

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 74 (1996)
Heft: 5

Artikel: Künstlername: "Liebe Marta"
Autor: Nydegger, Eva
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-723639>

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: 09.01.2026

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



Marta Emmenegger verabschiedet sich vom begeisterten Messepublikum.

Foto: Sonja Hlavicka

Künstlername: «Liebe Marta»

Von Eva Nydegger

Wer etwas über «Sinnlichkeit und Flirten im Alter» erfahren wollte, hatte an der diesjährigen Seniorenmesse in Zürich Gelegenheit, einem von der Pro Senectute organisierten Vortrag von Marta Emmenegger zu lauschen. Die bekannte und beliebte Expertin auf dem Gebiet von Liebe, Herz und Schmerz kam dabei – nicht ganz unerwartet – auch auf die Sexualität zu sprechen.

«Dieses Thema interessiert doch vor allem die Männer», gibt mir eine Frau zur Antwort, als ich sie am Zeitlupe-Stand an der Messe frage, ob sie sich den Vortrag auch anhören werde. Doch sie täuscht sich. Im Seminarraum hat es weit mehr Frauen als Männer. Der Mann neben mir schimpft sogar ein bisschen mit seiner Frau, weil diese dafür gesorgt hat, dass sie beide schon eine Viertelstunde vor Beginn des Vortrags im Raum sind, um ganz sicher einen Platz zu bekommen.

Anders das Paar, das ich auf der Tramfahrt zum Messegelände munter hatte über Marta und ihr Spezialgebiet reden hören: Die zwei huschen im letzten Moment in den Saal, erwischen aber trotzdem noch einen Platz, weil die Pro-Senectute-Mitarbeiterinnen dabei sind, immer noch mehr Stühle herbeizuschaffen. So können sogar zu spät kommende Interessenten die «liebe Marta» sitzend erleben.

Offen darüber reden

Und da kommt sie. Eine Zuhörerin hatte mir verraten, sie sei nur hier, um zu sehen, wie die Marta ausschaut. Tatsächlich sieht die 72jährige sehr gut aus. Es ist auch ein Vergnügen, ihr

während dieser knappen Stunde zuzuschauen, ihre lebhafte Mimik und Gestik mitzuverfolgen, und zuhören könnte man ihr stundenlang.

Gleich zu Beginn des Vortrags kommt Marta Emmenegger darauf zu sprechen, wie froh sie ist, dass es heutzutage kein Problem mehr sei, über Sexuelles offen zu reden. («Alles dank dem «Blick», flüstert der Mann neben mir mit spöttischem Unterton zu seiner Frau, worauf sie ihn mit liebevollem Ellenbogenstoss zum Schweigen bringt.)

Ganz still wird es im Saal, als sich die Expertin im Detail über die Probleme auslässt, die mit zunehmendem Alter die Sexualität beeinträchtigen können.

Welche Welt etwa zusammenbrechen kann, wenn es beim Mann das erste Mal nicht mehr klappt mit der Erektion. Da gilt es, ruhig zu bleiben und die Sache nicht zu dramatisieren. Zwar verändert sich auch bei der Frau im Zusammenhang mit dem abnehmenden Feuchtwerden der Vagina die Erlebnisfähigkeit, doch andererseits kann es sich erleichternd auswirken, wenn nach den Wechseljahren die Angst vor einer ungewollten Schwangerschaft wegfällt, so dass die Lust auf Sexualität zunehmen kann. Insgesamt werde diese Lust bei jeder sechsten Person ab 60 Jahren grösser als früher. Das haben neuere Untersuchungen gezeigt, die damit das gängige Bild von dem zufrieden

Vorurteile zur Sexualität im Alter

Nach der Psychologin Kirsten von Sydow von der Universität München ist die Meinung, dass das Geschlechtliche für ältere Menschen nicht mehr wichtig sei, in allen Altersgruppen weit verbreitet. Vor allem jüngere Menschen unterschätzen die sexuelle Aktivität und Freizügigkeit älterer Personen. Viele alte Menschen haben deshalb den Eindruck, in der Gesellschaft als asexuell zu gelten.

Wenn ältere Menschen versuchen, aufs andere Geschlecht anziehend zu wirken, gilt das nicht selten als lächerlich. Weit eher als Frauen wird Männern zugestanden, auch im Alter noch anziehend und sexuell aktiv sein zu können. Dabei hätten Frauen aufgrund der physiologischen Gegebenheiten weniger Grund zum Aufgeben.

im milden Sonnenlicht nebeneinander auf der Bank sitzenden betagten Paar, das sich zärtlich die Hände streichelt, ohne je mehr auf sündige Nebengedanken zu kommen, deutlich in Frage stellen.

