

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 71 (1993)
Heft: 3

Rubrik: Aktuell

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: 21.01.2026

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

aktuell

Filme zum Älterwerden: Eine Pro-Senectute- Produktion

Auf dem Weg

Ende Juni findet in Zürich die Premiere des Pro-Senectute-Films «Auf dem Weg – Filme zum Älterwerden» statt. Jacqueline Surchat und Martin Wirthensohn haben unter diesem Titel vier Kurzspiel-filme gedreht: «René und Prisca», «Rent-a-Rentner», «Verdi in Stereo» und «Tango nuovo». Die Videos sollen in Kursen und später auch im Fernsehen für Gespräche über den Austritt aus dem Erwerbsleben und das Älterwerden dienen.



«René und Prisca»

Korken knallen, Gläser klingen, René feiert seinen letzten Arbeits-tag. Am ersten freien Tag zu Hause hat seine Gattin Prisca Theaterpro-ba; er aber weiss nicht, was tun. Die beiden müssen lernen, auf neue Art miteinander umzugehen. Er möchte sie zu einer Reise einla-den, doch bei ihr steht die Premiere bevor. Am Abend feiern sie, René kocht einen Coq au vin und ent-schliesst sich, in Zukunft Hühner zu züchten. Sogleich nach der Pre-miere überrascht Prisca ihn mit Fahrkarten für den Nachzug nach Paris.



«Rent-a-Rentner»

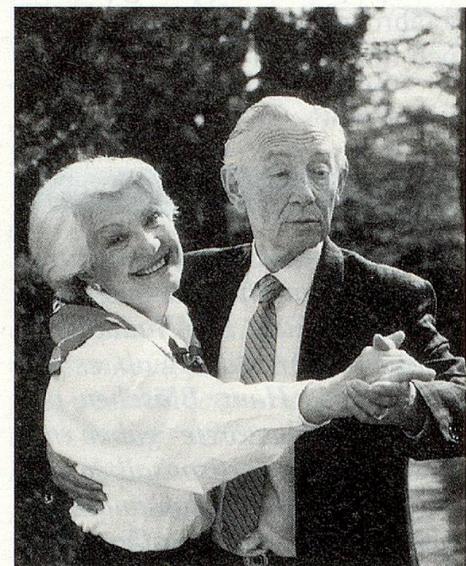
Paul Baumann bekommt ein Flug-blatt für eine «Seniorenselbsthilfe-zentrale» zugesteckt. Aus Neugier und Langeweile macht er sich dorthin auf, obwohl er weder et-was Bestimmtes sucht noch anbie-ten will. Hier aber geht es turbulent zu und her! Ein Unentwegter fin-det innerhalb von zwei Stunden einen Partner zum Skifahren. Eine Seniorenfallschirmspringgruppe wirbt Mitglieder. Eine Frau wünscht einen Finanzberater. Paul hört das und meldet sich, denn er hat auf einer Bank gearbeitet und könnte helfen.



«Verdi in Stereo»

Der Neuzuzüger Peter Neukomm bringt die alteingesessenen Freun-dinnen Laura Linder und Sophie Sauer in Aufregung. Sophie erhält eine Einladung zum Joggen, was ihr einen veritablen Muskelkater bringt, Laura für die Oper «La Tra-viata», was sie ängstigt, da sie nur mehr schlecht hört. Das Problem

löst sich, als Peter zugibt, auch nicht gut hören zu können, und ihr für den Abend eines seiner beiden Hörgeräte leiht. Und so erleben sie zusammen Verdi in Stereo.



«Tango nuovo»

Helene Mettler besucht auf dem Friedhof ihren verstorbenen Mann und pflegt die Blumen. Sie begeg-net Heinz Bauer am Grab seiner seit fünf Jahren toten Gattin. Helen wurde ein Leben lang von ihrem Mann, der Alkoholiker war, terro-risiert. Heinz lebte mit seiner Part-nerin glücklich und liebte das Tan-zen über alles. Die beiden Verwit-weten kommen sich näher, ihre Blicke treffen sich. Er ergreift ihre Hände, und sie beginnen zusam-men auf dem Friedhof einen Tango zu tanzen.

Wie es zu den Geschichten kam

Seit Jahren fehlen geeignete Fil-me, um in Kursen und beim Fern-sehen Diskussionen zum Thema Pensionierung und Älterwerden anregen zu können. Pro Senectute hat vor zwei Jahren beschlossen, dafür Videofilme zu schaffen, und

Spezialisten um ein Konzept gebeten. Jacqueline Surchat und Martin Wirthensohn, die bereits den Film «Es braucht etwas Mut» über die St. Galler Seniorenwohngemeinschaft gedreht haben (Zeitlupe 2/1991), erhielten den Auftrag. Sie schrieben Drehbücher und drehten die vier Kurzspielfilme.

Filme zum Älterwerden

Im Lauf der Arbeiten kristallisierte sich heraus, dass die Themen der Filme nicht bloss für Menschen vor der Pensionierung interessant und wichtig sind, sondern alle angehen. Denn älterwerden – das tun wir alle, ob Schülerin oder Berufsmann, Mutter oder Pensionierter. Älterwerden geschieht lebenslang. Die vier Filme enthalten alltägliche Szenen, Momentaufnahmen und Erfahrungen, die wir alle kennen. Weil die Geschichten «aus dem Leben gegriffen» sind, berühren sie, können wir uns mit den Schauspielern identifizieren. Wenn wir uns in sie vertiefen, setzen wir uns mit uns selbst auseinander: mit unserem Älterwerden, unserem Auf-dem-Weg-Sein.

Hanspeter Stalder

Die Videokassette «Auf dem Weg – Filme zum Älterwerden» mit den vier Kurzfilmen «René und Prisca», «Rent-a-Rentner», «Verdi in Stereo» und «Tango nuovo» (Gesamtdauer ca. 45 Minuten) ist ab Herbst 1993 bei Pro Senectute Schweiz, Ressort AV-Medien, Postfach, 8027 Zürich, Telefon 01/201 30 20, Fax 01/202 14 42, erhältlich.

