

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 63 (1985)
Heft: 3

Artikel: Stelle für Altersfragen" der Migros seit 8 Jahren : ein kritischer Rück- und Ausblick mit J.-F. Bourgeois
Autor: Rinderknecht, Peter / Schmelzeisen, Dieter / Bourgeois, Jean-François
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-722581>

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

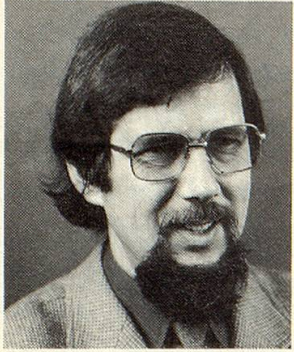
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 03.04.2026

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

«Stelle für Altersfragen» der Migros seit 8 Jahren

Ein kritischer Rück- und Ausblick mit J.-F. Bourgeois



Jean-François Bourgeois, geboren 1941 in Genf, Lizentiat der Wirtschafts- und Sozialwissenschaften. Acht Jahre Marketing in der Privatwirtschaft. Seit 1977 Leiter der Migros-«Stelle für Altersfragen». Mitglied des Direktionskomitees von Pro Senectute.

ZL: Herr Bourgeois, am 1. Mai 1977 stellte der Migros-Genossenschafts-Bund Sie als ersten vollamtlichen Beauftragten für Altersfragen in der Schweizer Wirtschaft ein. In der «Zeitlupe» vom August 1979 präsentierten wir unseren Lesern diese Stelle. Dabei äusserten Sie – nach zweijähriger

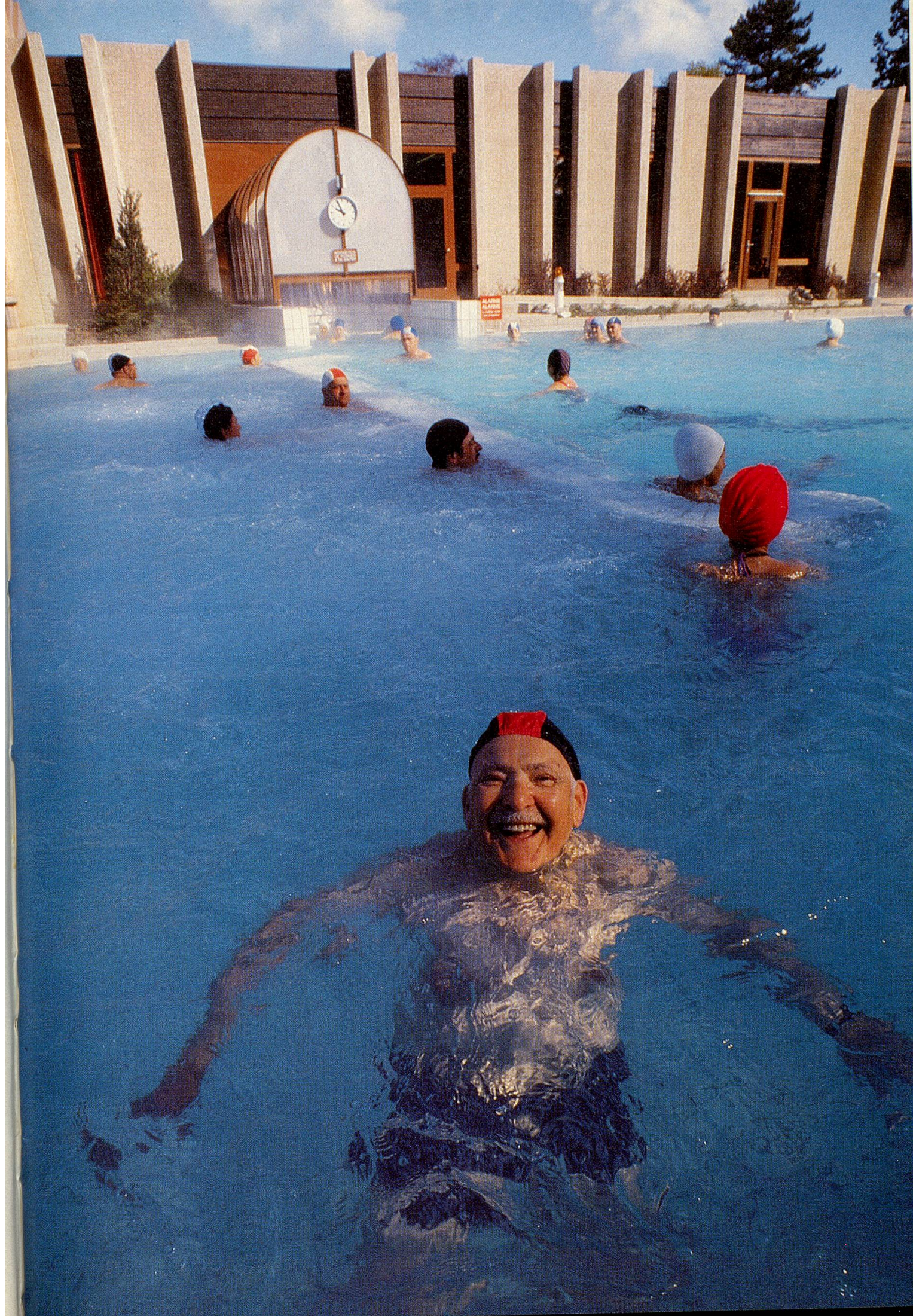
Auseinandersetzung mit Altersfragen im allgemeinen und dem Studium der Möglichkeiten und ersten praktischen Erfahrungen im besonderen – Ihre Absichten. Heute, sechs Jahre später, sitze ich Ihnen wieder gegenüber. Haben Sie Ihre damaligen Ziele inzwischen erreicht? Hat sich die «Stelle für Altersfragen» (interne Abkürzung StAF) durchsetzen können?