Sobald jedoch die Probleme grösser werden als die Lust an der Sache, sollte laut Marta die Hilfe von Experten beansprucht werden. Sie erzählt von Paaren, die ihre Schwierigkeiten durch eine Sexualtherapie überwinden konnten, und Männern mit Potenzsorgen rät sie zum Besuch beim Urologen. Es wird auch klar, dass viele Probleme allein schon dadurch kleiner würden, wenn man ihnen mit mehr Leichtigkeit und Humor begegnen könnte.

Marta selber nimmt es mit Humor, als ihr Vortrag abrupt unterbrochen wird von der Lautsprecherstimme, die energisch den nächsten Vortrag ankündigt. Um Fragen zu stellen, bleibt dem Publikum keine Zeit. Mit charmantem Lächeln nimmt die Rednerin den Applaus entgegen und verabschiedet sich. Etliche Besucher und Besucherinnen umringen sie beim Hinausgehen, um ihr begeistert zu danken und Komplimente zu machen.

Das sei oft so, erzählt mir Marta Emmenegger beim anschliessenden Gespräch im Café. Die Aufgabe, in die sie im Lauf der Jahre beim «Blick» hineingewachsen ist, sei oft sehr dankbar.

Wenn man herhaft darüber lachen könnte ...

Ich möchte von ihr noch etwas erfahren über die typisch schweizerischen Aspekte der Sexualität. Kaum jemand dürfte ja in den letzten Jahren so viel über die Freuden und Sorgen in den Schweizer Schlafzimmern erfahren haben wie sie. Einmal abgesehen von traditionell-religiösen Vorstellungen, die das Geniessen der Sexualität trüben können, urteilt Marta Emmenegger vor allem die den Schweizern eigene Schwerblütigkeit und die stark aufs Arbeiten und Pflichterfüllen ausgerichtete Erziehung als wenig belebend für die Erotik. Sicher müsse die Sexualität heute nicht mehr ganz so geräuscharm hinter verschlossenen Türen stattfinden wie früher, doch immer noch liege hierzulande weniger die Sinnlichkeit als die Reinlichkeit in der Luft, und sie

berichtet von Fällen, wo diese zum eigentlichen Reinlichkeitsfimmel ausgeartet ist. All das wäre aber nicht so schlimm, wenn wir ein bisschen selbstironischer und humorvoller damit umgehen könnten.

Ein nicht gerade optimistisch stimmendes Bild? Zum Glück kommt mir da der bildschöne alte Mann in den Sinn, der mir beim Eingang des Vortrags auf die Frage, wieso er sich Martas Ausführungen anhören wolle, mit einem schelmischen Seitenblick auf seine Frau geantwortet hat: «Jetzt haben wir es schon so lange versucht mit dem Sex, nun wollen wir doch endlich noch lernen, wie es eigentlich geht ...» Vielleicht doch nicht ganz humorlos, die Schweizer?

Für weiterführende Literatur zum Thema Sexualität im Alter siehe auch die Buchtips auf Seite 58/59. Erinnert sei ebenfalls an den Medizinartikel in der Zeitschrift Nr. 11/95 «Freude an der Sexualität – im Alter gar nicht so einfach».

Schreiben Sie uns!

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Was bedeutet Ihnen die Liebe, und wie erleben Sie sie im Vergleich zu früher, zur ersten Jugendliebe etwa?

Haben Ihre Bedürfnisse nach Zärtlichkeit im Verlauf der Jahre eher zu- oder abgenommen? Schockiert Sie die Idee, dass die Lust auf Sexualität im Alter zunehmen kann?

Haben Sie den Eindruck, in Ihrer Umgebung allein schon aufgrund Ihres Alters als asexuell zu gelten – sei es nun zu Recht oder zu Unrecht – und beschäftigt Sie das?

Bitte schreiben Sie uns Ihre Gedanken zu diesem (Frühlings-)Thema. Ihr Brief sollte bis am 17. Mai 1996 bei uns eintreffen und nicht mehr als eine A4-Seite umfassen. Veröffentlichte Briefe werden mit 20 Franken honoriert und von der Redaktion eventuell gekürzt. Die Briefadresse:

**Zeitschrift, Leserumfrage,
Postfach 642, 8027 Zürich**



Aufs andere Geschlecht anziehend zu wirken, ist nicht nur in der Jugend, sondern auch im Alter belebend und bereichernd. – Der Rat der Expertin, wenn es beim sexuellen Zusammensein nicht mehr immer ganz klappt: nicht alles so tierisch ernst nehmen.

Foto: Alfred Boiscontre/Sutter