Kaufpreis des Videos (VHS, Super-VHS, Video-8 oder High-8), mit Begleitheft Fr. 150.–. Verleih ab 1. September 1993 beim Film Institut, Erlachstrasse 21, 3000 Bern 9, Telefon 031/23 08 31, Fax 031/23 28 60, und Selecta-Zoom, Jungstrasse 9, 8050 Zürich, Tel. 01/302 02 01, Fax 01/302 82 05, zu

25. Ascona-Gespräch

Der alternde Mensch und sein Umfeld

Im Zentrum der diesjährigen Ascona-Gespräche vom 24. April stand der alternde Mensch und sein Umfeld. In der Schweiz hat die Lebenserwartung in den vergangenen 20 Jahren um nahezu fünf Jahre zugenommen. Der Anteil der über 65jährigen pendelt sich bei 20 Prozent der Gesamtbevölkerung ein. Das Thema ist also zweifellos von grosser gesundheitspolitischer Bedeutung. Prominente Referentinnen und Referenten aus dem In- und Ausland machten deutlich, dass der Gesellschaft heute die Aufgabe zufällt, ein günstiges Umfeld für die Lebensqualität der Betagten zu schaffen. Für Alt-Bundesrat Tschudi etwa muss in erster Linie der Vereinsamung, als der schwersten Bedrohung im Alter, entgegengewirkt werden. Betroffene sollen als selbstbewusste, eigenständige Persönlichkeiten ihr Leben frei gestalten können, dabei aber möglichst viele Verpflichtungen im Rahmen der Altersvorsorge selber erfüllen.

Ganz andere, aber ebenso interessante Vorstellungen zum alternden Menschen waren aus dem indischen Kulturraum zu vernehmen. In Indien wird die Lebensspanne in vier Stadien eingeteilt, wobei jede Phase circa 25 Jahre umfasst. Man muss sich jedoch davor hüten, diese vier Lebensabschnitte mit ihren jeweiligen Aufgaben einfach gemäss unseren westlichen Vorstellungen als ein linear verlaufendes, auf ein Erfolgsziel ausgerichtetes Geschehen zu interpretieren. Typisch für die östliche Auffassung ist ein zyklischer Verlauf, der immer wieder zu den Ursprüngen zurückführt. Die beiden ersten Phasen sollten unter anderem zu Geschick im Umgang mit weltlichen

Dingen führen, gleichzeitig sollte jedoch auch die Einsicht in deren trügerische, vergängliche Natur erlangt werden. Damit sind die Voraussetzungen gegeben für die zweite Lebenshälfte, wo die Abwendung von der Welt und die Rückkehr zum Ursprung alles Lebens vorbereitet werden soll. ny

Informationen: Stiftung Psychosomatik und Sozialmedizin, Prof. Dr. Dr. h. c. Boris Luban-Plozza, 6612 Ascona

Schweizer Radio DRS

Memo-Treff

Memo-Treff – das kleine Hörspiel in der Sendung Memo auf Radio DRS 1.

Sendetermine Donnerstag, 9.30 Uhr

- 10.6.: Ein Mann – ein Wort?
- 17.6.: Die Lust ist weg
- 24.6.: Lügen im Alter?
- 1.7.: Die alte Mutter ins Altersheim «abschieben»
- 8.7.: Sackgeld im Alter
- 15.7.: Alt-Männerfantasien
- 22.7.: «Das ist doch kein Leben mehr.»
- 29.7.: Ewige Jugend

Beweglichkeit für Gehbehinderte und Senioren

- sehr leicht bedienbar und führerscheinfrei
 - mit oder ohne Wetterverdeck
 - grosse Reichweite
 - Garantie: 1 Jahr
 - unverbindliche Beratung oder Vorführung
- 

Stefan Grüter 9240 Uzwil
Stump Elektrofahrzeuge 073-518202

Stadt Zürich

**25 Jahre
Mahlzeitendienst**

Kurze Begegnung auf der Mahlzeitenverteiltour
Foto ny

Wer hat sich nicht schon beim Gedanken ertappt, dass Kochen eigentlich ziemlich aufwendig ist, dass man auch mit «Café complet» über die Runden kommen könnte ... Wenn Milchkaffee und Brot tatsächlich zu Hauptnahrungsmitteln werden, weil Einkaufen und Kochen eine zu grosse Belastung darstellen, dann ist es höchste Zeit, sich nach einer ausgewogeneren Lösung umzuschauen. In der Stadt Zürich hat man dies bereits in den 60er Jahren erkannt. Abklärungen hatten ergeben, dass sich viele Personen im Rentenalter einseitig oder gar ungenügend ernährten. 1968 be-

schloss deshalb der Stadtrat, einen Mahlzeitendienst für Betagte einzurichten. So haben Seniorinnen und Senioren in Zürich seit 25 Jahren die Möglichkeit, fertig zubereitete Mahlzeiten nach Hause kommen zu lassen.

Der Mahlzeitendienst basiert auf einer gut funktionierenden Zusammenarbeit der Stadt Zürich mit der Pro Senectute Kanton Zürich. Hergestellt werden die Mahlzeiten in der Stadtküche; vor 25 Jahren waren es 9000 Menüs jährlich. Die Zahl der belieferten Haushalte stieg im Lauf der Jahre stetig an, im letzten Jahr wurden in Zürich 280 000 Mahlzeiten verteilt. Neben dem eigentlichen Mahlzeitendienst produziert die Stadtküche auch Fertigmahlzeiten, die in Stadtküchenlokalen, Cafeterien und Quartierläden auf Vorbestellung gekauft werden können. Die vakuumverpackten Essen sind im Kühlschrank einige Tage haltbar, vor dem Servieren müssen sie nur noch in heissem Wasser gewärmt werden. Zusammengestellt werden die Menüs von der städtischen Ernährungsberaterin. Die Auswahl ist attraktiv: neben der Vollkost gibt es die leichte Vollkost, Diabetikermenüs und fleischlose Menüs. Eine Mahlzeit kostet heute inklusive Lieferung 10 Franken.