B: Teils-teils. Bedenken Sie, dass ich als «Einnemannbetrieb» in einem Konzern mit 55 000 Mitarbeitern begann. Das bedeutet, dass ich mit 12 regionalen, ziemlich selbständigen Genossenschaften und etwa 26 Migros-Unternehmen (Produktions- und Dienstleistungsbetriebe) im Gespräch stehe. Sie können sich vorstellen, dass



▲ Gruppenbild der Teilnehmer an der Welschlandwoche 1985 vor dem Pestalozzi-Denkmal in Yverdon.

Dieser Teilnehmer genießt sein Thermalbad in Yverdon-les-Bains offensichtlich. ►





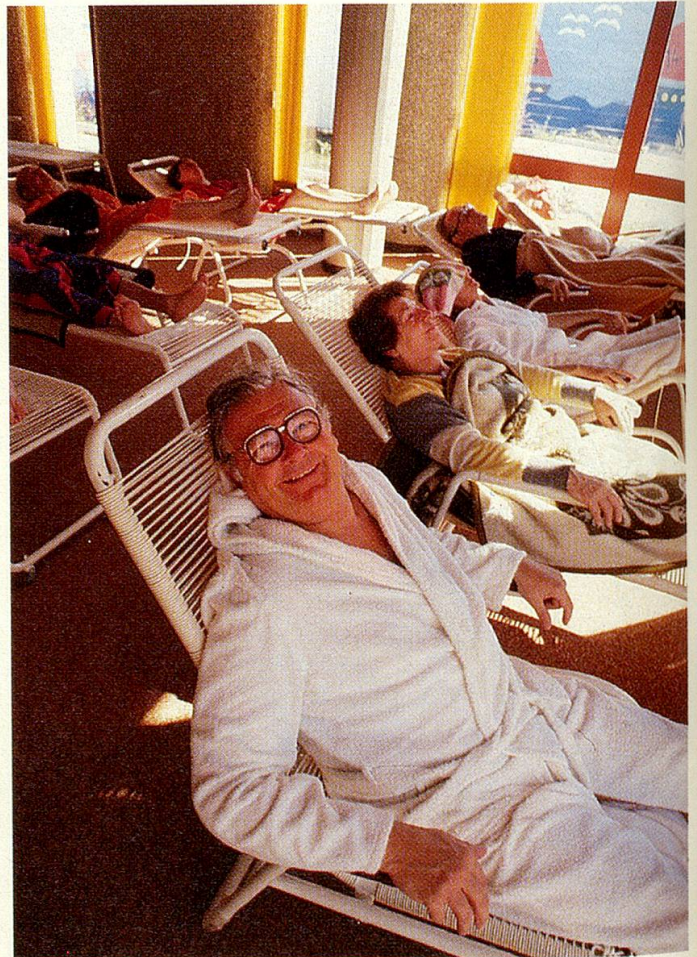
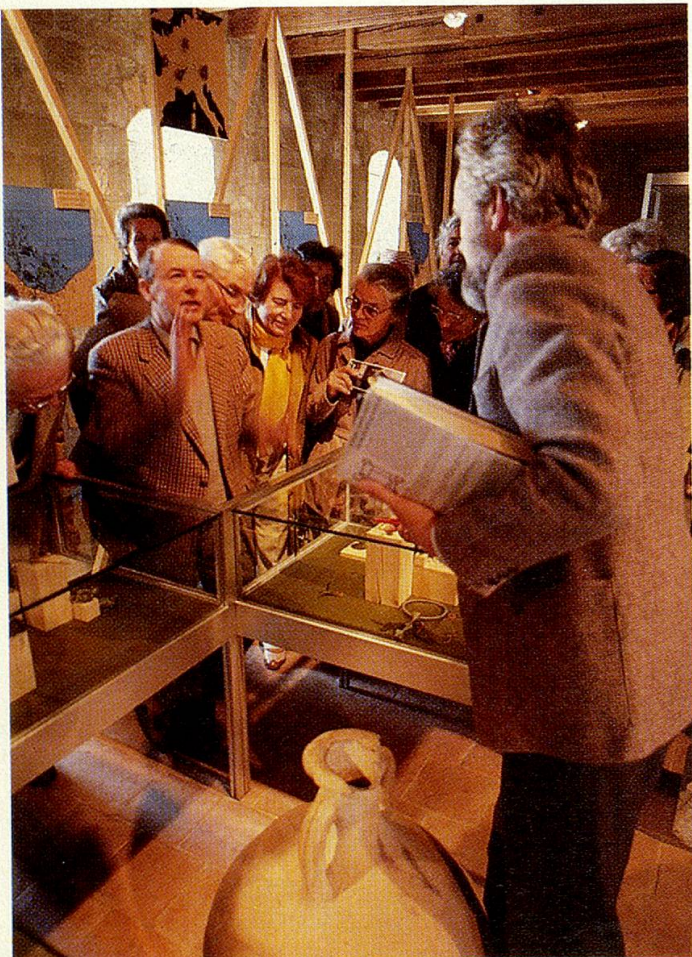
Vor dem Französischkurs in der Klubschule Yverdon.



