

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 79 (2001)  
**Heft:** 7-8

**Artikel:** Hilfe bei der Züglete  
**Autor:** Kippe, Esther  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-724912>

#### **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:** 12.01.2026

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

# Hilfe bei der Züglete

*Was tun, wenn beim Umzug ins Altersheim oder in eine kleinere Wohnung weder Angehörige noch Freunde helfen können? Im Kanton Solothurn packen rüstige Seniorinnen und Senioren tatkräftig mit an.*

**VON ESTHER KIPPE**

**D**iese Schuhe habe ich immer getragen, wenn wir an ein Fest gegangen sind.» Betrübt schaut Maria Gentilini\* auf die glänzenden schwarzen Pumps. Heute würde das elegante Schuhwerk nicht mehr an die oft aufgeschwollenen Füsse der arthrosegeplagten Frau passen. Doch trennen will sich die 81-Jährige davon nicht. Auch nicht von den uralten Winterstiefeln, den ausgetretenen Hausschuhen, den Turnschuhen und Sandaletten, welche beim Ausräumen des Schuhgestells zum Vorschein kommen. 13 Paar. Alle haben eine lange Geschichte. In Maria Gentilini steigen Erinnerungen auf, als wäre sie erst gestern in den Schuhen gegangen. «Vielleicht kann sie noch jemand brauchen», sagt sie.

## Umzug in kleinere Wohnung

Fast vierzig Jahre lang hatten Maria und Ernesto Gentilini, dereinst aus Italien zugewandert, in der günstigen Vierzimmer-Altwohnung in Olten gelebt. Da hätten sie auch bis zuletzt bleiben wollen. Aber dann kam die Kündigung – wegen Totalsanierung des Hauses. Mit Hilfe des Pro-Senectute-Beratungsdienstes fand das Paar eine moderne Dreizimmerwohnung im dritten Stock eines Mietblocks mit Lift.

Während Tagen helfen eine Mitarbeiterin und ein Mitarbeiter des Pro-Senectute-Projektes «Senioren in Aktion» in der alten Wohnung beim Ausräumen und Packen. Aber wohin mit dem verrosteten Kühlschrank auf dem Balkon? Was tun mit der ausgedienten Espressomaschine? Im überstellten Keller tauchen auch noch zwei defekte Staubsauger auf. «Wenn der Neue kaputt geht, kann man vielleicht die Ersatzteile von den Alten brauchen»,

wehrt sich Ernesto Gentilini gegen das Entsorgen. Sein Leben lang hatte er immer alles selber repariert.

Erst als der umfangreiche Hausrat in der neuen, viel kleineren Wohnung steht und sich kein freies Plätzchen mehr zum Sitzen finden lässt, sind Ernesto Gentilini und seine Frau bereit, eine Abfall-Mulde vors Haus stellen zu lassen. Drei Wochen über den Umzug hinaus hilft das Pro-Senectute-Team beim Aussortieren der vielen grossen und kleinen, seit Jah-

**«Die Kunden sind für unsere Hilfe sehr dankbar und zeigen das auch.»**

ren unbenutzten Gegenstände. Einiges kann verschenkt werden, überzählige, noch brauchbare Möbel werden ins Brockenhaus gebracht, der Rest landet in der Mulde. Jetzt sind Maria und Ernesto Gentilini erleichtert. Allein, so beteuern sie, hätten sie das nie geschafft.

## Projekt «Senioren in Aktion»

Vor etwas mehr als drei Jahren schloss sich im Kanton Solothurn eine Gruppe von älteren, arbeitslosen und früh pensionierten Männern und Frauen zusammen, um nach Wegen zu suchen, ihr Wissen, ihre Erfahrung und ihre Kräfte sinnvoll für andere ältere Menschen einzusetzen. Unter dem Namen «Senioren in Aktion» übernahm Pro Senectute Kanton Solothurn die Leitung des Projekts. Allein in der Region Olten/Gösgen stehen heute 22 Personen im Alter zwischen fünfzig und 75 Jahren für Einsätze bei älteren Menschen zur Verfügung. Für 26 Franken

in der Stunde haben die Kundinnen und Kunden die Möglichkeit, sich bei anfallenden Arbeiten helfen zu lassen, die sie allein nicht mehr bewältigen können. Ob für Garten- oder Reinigungsarbeiten, für Umzugshilfe, administrative Dienstleistungen oder Reparaturen verschiedenster Art, fast immer findet sich unter den «Senioren in Aktion» die geeignete Person. Für den Einsatz von Maschinen, die der Mitarbeiter bei Bedarf mitbringt, bezahlt der Kunde eine Pauschalgebühr von fünf bis zehn Franken pro Mal.