Der Hauslieferdienst, der von der Pro Senectute besorgt wird, ist vor allem für Personen im AHV-Alter gedacht; es dürfen sich aber auch jüngere Menschen melden, falls sie wegen Krankheit oder Unfall auf eine Hauslieferung von Mahlzeiten angewiesen sind. Die Essen werden dreimal pro Woche von Verträgeinnen ins Haus gebracht und wenn möglich persönlich abgegeben. Gerade die sehr betagten Beziegerinnen und Bezieger freuen sich oft weit im voraus auf diese «Besuche». Die Verträgeinnen verstehen es nämlich, in der kurzen zur Verfügung stehenden Zeit einen Kontakt entstehen zu lassen,

der weit über das blosse Abgeben der farbigen Beutel hinausgeht. Sie sind nicht nur Ansprechpartnerinnen in Notsituationen, sondern nehmen immer wieder auch Anteil an dem, was im Herzen der Betagten vorgeht. Der Mahlzeitendienst ist eine sinnvolle Ergänzung zu anderen Spitexdiensten, nicht zuletzt kann so das Wohnen daheim verlängert werden.

Pro Senectute bietet auch in anderen Städten und Ortschaften Mahlzeitendienste an. In Zürich sind Informationen erhältlich über Tel. 01/422 42 55.

Eva Nydegger

NFP 32**Mitglieder von
Vereinen, Clubs und
Organisationen –
meldet Euch!**

In diesem Jahr laufen verschiedene Projekte an, die vom schweizerischen Nationalfonds zur Förderung der wissenschaftlichen Forschung in seinem Schwerpunktprogramm «Alter» (NFP 32) unterstützt werden. Die Forschungsgruppe GEMR (Groupe d'étude des mouvements de retraités/Forschungsgruppe «Altersbewegung») ist ein Projekt: Sie möchte verschiedene Aktivitäten von älteren Frauen und Männern in der Schweiz untersuchen. (So z. B. Gruppen, die gemeinsam ihre Freizeit gestalten; Selbsthilfe- und Nachbarschaftshilfegruppen; Seniorenguppen, die sich in verschiedenen Parteien oder Betrieben gebildet haben, und Gruppierungen, welche die Interessen von Senioren und Seniorinnen vertreten wollen.) In den letzten Jahren konnte man eindeutig ein Anwachsen von solchen Seniorenorganisationen feststellen. Weder ihre Vielfältigkeit, ihre Organisationsstrukturen, noch ihre für die Allgemeinheit geleistete Arbeit ist bekannt.

Seniorenurlaub

Familie Weibel begrüßt Sie im neu renovierten Hotel Alpenblick. Heimelige Zimmer mit Balkon, Dusche/WC, Radio/TV und Minibar warten auf Sie. Diätgerichte sind für unsere Küche kein Problem. Lift und Arzt im Haus.

Unsere Leistungen:

- Begrüßungskaffee mit Kuchen
- 5mal Halbpension / Hunde gratis
- Ein Besuch inkl. Eintritt im Thermalbad Bad Ragaz am Donnerstag
- Jeden Nachmittag um 16.00 Uhr ein Kaffee mit Kuchen.

389.-



HOTEL RESTAURANT FERIENCLUB
ALPENBLICK
9658 WILDAUS SWITZERLAND
Telefon 074 / 5 13 43

Hier möchte die Forschungsgruppe GEMR eine Lücke schliessen helfen. Als erstes wird ein gesamt-schweizerisches Verzeichnis mit möglichst vielen Seniorenorganisationen (auch Vereine und Clubs) erstellt werden.

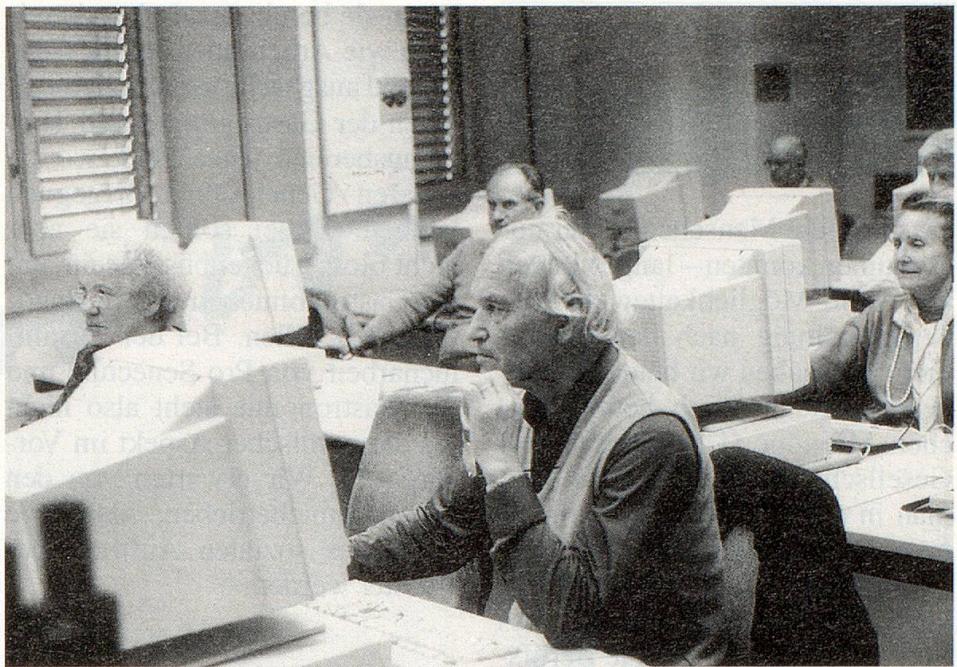
Wenn Sie Mitglied einer Seniorenorganisation sind, oder wenn Sie sonst Interesse an diesem Projekt haben, melden Sie sich bitte bei Frau Dominique Puenzieux, Zürlindenstr. 47, 8003 Zürich.