Das Ausflugsprogramm wirkt anregend.

Interessierte Besucher im Schlossmuseum.

Erholungspause nach der Wassergymnastik.





Erste Stadterkundung nach dem Mittagessen.

Aufmerksames Studium der Exkursionsunterlagen.

Fotos Erling Mandelmann





Migros-Lehrlinge betreuen Behinderte auf dem Twannberg.

Foto Peter Zingg

Ferienwoche für «Grosseltern und Enkelkinder» in Agra TI

Foto André Melchior



es intern und extern intensiver und hartnäckiger Anstrengungen bedarf, um nur seine Ideen bekanntzumachen. Verstärkung durch einen zweiten Mitarbeiter, Herrn Dieter Schmelzeisen, der vorwiegend als pädagogischer Mitarbeiter (Kursentwicklung, Kursleitung, Animation) tätig ist, erhielt ich erst 1981. Die Betreuerin der Gedächtnistrainingskurse, Frau Marie Trzoska, stiess ungefähr zur selben Zeit zu unserem Team. Daraus ersehen Sie, dass wir geduldig und langsam aufbauen müssen. Wir haben einige ursprüngliche Vorsätze realisiert, andere erst teilweise, und vieles steckt noch in den Anfängen oder in der Versuchsphase oder steht erst auf dem Papier.

ZL: Könnten Sie uns das etwas näher darlegen? 1979 formulierten Sie vier Hauptziele. Was wurde aus dem ersten Postulat? Es hiess:

- Die Integration der Generationen, «Jung und alt miteinander».

B: Das ist natürlich ein grosses gesellschaftspolitisches Anliegen, das wir niemals allein erreichen können. Hingegen haben wir unter dem Stichwort «Jung und alt miteinander» recht erfreuliche punktuelle Versuche durchführen können. Wir begannen 1981 mit dem freiwilligen Einsatz von Migros-Lehrlingen für Behindertenferien auf dem Twannberg. Für diese zweimal jährlich durchgeführten zweiwöchigen Lager besteht ein enormes Interesse; wir erhalten immer zu viele Anmeldungen. Die Lehrlinge begleiten und betreuen die Invaliden partnerschaftlich, behandeln sie wie ihresgleichen. Das wird von den Gästen sehr geschätzt. Alle Teilnehmer äussern sich stets begeistert. Das Experiment hat sich so gut bewährt, dass es von unserer Abteilung Sozialfragen in ihr festes Programm aufgenommen wurde.

Ebenfalls positiv waren die Erfahrungen mit den Ferien für Grosseltern und Enkel, die wir in Wildhaus und im Tessin anboten. Allerdings erwiesen sie sich auch als recht arbeitsaufwendig, weil es schwierig ist, Grosseltern, Eltern und Kinder auf einen Termin abzustimmen. Wir möchten hier noch mehr Erfahrungen sammeln, allerdings nur noch alle zwei Jahre.

Auch in der Klubschule versuchen wir – mit einigem Erfolg – ältere Teilnehmer in Gruppen von Jüngeren zu integrieren.

ZL: Als zweites Hauptziel nannten Sie früher:

- Den Einsatz der Älteren in der und für die Gemeinschaft.

Wie steht es damit?

B: Das ist natürlich eine längerfristige, ebenfalls sehr anspruchsvolle Aufgabe, die wir erst in punktuellen Versuchen anpacken konnten. So betrachten wir als Erfolg, dass sich in Genf nach einem Altersvorbereitungskurs spontan einige Teilnehmer zusammensetzten und ein kleines Dienstleistungsunternehmen namens «Senior-Services» gründeten. Sie bieten – gegen Entschädigung – verschiedene Dienstleistungen an wie Babysitten, Haushütedienst, Blumenpflege in Grossraumbüros usw.

Sodann starteten wir im Mai 1985 mit einem eigenen Ausbildungskurs für unsere Animatoren. Wir wollen jüngere Pensionierte befähigen, Gruppen von Senioren partnerschaftlich zu leiten.

ZL: Ihr drittes Hauptziel lautete:

- Die Sensibilisierung der Bevölkerung für Altersfragen.

