

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 66 (1988)  
**Heft:** 3

**Artikel:** ...als wüsste man weder zu leben noch zu sterben  
**Autor:** Gattiker, Marie  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-722865>

#### **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:** 05.02.2026

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

# ... als wüsste man weder zu leben noch zu sterben

Das Fest im Altersheim liegt schon einige Tage zurück; es lässt mir aber keine Ruhe: Der grosse Aufwand, der da betrieben wurde, galt nämlich nicht den Pensionären, sondern dem – Komitee. All die Veranstaltungen, die während des Jahres geboten werden, sollen gebührend gewürdigt werden. Doch von den Depressionen, denen fast alle Betagten ausgeliefert sind, wissen die Jüngeren nichts.

Wie Fachleute der Gerontologie neuerdings feststellen, ist die Ergotherapie so, wie sie im allgemeinen verstanden wird, nicht das Non-plus-ultra der Altersbetreuung, denn sie fördert die Eigeninitiative nicht.

Auch mit vielen Veranstaltungen kann dem nicht abgeholfen werden. Jeder Mensch ist etwas Einmaliges: Im Alter sollte es ihm endlich gelingen, Einsicht in sein eigenes Wesen zu gewinnen und daraus die Gestaltung seiner letzten Lebensjahre zu entwickeln, mögen die Kräfte hiezu auch bescheiden sein.

Eigeninitiative wäre es doch, wenn Pensionäre zum Beispiel ihre Blumenkrippe selber bepflanzen dürften – statt nur des schmalen Streifens, der ihnen zuhinterst im Garten zugestanden wird. Pflanzen bedeuten den meisten Alten viel. Was in Altersheimen oft fehlt, ist eine psychologisch gebildete Persönlichkeit, die vollamtlich den Pensionären auf dem Weg zur Selbstfindung helfen könnte und das Klima im allgemeinen etwas wärmer gestalten würde. Es bestünde zum Beispiel die Möglichkeit, Neueintretende namentlich vorzustellen, ihnen damit zu helfen und durch ein paar aufmunternde Worte an sie und die übrigen Pensionäre ihre anfängliche Beklemmung zu überwinden. Man sollte auch mitteilen, wenn Pensionäre gestorben sind. Es gibt Altersheime, wo die Toten aufgebahrt werden und die Pensionäre Abschied von ihnen nehmen können oder sogar Totenwache halten. Der Tod ist offenbar tabu. Oft kommt es mir so vor, als wüssten wir weder zu leben noch zu sterben ...

Marie Gattiker

## Rheuma

Fort mit Rheuma und Arthritis-  
schmerzen! HEILUNGER Rheu-  
masalbe fördert die Durchblutung  
und hilft bei

**Arthritis, Ischias, Rheuma-  
tismus, Hexenschuss,  
Neuralgien, Muskel-  
schmerzen, Gelenkrheuma.**

Nur einreiben. Leichtes Röten der  
Haut, ohne zu brennen. Dringt  
sofort ein und durchwärmst!  
Schmiert nicht, ist fast geruchlos!  
Tube Fr. 7.50. Erhältlich in allen  
Apotheken und Drogerien.

**HEILUNGER**  
Rheumasalbe

## Vitales Leben mit Lecithin in Pulver

Enthält natürliche Bestandteile, die für den Körper wichtig sind. Stärkt bei Müdigkeit, Überanstrengung, Erschöpfung und hält fit. Für den Organismus wertvoll mit regulierender und regenerierender Wirkung. Lecithin, ein Nervenaufbaumittel für jung und alt, Kranke, Genesende, also für Menschen jeden Alters. Bringt Wohlbefinden, auch nützlich für Sporttreibende. 100-g-Dose, in Apotheken und Drogerien. Info: MEDINCA, Postfach, 6301 Zug.

**Quälen Sie sich nicht  
bei Verstopfung –  
nehmen Sie Dragées 19.**

Altbewährte pflanzliche Extrakte  
regen Ihren Darm an und sorgen so für  
eine sanfte Entleerung.  
Dragées 19 bewähren sich seit Jahren  
als wirkungsvolles Arzneimittel  
gegen Verstopfung. Sie sind in Apo-  
theken und Drogerien erhältlich.

Vertrieb: Prof. Dr. med. Much AG, 8952 Schlieren/ZH.