Neuer Filmkatalog

Kinozeit – Filme für Senioren

In vielen Seniorenzentren, Alters-treffpunkten, Altersheimen und anderen Orten, wo Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren stattfinden, werden Filme gezeigt. Das Filmangebot ist riesig, fast un-überschaubar, die Auswahl für die Verantwortlichen schwierig. Der Katalog «Kinozeit» soll die Aus-wahl an geeigneten Filmen erleichtern. Das vielfältige Titel-angebot, das von Fachleuten zusammengestellt wurde, besteht aus einer Auswahl der in der Schweiz erhältlichen 16-mm-Filme, auch einige Videokassetten sind aufge-führt. Der zeitliche Rahmen der Filme bewegt sich zwischen 30 Minuten und zwei Stunden. Der Katalog richtet sich an alle, die Filme auswählen und einsetzen möchten, sei das zur Unterhaltung, zu Bildungszwecken oder als Ge-sprächsauslöser.

Der Katalog «Kinozeit» wird von Pro Senectute Schweiz herausgegeben und ist eine überarbeitete und ergänzte Neuauflage des 1988 erschienenen Kataloges «200 Filme für den Altersnachmittag». Er kostet Fr. 15.50 und kann bestellt werden bei: Pro Senectute Schweiz, Ressort AV-Medien, Postfach, 8027 Zürich, Telefon 01/201 30 20, Fax 01/202 14 42.



Lernfreudige Senioren im Bann des Bildschirms

Foto ny

Informatik in Schaffhausen

Computer-Einführungskurs für Seniorinnen und Senioren

Viele Menschen, die sich nicht schon von jung auf mit dem Computer anfreunden konnten, lassen sich von den komplizierten engli-schen Fachausdrücken beeindruk-ken oder glauben gar, so ein Gerät nie begreifen zu können. Dass der Zugang zur Welt des Computers auch für Senioren und Seniorinnen zu finden ist, hat ein nachahmens-werter Kurs in Schaffhausen ge-zeigt. Das Ausbildungszentrum für Informatik hat diesen Kurs in Zu-sammenarbeit mit der Pro Senectute Schaffhausen im April zwei-mal voll ausgebucht durchführen können. Zuerst wurden die Grund-kenntnisse der Computerbedie-nung theoretisch vermittelt, dann durfte das Wissen praktisch ange-wendet werden. In beiden Kursen waren sieben Männer und drei Frauen mit grossem Engagement am Werk. Viele haben Kinder oder

Grosskinder, die täglich mit Com-putern zu tun haben, und wählten den Kurs auch deshalb aus; von nun an können sie mitreden, wenn dieses Thema zur Sprache kommt. Sehr gerühmt wurde der Kursleiter, Herr Bruno Christen, der das PC-Wissen mit viel Einfühlungs-vermögen und im richtigen Tempo vermittelt hat. Eine Kursteilneh-merin hat darauf hingewiesen, dass sie es sehr schätzt, wenn in Seniorenangeboten an die Lernfähig-keit appelliert werde. Es sei schön, mal ein bisschen gefordert zu werden – das weit verbreitete Alterskonzept «immer nur nett sein miteinander» sei zu einseitig. Am Kurs war zu beobachten, dass das eine das andere nicht auszu-schliessen braucht: Den langsame-nen Kursteilnehmern wurde von al-ten Seiten geholfen, die At-mosphäre war so, dass Unsicher-heiten und Fehler ohne Hemmungen angesprochen und behoben werden konnten. Am Schluss des dritten Kurstages konnten alle Teilnehmenden einen schön ge-stalteten Brief ausdrucken und nach Hause nehmen.

Gastronomie

Senioren – willkommene Gäste

Was sich die Menschen früher nur erträumen konnten – langes Leben und viele Möglichkeiten der Lebensgestaltung nach der Pensionierung – haben wir heute weitgehend erreicht. Doch bereits tauchen Misstöne (Überalterung der Gesellschaft) auf. Vereinzelt hört man in den Medien sogar von einem Generationenkrieg und von Altersfeindlichkeit sprechen. Als dann eine Zeitung schrieb, dass Rentner Rücksicht auf die Berufstätigen nehmen und besser zu Randzeiten essen gehen sollten, taten sich Kreise der Gastronomie und Pro Senectute zusammen, um diesen den älteren Menschen ausgrenzenden Tendenzen entgegenzuwirken. An der Tagung «Gastfreundlichkeit ohne Altersgrenzen» versuchten Fachleute aus Alterswissenschaft, Ernährung und Tourismus, die Gastronomen für die Anliegen der älteren Menschen zu sensibilisieren.

Ältere Menschen haben, wie andere Generationen auch, das Bedürfnis, unter Menschen zu weilen.

Wenn sie bereits aus Lebensbereichen wie Arbeit oder Politik weitgehend ausgeschlossen sind, bietet ihnen der Gastronomie- und Tourismusbereich jenes Feld, wo sie anderen Generationen begegnen können. Dabei sollten sie aber nicht blos Lückenbüsser sein, um die Gastronomiebetriebe in Randzeiten zu füllen. Bei der Zusammenarbeit von Pro Senectute und der Gastronomie steht also nicht ein ökonomischer Aspekt im Vordergrund. Wir erwarten von den Gastronomiebetrieben, dass sie sich ihres sozialen Auftrags bewusster werden.