Was haben Sie in diesem Bereich unternommen?

B: Einiges. So schufen wir zwei Tonbildschau, die sehr oft vor jungen Mitarbeitern vorgeführt und mit ihnen diskutiert wurden. Dann habe ich im «Brückenbauer» drei Jahre lang in der Rubrik «Generationen-Dialog» Altersprobleme behandelt. Im französischen Genossenschaftsorgan «Construire» hiess die Spalte «D'âge en âge». Ferner hielt ich in allen 15 Sektionen des «Schweizerischen Bundes der Migros-Genossenschaftlerinnen» (SBMG) Vorträge über Altersthemen. Die neueste Arbeit auf diesem Gebiet ist die Broschüre «Älterwerden – eine Herausforderung» (französisch «Le défi au vieillissement»). Davon wurden schon über 20 000 Stück verteilt in unseren Altersvorbereitungsseminaren, in Klubschulen, Ferienwochen oder an Interessenten, die die Broschüre gratis bei uns beziehen können.

ZL: Als viertes Hauptziel bezeichneten Sie:

- Die Verlängerung der aktiven Phase des Lebens.

B: Richtig. Dieser Punkt erwies sich als unsere wichtigste Aufgabe. In der erwähnten Broschüre fasste ich die neuesten Erkenntnisse der Altersforschung (Gerontologie) allgemeinverständlich zusammen. Sie widerlegten das sogenannte «Defizitmodell» vom Alter, das etwa von 1930 bis 1960 die Wissenschaft beherrschte. Damals glaubte man, dass der «Gipfel des Lebens» mit 25 Jahren erreicht und danach nur noch Schwäche, Verluste und Zerfall zu erwarten sei. Diese deprimierende Theorie wurde seit den sechziger Jahren verdrängt durch die Erkenntnis, dass der

Mensch auch im Alter viele Fähigkeiten erhalten oder erlernen kann, wenn er sie trainiert. Diese viel realistischere und optimistischere Aktivierungstheorie gibt allen Älterwerdenden grosse neue Chancen.

ZL: Was bedeutet die Aktivierungstheorie für die StAF?

B: Sehr viel. Wir haben auf dem Gebiet der internen Altersvorbereitungskurse einen wesentlichen Schritt gemacht. Waren es 1977 nur 3 Kurse, so stieg diese Zahl 1984 auf 40 Kurse mit rund 1000 Personen. Das bedeutet, dass die meisten Geschäftsleiter der Migros-Unternehmen jetzt dieser Idee nahestehen und die Durchführung von solchen Seminarien unterstützen. Die Bereitschaft der Migros-Mitarbeiter zum Besuch dieser Kurse hat sich auch von etwa 40% auf über 90% erhöht. Das Konzept, das in den meisten Migros-Unternehmen als Grundlage dient, wurde von Dieter Schmelzeisen entwickelt. Er leitet einen grossen Teil der Kurse in der deutschsprachigen Schweiz und ich selbst in einigen Migros-Unternehmen der Westschweiz. Einige grosse Genossenschaften führen die Seminare mit eigenen Kräften (Leuten aus der Personalabteilung, der Sozialarbeiterin, Ausbildungschefs, Kursleitern der Klubschule usw.) durch. Für die kleineren Betriebe organisieren wir von der StAF mehrere regionale Kurse, meist in Zusammenarbeit mit den Organisatoren dieser Betriebe. Das Migros-Pensionsalter liegt bei 62 Jahren für Männer und Frauen. Unsere Kurse setzen meist zwei bis drei Jahre vorher ein. Wünschenswert wäre allerdings ein Beginn mit 58 Jahren. Aber ich glaube, dass die Migros insgesamt in diesem Bereich vorbildlich dasteht, denn gemäss der letzten Pro Senectute-Liste über Altersvorbereitungsseminare ist die Migros-Gemeinschaft der grösste Kursanbieter in der Schweiz. Ermutigend für uns ist, dass auch ausserstehende Firmen uns zunehmend um Unterstützung bitten, weil sie von unserer reichen Erfahrung profitieren möchten.

Eine erfreuliche Folge dieser Kurse ist die spontane Bildung von Interessengruppen nach solchen Kursen. Da treffen sich an verschiedenen Orten regelmässig Leute, die in Kleingruppen weiterhin die Fragen einer optimalen Lebensgestaltung diskutieren oder miteinander Aktivitäten erleben.

