen die paar Kinder sprechen: man hört Französisch und Englisch, Deutsch und Schweizerdeutsch,



# Bärlauch – die natürliche Vorbeugung gegen Altersbeschwerden

Altersbeschwerden sind Erscheinungen, die mit einer wachsenden Abnützung des Organismus verbunden sind. So lässt zum Beispiel das Gedächtnis nach und die zunehmende Verkalkung der Gefäße kann zu erhöhtem Blutdruck führen.

Weil der Körper keine grossen Anstrengungen mehr verträgt, treten öfter Schwindelgefühle und Unwohlsein auf.

Gegen das Älterwerden kann sich niemand wehren. Es gibt aber nebst einer gesunden Lebensweise Naturprodukte, mit denen man Altersbeschwerden vorbeugen oder sie lindern kann. A. Vogel's Arterioforce-Kapseln mit Frischpflanzenextrakten zeichnen sich nicht nur durch eine günstige Wirkung gegen Arteriosklerose-Beschwerden aus, sondern sind auch zuverlässiger Beschützer, um solchen Beschwerden vorzubeugen.

Die beiden in der Volksheilkunde bewährten Auszüge aus Knoblauch und Bärlauch werden in Arterioforce sinnvoll ergänzt durch die Extrakte aus Weissdorn (*Crataegus*) und der Passionsblume (*Passiflora*) sowie natürlichem Vitamin E.

Seit jeher wusste man die heilenden Kräfte des Knoblauchs als Vorbeugungs- und Heilmittel gegen Erkrankungen der Verdauungsorgane einzusetzen. Ergebnisse aus jüngerer Zeit bestätigen nicht nur den Nachweis antibakterieller Wirkstoffe, sondern weisen auf eine Reihe anderer Stoffe hin, welche die Verwendung des Knoblauchs gegen Müdigkeit, Altersbeschwerden und erhöhten Blutdruck erklären.

Der Weissdorn vermag eine günstige Wirkung auf die Herz- und Kreislauftätigkeit im höheren Lebensalter auszuüben.

Dem Vitamin E kommt ein wesentlicher Einfluss auf den Kohlenhydrat- und Energie-Haushalt zu; es hat einen günstigen Effekt auf Gefäße, Gewebe und Stoffwechsel.

Die Passionsblume enthält entspannende und beruhigende Wirkkomponenten.

A. Vogel's Arterioforce-Kapseln eignen sich besonders zur Vorbeugung gegen Altersbeschwerden, Gedächtnisschwäche, Schwindelgefühl, ständiges Müdesein, Absinken der Leistungsfähigkeit, Vergesslichkeit.

Als Heilmittel auf rein natürlicher Basis weist das Frischpflanzenpräparat Arterioforce keine schädlichen Nebenwirkungen auf. Es unterstützt ihren Körper dabei, auch im Alter jung und leistungsfähig zu bleiben.

A. Vogel's Arterioforce-Kapseln erhalten Sie in Ihrer Apotheke und Drogerie.

und alle verstehen sich ausgezeichnet. Im Palazzo haben die Mädchen unterdessen gemalt und gezeichnet, die vorlaute Daniela meint: «Wir werden heute richtig gestresst» – wegen des Fotografen nämlich.

## Eine Vorstellung im Freien

Mit einfachsten Mitteln und unter Beihilfe der Kinder hat Frau Gubser eine bunte Kasperlöhne erstellt, von der aus Daniela und Cathérine mit ihr ein herrliches, selbsterdichtetes Märchen aufführen: Die Prinzessin wollte bei Tisch nie essen, so schickte sie der erzürnte König mit Kasperli zur Hexe. Diese erreichte schliesslich, was zu Hause nie möglich gewesen wäre: Das Prinzesschen isst endlich von allem ... Wie da die kleinen Zuschauer mitgehen und mit Zwischenrufen nicht sparen und die Grossen auf den Stockzähnen schmunzeln!

So ungefähr verlief ein Tag in Agra.

## Ferien einmal anders

Dieses Ferienangebot richtet sich an rührige und flexible Grosseltern, die wahrscheinlich auch ohne diese organisierte Woche ihre Enkel hie und da bei sich aufnehmen. Hier aber wissen sie, dass die Kinder den ganzen Tag beaufsichtigt und sie durch diese Aufgabe nicht überanstrengt werden. Sie freuen sich aber, eine gute Beziehung zu den Kindern aufzubauen, die meist eine lebenslängliche Bindung bringt. Und diese Beziehung ist einfach anders als die der Eltern, die den Alltag mit den Kindern bestehen müssen – für tolerante Grosseltern eine Herausforderung und Chance im dritten Alter.

Text Margret Klauser  
Fotos André Melchior

## Zum Lachen

«Ihr Sohn ist ein Wunderkind», sagt der Lehrer. «Wirklich?» fragt der stolze Papa. «Ja. Er hat das Wunder fertiggebracht, in einem Aufsatz 46 Fehler zu machen.»

Wahrsagerin: «En junge Maa tritt i Ihres Läbe.» – Kundin: «Schaurig interessant, wiiter, wiiter!» – Wahrsagerin: «Sis Gwicht: öppe vier Kilo.»

«Ganz plötzlich bekam ich heftige Zahnschmerzen, Herr Doktor.»

«Wo denn?»

«In Rapperswil.»