Gastfreundlichkeit

In seinem Referat «Gastlichkeit als Wesen des Tourismus» fragt sich Professor Peter Keller, Chef des Dienstes für Tourismus BIGA, wieso Menschen ein so starkes Reisebedürfnis haben. Touristische Aktivitäten, vom Langlaufen bis zum Besichtigen von Museen, sind nämlich oft anstrengender als der Alltag. Hingegen kann jemand, der erholungsbedürftig ist und nicht verreisen kann, krank werden. Keller sieht letztlich die touristische Motivation in der seelischen Gesundheit. Die Suche nach dem Erlebnis steht im Vordergrund und bei den Senioren sicher auch die Begegnung und der Kontakt mit anderen Menschen.

Im weiteren wies Keller darauf hin, dass man im schweizerischen Tourismus die Gastlichkeit als Wesen des Tourismus vernachlässigt hat. Empfang, Betreuung und Verwöhnung der Gäste, wofür es im Französischen das treffende Wort «Accueil» gibt, sind jedoch gar nicht so einfach zu gestalten. Er fordert eine gastliche Unternehmenskultur. Dabei spielt die Echtheit der Gesinnung gegenüber dem älteren Menschen eine wichtige Rolle. Dies ist mehr als ein halberzwungenes Lächeln, hinter dem nur der kommerzielle Aspekt steht.

Gastfreundlichkeit heisst in diesem Zusammenhang, sich zu fragen: Welche speziellen Bedürfnisse haben die älteren Menschen, oder wie kann ich auf ihre spezifischen Anliegen eingehen.

Aspekte einer seniorengerechten Gastronomie

Cornelia Conrad, dipl. Ernährungsberaterin, Nestlé Produkte AG, lieferte in ihrem Beitrag «Moderne Ernährung im Alter – gutes Lebensgefühl» wichtige Hinweise für die Gestaltung der Menüs. Da die körperliche Aktivität im Alter eher abnimmt, sinkt der Energieumsatz, aber nicht die Nährstoffbedürfnisse. Als weitere Faktoren, welchen die Gastronomie vermehrt Beachtung schenken sollte, erwähnte sie Zahnschwierigkeiten, Sehstörungen, Zittern oder Händeverformungen.

Aber nicht nur das Essen muss stimmen, sondern auch die menschliche Begegnung. In verschiedenen Referaten wurde auf die Wichtigkeit der persönlichen Ansprache des Gastes, auf Aufmerksamkeit und Freundlichkeit hingewiesen. Ältere Menschen schätzen Betriebe, in denen eine gute Stimmung und nicht zu viel Hektik herrscht und wo sie sich sicher fühlen. Die Einstellung des Gastgebers gegenüber den älteren Menschen spielt eine wichtige Rolle. Letztlich soll er den Senioren gleich begegnen wie allen anderen Gästen, ihnen jedoch bei Bedarf gewisse Aufmerksamkeiten und Dienstleistungen entgegenbringen (z. B. Gepäcktransport oder Fragen nach besonderen Wünschen).

Da viele ältere Menschen allein leben, suchen sie in Restaurants neben der Bewirtung auch Gespräch und Geselligkeit. Gerade in städtischen Gastbetrieben sind sie darum oft nicht gern gesehen. In vielen Restaurants gilt z. B. ein Jassverbot auch nachmittags.

WIEDER AKTIV

Wenn gehen schwerfällt

Allwetter-Elektro-Mobile führerscheinfrei



Zweisitzer Mit und ohne Verdeck Einsitzer
Bitte ankreuzen und Prospekt anfordern.

Vertrieb und Service in der Schweiz.

Werner Hueske

Handelsagentur

Seestrasse 22, 8597 Landschlacht
Telefon 077 - 96 05 28

Beratungsstellen und

| | |
|------------------|---------------|
| Aargau | |
| 5001 Aarau | 064/24 08 66 |
| 5400 Baden | 056/21 11 22 |
| 5200 Brugg | 056/41 06 54 |
| 5262 Frick | 064/61 37 14 |
| 5600 Lenzburg | 064/51 77 66 |
| 5630 Muri | 057/44 35 77 |
| 5734 Reinach | 064/71 09 04 |
| 4310 Rheinfelden | 061/831 22 70 |
| 5610 Wohlen | 057/22 75 12 |
| 4800 Zofingen | 062/52 21 61 |
| 8437 Zurzach | 056/49 13 30 |
| 5001 Aarau* | 064/24 08 77 |

Appenzell-Ausserrhoden

| | |
|---------------|--------------|
| 9410 Heiden | 071/91 62 49 |
| 9042 Speicher | 071/94 35 95 |
| 9100 Herisau* | 071/51 25 17 |

Appenzell-Innerrhoden

| | |
|-----------------|--------------|
| 9050 Appenzell* | 071/87 31 55 |
|-----------------|--------------|

Basel-Landschaft

| | |
|---------------|---------------|
| 4410 Liestal* | 061/921 92 33 |
|---------------|---------------|

Basel-Stadt

| | |
|-------------|---------------|
| 4010 Basel* | 061/272 30 71 |
|-------------|---------------|

Bern

| | |
|--------------------|---------------|
| 3005 Bern | 031/44 83 04 |
| 3005 Bern | 031/43 21 71 |
| 3007 Bern | 031/45 45 77 |
| 3008 Bern | 031/25 22 77 |
| 3008 Bern | 031/26 23 07 |
| 3012 Bern | 031/24 36 64 |
| 3013 Bern | 031/42 98 14 |
| 3014 Bern | 031/42 15 30 |
| 2502 Biel | 032/22 20 71 |
| 3400 Burgdorf | 034/22 75 19 |
| 3415 Hasle-Rüegsau | 034/61 50 60 |
| 3510 Konolfingen | 031/791 22 85 |
| 4900 Langenthal | 063/22 71 24 |
| 3550 Langnau i.E. | 035/ 2 38 13 |
| 4242 Laufen | 061/89 13 79 |
| 3177 Laupen | 031/747 63 67 |
| 3250 Lyss | 032/84 71 46 |
| 3860 Meiringen | 036/71 32 52 |
| 3995 Spiegel | 031/972 40 30 |
| 3700 Spiez | 033/54 61 61 |
| 2710 Tavannes | 032/91 21 20 |
| 3800 Unterseen | 036/22 24 22 |
| 3006 Bern* | 031/44 35 35 |