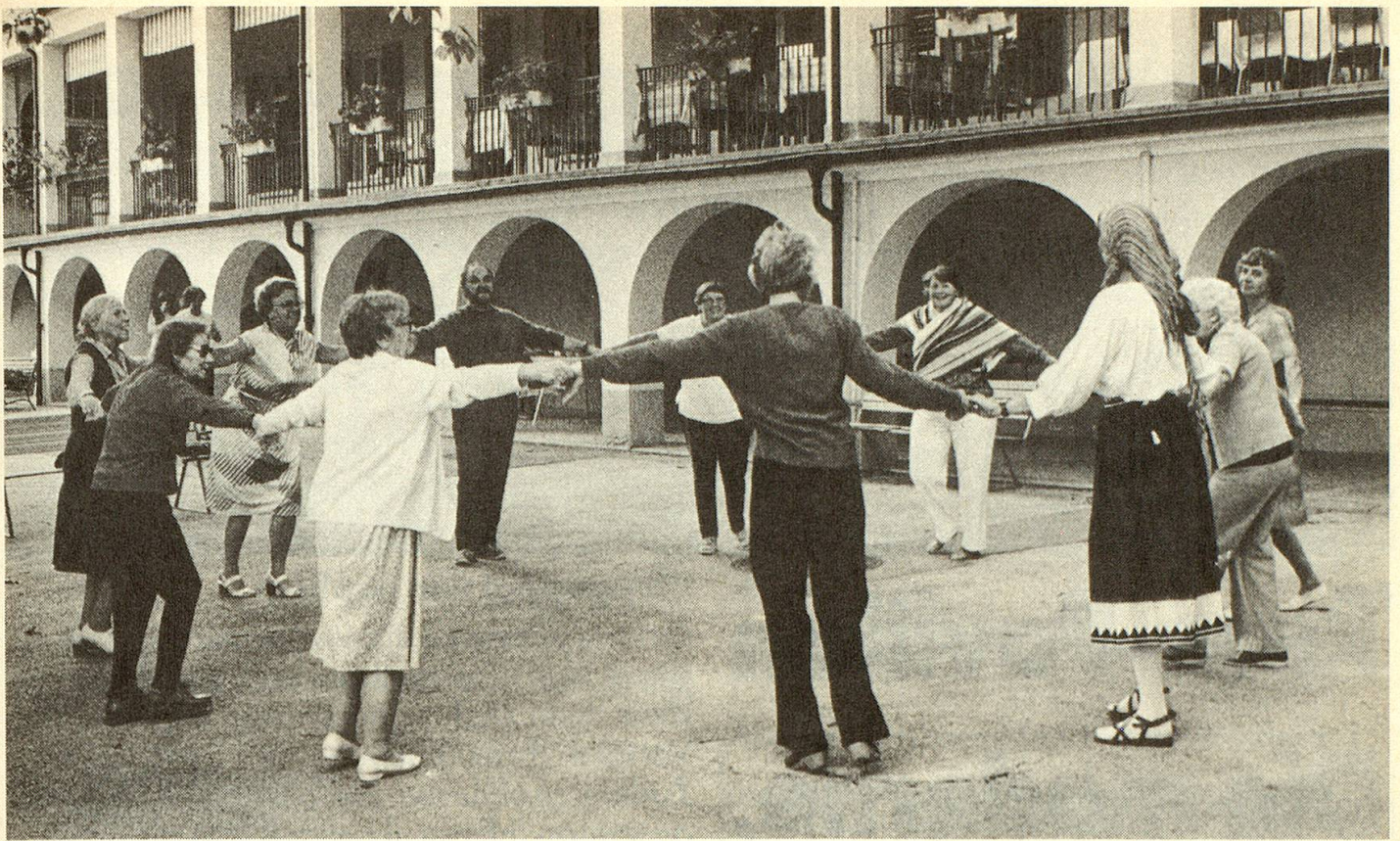
ZL: Gibt es weitere Beispiele für die praktische Umsetzung der Aktivierungstheorie?

B: Gewiss. Da steht im Vordergrund der alle Er-

wartungen übertreffende Erfolg der Gedächtnistrainingskurse. Vor einigen Jahren luden wir die Wiener Chefärztin Dr. Franziska Stengel, die in jahrelanger Arbeit eine neue Methode zum Training des Gedächtnisses entwickelte, zu einer Vortragstournee in die Schweiz ein. Der Zulauf war enorm. Überall meldeten sich Interessenten in Scharen. Glücklicherweise tauchte Frau Trzoska, eine pensionierte Migros-Mitarbeiterin, gerade rechtzeitig auf. Sie entdeckte die «Stengel-Methode» und begann bei uns eine sogenannte zweite Karriere. Jetzt gibt sie selber Kurse, entwickelt laufend neue Übungen und Gedächtnisspiele und veranstaltet Ausbildungseminare für Kursleiter, die nun das Originalmodell weitertragen. In 21 Klubschulen nehmen jährlich etwa 1500, meist 50- bis 70jährige, an solchen Gedächtnistrainingskursen teil. Es gibt allerdings auch jüngere und wesentlich ältere Besucher. Sie arbeiten in verschiedenen Stufen eine oder beide Kursmappen durch. Erfreulicherweise bleibt es aber oft nicht dabei; vielerorts werden die Besucher selber aktiv und erfinden von sich aus neue Übungen und Spiele. Frau Trzoska – unsere unermüdliche Koordinatorin – sammelt diese Ideen und gibt sie auch weiter. Positiv zu werten sind ebenfalls die Treffen vieler Teilnehmer nach den Lektionen, die zu neuen gesellschaftlichen Kontakten und Ideen führen. Übrigens arbeiten wir in verschiedenen Kantonen mit Pro Senectute zusammen. In kleineren Ortschaften ohne Klubschule führt Ihre Stiftung die Kurse mit den von uns ausgebildeten Leitern durch.

ZL: Gibt es weitere Aktivierungsangebote?

B: Sicher. Eben sind wir daran, eine neue Idee zu lancieren: eine sogenannte «Aktivierungsdrehscheibe». Nach positiven Erfahrungen in Bern, Freiburg, St. Gallen mit den Themen Gesundheit oder Hobbies möchten wir diese Form weiter ausbauen. Ihre Idee beruht auf der Vermittlung von Impulsen durch erfahrene Fachleute an einigen Nachmittagen, der sich auch eine aktive Tätigkeit der Besucher anschliessen soll. In diesen «Schnupperkursen» sollen Lust und Mut zu sinnvollem Tun geweckt werden. Es kann sich um berufsähnliche Tätigkeiten, um den Ausbau bisheriger Hobbies, um die Realisierung langgehegter Wünsche oder um die Entdeckung von neuen, oft ungeahnten Fähigkeiten handeln. Wenn immer möglich sollten sich dann auf freiwilliger Ebene Interessen- und Selbsthilfegruppen bilden. Wir möchten damit einen Kontra-



Kreativ-Ferienwoche in Agra TI im Herbst 1984.

Foto R. Wiederkehr

punkt zur weitverbreiteten Konsumentenhaltung vieler Seniorengruppen setzen. Wenn einmal mehrere Schnupperkurse angeboten werden können, sollen die Teilnehmer nach Belieben wechseln dürfen, wir streben eine «Durchlässigkeit» an, die zu möglichst vielen Kontakten mit neuen Menschen und Möglichkeiten führen soll.

ZL: *Seit einigen Jahren organisieren Sie auch Ferien für Ältere. Wie geht es hier weiter?*

B: Nach mehrjährigen Erfahrungen mit spezifischen Angeboten offerieren wir im Jahr 1985 erstmals ein umfangreiches Paket von Aktiv-Ferienwochen mit neun verschiedenen Programmen und mehr als 25 Terminen. Auch hier wollen wir die «Drehscheiben»-Idee verwirklichen und nicht einfach Erholung offerieren. Wir hoffen, dass viele Senioren den Versuch wagen, sich in den Ferien mit einem neuen Gebiet auseinanderzusetzen, wie z. B. Informatik, kreative Tätigkeit, Gesundheitsprophylaxe, Theater, Tanz und selbstverständlich auch Gedächtnistraining.

ZL: *Sie konnten bisher auf viele positive Ansätze und Erfolge hinweisen. Gibt es auch weniger Gelingen oder gar Missglücktes?*

B: Aber natürlich. Wer Neuland betritt, muss immer mit Widerständen oder Fehlschlägen rechnen. So ist es uns beispielsweise nicht gelungen, die «Klubs der Älteren» zu verjüngen. Ihre Mitgliederzahl sinkt ständig wegen Überalte-

rung. Es wird immer schwieriger, zurückgetretene Leiter zu ersetzen. Offenbar stossen andere, eher kommerziell ausgerichtete Formen, auf mehr Interesse. Ferner konnte das 1982 in Zusammenarbeit mit Hotelplan entstandene Reiseprogramm «Senioren-Plus» in der ursprünglichen Form (Zweitbegleitung, Animationsprogramm usw.) sich nicht durchsetzen. Hotelplan bietet aber heute verschiedene Spezialreisen für Senioren im Generalkatalog an.

Und schliesslich stiessen unsere Bemühungen um altersgerechte Konsumentenangebote, mehr Kleinpackungen für Alleinstehende oder Sitzgelegenheit in den Migros-Märkten, auf Interesse bei den Marketingmanagern, aber bis jetzt wurde nur in wenigen Orten einiges gemacht. Grundsätzlich kann aber jedermann in einem

Diese 24seitige Broschüre ist gratis erhältlich bei der Stelle für Altersfragen MGB Postfach 266, 8031 Zürich.

Migros-Laden verlangen, dass ein Verkäufer oder eine Verkäuferin ihm eine «Grosspackung» im Frischwarenbereich öffnet und kleine Quantitäten abgibt.

Auch das ursprüngliche Vorhaben eines Senioren-Austauschprogramms zwischen der Schweiz und USA kam wegen des grossen organisatorischen Aufwands nicht zum Tragen. Erfreulich entwickelt sich dagegen das neue «Secure»-Angebot mit preiswerten Inkontinenzartikeln; hier leistet die Migros echte Pionierdienste. Viele sehr positive Kundenzuschriften zeigen uns, dass wir auf dem richtigen Weg sind.