Fribourg

| | |
|----------------|--------------|
| 1700 Fribourg* | 037/22 41 53 |
|----------------|--------------|

Genf

| | |
|--------------|---------------|
| 1211 Genève* | 022/321 04 33 |
|--------------|---------------|

Glarus

| | |
|--------------|---------------|
| 8750 Glarus* | 058/321 40 32 |
|--------------|---------------|

Graubünden

| | |
|------------------|---------------|
| 7000 Chur | 081/22 44 24 |
| 7270 Davos-Platz | 081/43 38 08 |
| 7551 Ftan | 081/864 03 02 |

Geschäftsstellen sind mit * bezeichnet.

Geschäftsstellen

| | |
|-----------------|--------------|
| 4500 Solothurn | 065/22 32 42 |
| 4501 Solothurn* | 065/22 97 80 |

Tessin

| | |
|-----------------|--------------|
| 6500 Bellinzona | 092/25 92 92 |
| 6710 Biasca | 092/72 42 12 |
| 6600 Locarno | 093/31 31 31 |
| 6850 Mendrisio | 091/46 36 36 |
| 6535 Roveredo | 092/82 37 37 |
| 6900 Lugano* | 091/23 81 81 |

Thurgau

| | |
|------------------|--------------|
| 8500 Frauenfeld | 054/21 58 01 |
| 8280 Kreuzlingen | 072/72 77 78 |
| 8570 Weinfelden* | 072/22 51 20 |

Uri

| | |
|---------------|--------------|
| 6460 Altdorf* | 044/ 2 42 12 |
|---------------|--------------|

Waadt

| | |
|----------------|---------------|
| 1110 Morges | 021/801 63 63 |
| 1800 Vevey | 021/921 44 84 |
| 1400 Yverdon | 024/23 63 26 |
| 1000 Lausanne* | 021/36 17 21 |

Wallis

| | |
|-----------------|--------------|
| 3900 Brig | 028/23 90 23 |
| 3945 Gampel | 028/42 24 48 |
| 3953 Leuk | 027/63 12 67 |
| 1920 Martigny | 026/22 25 53 |
| 1934 Montagnier | 026/36 20 78 |
| 1870 Monthey | 025/71 59 39 |
| 1907 Saxon | 026/44 26 73 |
| 3960 Sierre | 027/55 26 28 |
| 1950 Sion | 027/22 07 41 |
| 1890 St-Maurice | 025/65 23 33 |
| 3930 Visp | 028/46 13 14 |
| 1950 Sion* | 027/22 07 41 |

Zug

| | |
|-------------------------------------|--------------|
| Baar/Cham/Hünenberg/Steinhausen | 042/22 46 24 |
| Menzingen/Neuheim/Ober-/Unterägeri | 042/21 70 33 |
| Zug/Oberwil/Risch-Rotkreuz/Walchwil | 042/22 46 23 |
| 6300 Zug* | 042/21 43 66 |

Zürich

| | |
|---------------------------------------|---------------|
| Affoltern a.A./Dietikon | 01/761 37 63 |
| Bülach/Dielsdorf | 01/860 55 60 |
| Hinwil | 01/930 16 16 |
| Pfäffikon | 01/930 29 70 |
| Uster | 01/942 07 01 |
| Andelfingen/Winterthur | 052/212 05 06 |
| Horgen/Meilen | 01/923 23 33 |
| Zürich-Stadt (Kr. 1, 6, 7, 8, 11, 12) | 01/422 51 91 |
| Zürich-Stadt (Kr. 2, 3, 4, 5, 9, 10) | 01/241 09 31 |
| Zürich* | 01/422 42 55 |

Schweiz

| | |
|--------------------|---------------|
| Zentralsekretariat | 01/201 30 20 |
| Secrétariat romand | 021/923 50 22 |

Die Gastronomen erhielten eine ganze Reihe von Tips, wie sie ihre Betriebe gestalten können, um den speziellen Lebenslagen der Senioren gerecht zu werden. Da bei Dunkelheit das Auge eines Seniors achtmal mehr Licht braucht als das eines 20jährigen, gehören gutausgeleuchtete Gänge, Treppen, Toiletten, Speiseräume usw. zu einer guten Ausstattung der Gastronomiebetriebe. Mit grossen Beschriftungen überall im Betrieb und insbesondere auch auf der Speisekarte, kann man vielen Menschen einen Dienst erweisen. Da Stürze im Alter oft gravierende Folgen haben, sollten potentielle Gefahrenherde wie Schwellen, glatte Böden, schlechte Beleuchtung, lose Teppiche usw. behoben werden. Es wurde auch darauf hingewiesen, wie die Innenausstattung den Bedürfnissen der Senioren angepasst werden kann. Einige Beispiele:

- keine zu niederen Betten und Sessel in Hotelzimmern
- keine spitzen Kanten an Tischen
- keine schwer zu öffnende Türen
- einfache Bedienung oder persönliche Erläuterung bei neuen Apparaturen
- Haltegriffe bei Treppen und in Badezimmern
- ruhige Ecken in Restaurants
- Nichtraucher-Ecken in Restaurants

Die Tagung stand unter dem Gedanken «ohne Altersgrenzen». Was war damit gemeint? Das Alter stellt eine Spannbreite zwischen 65 und 100 Jahren dar. **Den Senioren** gibt es eigentlich gar nicht. Diese ältere Generation stellt eine Vielfalt von menschlichen Entwicklungen dar. Innerhalb der Senioren gibt es Personen, die genau so gesund, stark, erlebnisfreudig usw. sind, wie in allen andern Generationen. Aber auch körperlich Schwächere, Menschen mit Seh- oder Hörbehinderungen kann es in allen Lebensaltern geben. Folglich ist eine Gastronomie ohne Alters-

grenzen für jung und alt gut. Dies bedeutet, jeden Gast als Individuum anzusprechen, auf seine jeweilige Lebenslage und seine Bedürfnisse als Gastgeber einzugehen.