ZL: *Hinter Ihrem Konzept stehen ja grundsätzliche Überlegungen. Was will die «Migros-Philosophie» in bezug auf die Älteren erreichen? Was ist der treibende Gedanke bei Ihren Anliegen?*

B: Unsere oberste Zielsetzung ist die breite

Eigeninitiative, die Entlastung des Wohlfahrtsstaates durch Selbsthilfe. Wir sind überzeugt, dass die wachsenden Altersprobleme nur dann gelöst werden können, wenn immer mehr Senioren sozial produktiv werden, d. h. wenn das Riesenpotential von jüngeren Senioren bereit ist, nicht nur zu konsumieren oder sich selbst zu verwirklichen, sondern sich auch für die Gemeinschaft einsetzt und somit eine neue soziale Funktion übernimmt. Nur so werden die Senioren echt in die Gesellschaft eingegliedert und ernst genommen.

ZL: *Herr Bourgeois, wir danken Ihnen für dieses offene Gespräch und wünschen Ihnen und Ihren Mitarbeitern viel Erfolg bei der weiteren Verwirklichung Ihrer Ziele.*

Interview Peter Rinderknecht



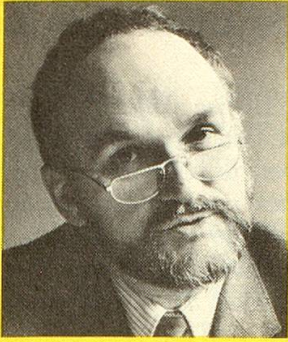
Gedächtnis- training?

Nachdem sie ihren Schalter bei der Migros-Bank zum letztenmal geschlossen hatte und in Pension ging, fiel Frau Marie Trzoska in ein tiefes, tiefes seelisches Loch. Was sollte sie tun? Sie hatte nie gelernt, sich selber zu sein, sie hatte immer nur die Pflicht gekannt. Jetzt war nur Leere. Da meldete sich eines Tages die Stelle für Altersfragen und bat sie, die Dokumentation, die dringend einer Durchsicht bedurfte, zu übernehmen. Wie gerne sagte Frau Trzoska zu. Eines Tages, mitten im Sichten und Ordnen fiel ihr ein Buch in die Hände, das sie seit diesem Augenblick eigentlich nie mehr losgelassen hat, «Gedächtnis spielend trainieren» von Franziska Stengel. Gedächtnis! Klagten nicht fast alle älteren Leute über Vergesslichkeit? Dagegen war etwas zu tun. Vergessenes wieder hervorholen, sich erinnern, vielleicht sogar Neues lernen, Selbstvertrauen gewinnen. Frau Trzoska las, überlegte, dachte nach, plante. Es galt nun, die «Spielleiter», die Animatoren zu gewinnen und mit der «Stengel-Methode» vertraut zu machen.

Die Besucher eines Altersnachmittags der Migros hörten später zum erstenmal von der Möglichkeit, das Gedächtnis zu trai-

nieren. 80 Leute meldeten sich spontan für einen Kursbesuch an, sie wurden in drei Klassen eingeteilt. Der Erfolg ermutigte zum Weitermachen. Was 1980 zaghaft begann, gehört heute zu den ganz grossen Erfolgen. Kurse für Gedächtnistraining werden fast überall durchgeführt. Oft sind es Pensionierte, welche die Animation übernehmen.

Vor zwei Jahren – wir haben in der «Zeitlupe» darüber berichtet – lud Frau Trzoska die über achtzigjährige Wiener Ärztin Franziska Stengel ein. Der Zustrom zu ihren Vorträgen war gewaltig. In Zürich, Winterthur und St. Gallen waren grosse Säle übertoll und Hunderte fanden keinen Platz. Im Programm der Aktivferien für die reifere Generation sind die Gedächtnistrainings-Wochen in Flims schnell ausgebucht, zu den Stammgästen gesellen sich Erstmalige. Zukunftspläne? Ja, natürlich! Gedächtnistraining in Altersheime zu bringen. In Heimen müsste das Personal die Animation übernehmen können. Wer von aussen kommt, kennt die Heimbewohner zu wenig. Wer täglich mit ihnen zusammen ist, weiss besser mit ihnen umzugehen. Wie oft wissen Haushalthelferinnen und Pflegerinnen kaum noch, was sie mit Kranken und Betagten reden sollen, da könnte das Spiel neue Impulse bringen. Anspornen, anregen, möglichst gute Animatoren ausbilden, das ist jetzt die Hauptaufgabe von Marie Trzoska, deren eigentliches Leben nach der Pensionierung begann. es



Neue Impulse für die Zeit nach der Pensionierung

Dieter Schmelzeisen, ein musisch vielseitig begabter Mann, war früher in der Personalausbildung tätig und ist schon seit 20 Jahren bei der Migros.

Seit einigen Jahren leitet Dieter Schmelzeisen das Projekt «Vorbereitung auf die Pensionierung» in der Migros-Gemeinschaft. Wie kam er dazu?

«Oberflächlich betrachtet», sagt Dieter Schmelzeisen, «war es ein Zufall. Ich wurde eingeladen, als pädagogischer Berater in einer Arbeitsgruppe mitzuwirken, die beabsichtigte, ein Kurskonzept zur Vorbereitung auf die Pensionierung zu entwickeln. Ich erkannte schnell, wie wichtig diese Fragen waren, gleichzeitig aber auch meine eigene Betroffenheit ...»