Dr. Urs Kalbermatten,

Pro Senectute Schweiz

Neues Lehrmittel: Älter werden – Alte Menschen



Im «Europäischen Jahr der älteren Menschen und der Solidargemeinschaft der Generationen» erscheinen vier Unterrichtshilfen zum Thema «Älter werden – Alte Menschen». Eine von Pro Senectute beauftragte Arbeitsgruppe hat eine Fülle von Unterrichtsmaterialien zum Thema Alter praxisorientiert und zeitgemäß erarbeitet. Kinder und Jugendliche können spielerisch lernen, sich mit alten Menschen und dem Prozess des Älterwerdens auseinanderzusetzen. Das Thema Alter wurde der jeweiligen Schulstufe entsprechend aufgearbeitet und thematisch gegliedert. Im Kindergartenheft wird zum Beispiel beschrieben, wie Grosseltern in den Unterricht einbezogen und welche Märchen- und Bilderbücher eingesetzt werden können. Für die Primarschule wird dargestellt, wie das Thema sinnlich-emotional angegangen und

spielerisch umgesetzt werden kann. Auf der Oberstufe werden in einer Lehreinheit demografische Entwicklungen aufgezeigt und die Altersvorsorge verständlich erklärt. Das Lehrmittel zeichnet sich durch eine originelle grafische Gestaltung aus und eignet sich für alle, die an Kinder- und Jugendarbeit interessiert sind.

Die Unterrichtshefte «Älter werden – Alte Menschen» können beim Lehrmittelverlag des Kantons Zürich, Postfach, 8045 Zürich, Telefon 01/462 98 15, oder in der Buchhandlung bezogen werden.

Kindergartenheft: 76 S., Fr. 31.30;
Primarschule: 124 S., Fr. 36.30;
Oberstufe: 99 S., Fr. 33.80;
Berufsschule: 70 S., Fr. 31.30.

Liftsessel



Ohne Hilfe aufstehen mit dem komfortablen Liftsessel.

Diverse Modelle lieferbar.

Verlangen Sie Unterlagen bei:

HERMAP

Hermap AG
Neuhaltenstrasse 1
6030 Ebikon
Telefon 041/33 58 66

ZL

Stiftung Kreatives Alter

Verlängerung Einsendeschluss des Preisausschreibens

Die Ende 1990 gegründete Stiftung Kreatives Alter hat im September 1992 zum zweiten Mal eine Preissumme in der Höhe von Fr. 100 000.– für literarische, wissenschaftliche und künstlerische Leistungen für alle nicht berufstätigen Senioren über 60 Jahre ausgeschrieben. Der Einsendeschluss des Preisausschreibens wurde aufgrund des grossen Interesses neu vom 30. April 1993 auf den 31. Juli 1993 verlängert.

Bis Ende April sind bei der Stiftung Kreatives Alter bereits etwa 350 Arbeiten eingereicht worden. Die hohe Beteiligung am zweiten Preisausschreiben ist nach Ansicht des Stiftungsratspräsidenten Hans Vontobel ein Beweis dafür, dass die kreative Schaffenskraft auch im Alter noch ungebrochen vorhanden sein kann. Wie vielfältig die kreativen Leistungen der über 60-Jährigen sind, zeigt die Palette der bisher eingesandten Arbeiten, die von Biographien über wissenschaftliche Werke bis zur Gestaltung und Aufführung von Theaterstücken und musikalischen Beiträgen reichen.

Die Absicht der Stiftung, auch im Ausland Fuss zu fassen, wurde durch einen ersten Schritt in die

Wege geleitet. Am 22. April 1993 stellten Hans Vontobel und die Geschäftsführerin Franca Pedraccini die Ziele der Stiftung in Salzburg/Österreich, vor. Weitere Präsentationen im benachbarten Ausland sollen folgen.

Teilnahmeformulare können schriftlich bei der Stiftung Kreatives Alter, Postfach 4139, 8022 Zürich, verlangt werden.

Pro Senectute Kt. Bern

Neuer Geschäftsleiter



Der Kantonalvorstand von Pro Senectute Kanton Bern hat Marcel Schenk aus Steffisburg zum neuen Geschäftsleiter gewählt. Er trat sein Amt am 1. Juni 1993 an. Marcel Schenk war bisher Stellenleiter/Sozialarbeiter der Pro-Senectute-Beratungsstelle in Spiez, die für die Amtsbezirke Thun, Frutigen, Saanen, Ober- und Niedersimmental zuständig ist. Während seiner Tätigkeit in den letzten acht

Jahren fanden viele betagte Menschen und deren Angehörige bei ihm Rat und Hilfe.

Er gründete unter anderem auch das Seniorentheater Thun und war Initiant des ersten Schweizerischen Seniorentheater-Festivals, das letzten September in Baden stattfand.

1. Oktober 1993

Alterssession im Bundeshaus

Am 1. Oktober 1993, dem offiziellen Tag des älteren Menschen in Europa, findet im Nationalratssaal in Bern eine Alterssession statt. An dieser Alterssession, zu der etwa 240 Seniorinnen und Senioren eingeladen werden sollen, will man die Stellung des älteren Menschen in unserer Gesellschaft diskutieren und die Problematik der Lebensphase nach der Pensionierung einer breiten Öffentlichkeit bewusst machen. Dadurch möchte man einem sich anbahnenden Generationenkonflikt vorbeugen und dem Generationendialog neue Wege öffnen. Es sollen die Rechte der älteren Generation, aber auch deren Pflichten und die Idee einer Gesellschaft «ohne Altersgrenzen» diskutiert werden (verantwortlich: Vasos, Vereinigung aktiver Senioren- und Selbsthilfe-Organisationen der Schweiz).