Inzwischen hat Dieter Schmelzeisen das Grundkonzept wesentlich ausgebaut und viele Kurse mit stets wachsendem Erfolg durchgeführt. Die meisten Kursteilnehmer interessieren sich zunächst vor allem für handfeste Informationen im Zusammenhang mit Finanz- und Rechtsfragen, natürlich auch für Tips, um die Gesundheit zu erhalten. Im Verlauf des Kurses werden aber ganz persönliche Fragestellungen immer wichtiger, wie z. B. «Kontakte und zwischenmenschliche Beziehungen. Mit welchen neuen Aufgaben kann ich meine berufliche Tätigkeit ablösen? Was gibt meinem Leben Sinn?» «Wichtig ist vor allem, dass möglichst bald eine offene, ungezwungene Atmosphäre entsteht», meint Dieter Schmelzeisen, «auch weniger diskussionserfahrene Teilnehmer spüren bald, dass sie wirklich etwas zu sagen haben und dass sie ernst genommen werden».

Die Teilnehmer beurteilen die 5 Kurstage, die sich auf mehrere Monate verteilen, in der Regel positiv. «Vor allem freut mich, dass die meisten nach Abschluss des Kurses zusammenbleiben wollen», sagt Dieter Schmelzeisen. «Ein Zeichen dafür, dass nachher wirklich etwas passiert».

Tatsächlich treffen sich viele ehemalige Teilnehmer, um gemeinsam etwas zu unternehmen: sie diskutieren, sie wandern, treiben Sport. Ein Ehemaliger gibt z. B. seinen Kolleginnen und Kollegen seine Erfahrungen beim Malen und Zeichnen weiter. Eine andere Gruppe trifft sich an einem Wochenende im Ferienhaus eines Teilnehmers, um die ersten Erfahrungen in der «neuen Freiheit» auszutauschen.

Bei der Suche nach neuen Aufgaben für die Zeit nach der Pensionierung gehen die meisten von ihren bisherigen Hobbys oder von ihrer früheren beruflichen Tätigkeit aus. Dieter Schmelzeisen ist aber der Überzeugung, dass in jedem von uns noch viele andere Möglichkeiten stecken, von denen wir keine Ahnung haben. Er meint dazu: «Es ist üblich, dass junge Leute vor der Berufswahl auf verschiedenen Gebieten «schnuppern» können. Warum sollten Erwachsene vor der Pensionierung nicht dasselbe tun können?» Ich bekam die Chance, diese Idee erstmals in einer Klubschule zu erproben. Im Kurs «Gesundheit in der zweiten Lebenshälfte» hatten die Teilnehmer Gelegenheit, ganz verschiedene Möglichkeiten praktisch kennenzulernen, um die Gesundheit zu erhalten. Auf dem Programm stand u. a. Gymnastik mit Pfiff und Musik, Tänze aus aller Welt, Alte Hausmittel – neu entdeckt, atmen und entspannen. Nicht nur das Lernen in einer aufgelockerten Atmosphäre, sondern auch der Kontakt mit anderen wurden zu Schwerpunkten des Kurses. Am Schluss meldeten sich viele, um gemeinsam das Gelernte in speziellen Kursen zu vertiefen. Manche bildeten aber auch selbständige Gruppen, bei denen vor allem die Kontaktpflege im Vordergrund steht. Inzwischen finden auch in anderen Klubschulen Schnupperkurse statt, die als «Aktivierungsdrehscheibe» dienen. Die Schnupper-Idee fliesst immer mehr in die von der Stelle für Altersfragen veranstalteten «Aktivferien für die reifere Generation» ein. So fanden im letzten Jahr «Ferien à la carte» im Tessin statt, bei denen Töpfern und Modellieren, Tänze aus aller Welt und gesunde Ernährung die Schwerpunkte bildeten. Selbst ernste und heitere Literatur von Hermann Hesse und Erich Kästner wurde miteinbezogen.

«Es war faszinierend zu erleben, wie die Teilnehmer neue Interessen und Fähigkeiten in sich entdeckten», erklärt Dieter Schmelzeisen. Auch nach der Ferienveranstaltung machten viele auf ihrem Lieblingsgebiet weiter, schlossen sich Arbeitsgruppen an und pflegten Kontakte.

Eine der Teilnehmerinnen versucht bereits, ihre neu erworbenen Fähigkeiten im Modellieren in einem Altersheim weiterzugeben.

Im Juni und Juli 1985 leitet Dieter Schmelzeisen zusammen mit einer Kollegin weitere Ferienkurse im Tessin, bei denen unter vielem anderen Modellieren und (erstmalig) Theaterspielen im Mittelpunkt stehen.

Selbstverständlich braucht es auch hierzu keine Vorkenntnisse – nur ein bisschen Neugierigsein, um sich selbst neu zu entdecken.