Als zweites Thema sollen die Standpunkte von Seniorenorganisationen und -Gruppierungen gegenüber den Sozialversicherungen, den Krankenkassen und dem Problem der Frühpensionierung eingebracht werden (verantwortlich: Fédération Suisse des Retraités, Pré-Retraités et Rentiers AI).

Als drittes Thema ist die Verabschiedung einer Seniorencharta geplant, einer Grundsatzklärung für die künftige Alterspolitik in der Schweiz (verantwortlich: Schweizerischer Rentnerverband).

*Koordination und Informationen:
Dr. Urs Kalbermatten,
Pro Senectute Schweiz,
Sekretariat Vasos,
Lavaterstrasse 60,
Postfach, 8027 Zürich,
Telefon 01/201 30 20*

dörig Fenster service ag
9000 St.Gallen
Rorschacherstr. 183
071-25 42 23

► Fenster
► Fensterläden
► Haustüren
► Renovation
► Fensterschau

Sonderkonditionen für Pensionierte!



alter + sport sunnig bliibe

wandere

PRO SENECTUTE

Kurse und Tagungen

Pro Senectute Schweiz

- «Kursleitung nach Gordon» (Kartause Ittingen TG, 25. – 27.8.)
- «Personalwesen als Aufgabe von Vorgesetzten» (Propstei Wisslikofen, 14./15.9.)
- «Erhaltung kommunikativer Fähigkeiten im Alter» (Romero-Haus, Luzern, 2./3. 11.)

Kurskosten pro Tag: Fr. 140.– exklusive Kosten für Übernachtung und Essen.

Pro Senectute Schweiz, Personal + Bildung, Lavaterstrasse 60, Postfach, 8027 Zürich, 01/201 30 20.

Staffelnhof

«Suche nach Sinn» (Reussbühl, 22./23.9.)

Seminar für Pflege- und Sozialberufe, Pflegebedürftige und ihre Angehörigen

Pflege- und Alterswohnheim Staffelnhof, 6015 Reussbühl, Telefon 041/58 30 30

VCI-Fortbildung

- «Einführung in die Betagtenarbeit» (Luzern, 3.9., 27./28.9., 18./19.10., 4./5.11., 15.11.) Der Kurs richtet sich an Personen, die in die Betagtenarbeit im Privat- und Spitexbereich ein- oder umsteigen wollen.

- «Rechtsfragen im Alters- und Pflegeheim» (Luzern, 17.6.)

VCI-Fortbildung, Zähringerstrasse 19, 6000 Luzern 7, Telefon 041/22 64 65

Höhere Fachschule für Sozialpädagogik Luzern

«Märchen: Trauern – Helfen – Neubeginnen» (Teufen, 6. – 9.9.) Für erzieherisch und sozial tätige Personen

Höhere Fachschule für Sozialpädagogik Luzern, Abt. Fort- und Weiterbildung, Zähringerstr. 19, Postfach, 6000 Luzern 7, Telefon 041/22 64 65

Verein für Schweizerisches Heimwesen VSA

«Alzheimerkranke und unsere Heime – Der weglaufgefährdete alte Mensch» (Dulliken bei Olten, 16.9.)

VSA-Kurssekretariat, Seegartenstrasse 2, 8008 Zürich, Telefon 01/383 47 07

Audiovisuelle Medien

Tonbandkassette «Memo-Treff 1992»

Auch in diesem Jahr gibt Pro Senectute zusammen mit Radio DRS die besten Beiträge des «Memo-Treff» von Katja Früh auf Kassette heraus. Die Kurzhörspiele bieten in einem guten Sinn Lebenshilfe. Die Autorin lässt ihre Figuren Problemsituationen durchspielen und einen Weg suchen, damit umzugehen. So regt sie Hörerinnen und Hörer an, Lösungsmöglichkeiten auch für ihre eigenen Probleme zu finden. Sie eignen sich auch – schon ihrer Kürze wegen – sehr gut für die Erwachsenenbildung.

Es spielen immer dieselben Personen: Karl und Emmy, ein Ehepaar, das in einer Alterssiedlung lebt – Ursula, eine alleinstehende Frau – und Otto, seit kurzem verwitwet (die Darsteller/innen sind: Inigo Gallo, Valerie Steinmann, Lore Reutemann und Ettore Celli).

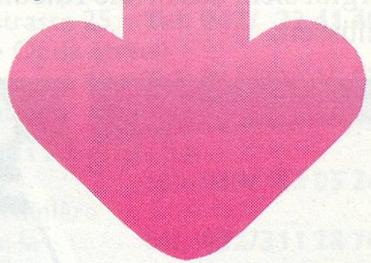
Der Inhalt der Kassette: Mut zu Neuem – Warum nicht die Hoch-

zeitsreise nachholen? – Computer und Co.: für Alte nur ein Labyrinth? – Rollentausch – Besitzansprüche – Vom Mut sich einzumischen – Ich brauche nichts mehr ... – Sexualität im Alter – Depressionen – Essen im Alter – Verluste – Alterswohngemeinschaften: Traum oder Alptraum? – Generationenkonflikt – Loslassen – Der falsche Ton.

Die Kassette ist für Fr. 25.– erhältlich bei: Film Institut, Erlachstrasse 21, 3000 Bern 9, Tel. 031/23 08 31 oder Pro Senectute Schweiz, Ressort AV-Medien, Postfach, 8027 Zürich, Telefon 01/201 30 20, Fax 01/202 14 42.

Zirkulan®

mit oder
ohne Zucker



Kräuterheilmittel

Hilft und stärkt bei nervösen Herz- und Kreislaufbeschwerden, Schwindel, Herzklopfen

Zur Beruhigung des nervösen Herzens

Flüssig und in Dragées

In Apotheken und Drogerien

Adroka, Allschwil