## Diplomatie und Fingerspitzengefühl

«Wenn ein Kunde anruft und sein Anliegen schildert, wissen wir meist schon am Telefon, wen wir zu ihm schicken können», erläutert Einsatzvermittlerin Yvonne Leuenberger. Abwechselnd mit einer weiteren Kollegin des «Senioren in Aktion»-Teams nimmt die 65-Jährige jeweils am Dienstag- und Donnerstagvormittag im Büro der Pro-Senectute-Regionalstelle Olten/Gösgen die Aufträge der Kunden entgegen. Aufträge, die an den anderen Wochentagen eingehen, werden von den Pro-Senectute-Angestellten an die Vermittlerinnen weitergeleitet.

Die beiden Frauen kennen alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter persönlich. In einem Vertrag haben sie mit ihnen festgehalten, in welchem Umfang sie welche Arbeiten ausführen können. An Wünschen seitens der Kundschaft fehlt es nicht, und weitere tatendurstige Personen sind bei den «Senioren in Aktion» jederzeit willkommen.

Für den Umzugsdienst wird jeweils ein Zweierteam eingesetzt. Einerseits, um die Arbeitsbelastung auf zwei Personen zu verteilen, andererseits sei die Hilfeleistung bei einem Umzug oft eine Gratwanderung, meint Esther Gerlach,



**Pensionierte helfen** älteren Menschen bei der Züglete ins Altersheim oder in eine neue Wohnung.

Sozialarbeiterin bei der Pro-Senectute-Regionalstelle in Olten und Betreuerin des Projektes «Senioren in Aktion». «Für die Kundinnen oder Kunden ist der Umzug ein oft schmerzlicher Moment des Loslassens. Manchmal suchen sie hinterher wieder nach Gegenständen, die in Absprache mit unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern entsorgt worden sind. Aber sie haben es vergessen.» Es sei schon vorgekommen, dass jemand der Umzugshilfe Vorwürfe gemacht oder sie des Diebstahls bezichtigt habe. Sind zwei Mitarbeiter oder Mitarbeiterinnen beim Packen dabei, lassen sich solche Unstimmigkeiten leichter klären.

Viel Fingerspitzengefühl und diplomatisches Geschick sei bei einer Umzugsbegleitung nötig, betont auch der ehemalige Druckereinangestellte Max Roth. Vor anderthalb Jahren ist er zu «Senioren in Aktion» gestossen. Zwar übernehme er vor allem Garten- und Reparaturarbeiten, doch habe er auch schon bei Umzügen mitgeholfen. Er weiss um das Dilemma der Kundinnen und Kunden. «Im Alter behalten viele Menschen alles auf, weil sie glauben, irgendjemand könne es irgendwann noch gebrauchen. Aber wenn man ins Altersheim zieht, kann man beim besten Willen nicht alles mitnehmen.» Das müsse dann den Betreffenden immer wieder

schonend in Erinnerung gerufen werden. Doch in der Regel funktioniere das Zusammenspiel reibungslos.

Nach den bisherigen Erfahrungen begleiten die «Senioren in Aktion» der Region Olten/Gösgen im Jahr etwa fünf bis zehn Umzüge. Sie helfen beim Organisieren, beim Ein- und Auspacken und übernehmen auch kleinere Transporte mit ihrem Privatauto. Für den grossen Möbeltransport werden lokale Umzugsfirmen beigezogen, die zu günstigen Bedingungen arbeiten. Das Konzept

bewährt sich, und Max Roth weiss: «Die Kunden sind für unsere Hilfe sehr dankbar und zeigen das auch.» Mehr als einmal schon sei er zum Znuni oder Zvieri grosszügig bewirtet worden.

Geholfen ist mit dem Projekt «Senioren in Aktion» beidien: Ältere Menschen, die Hilfe brauchen, bekommen diese zu einem bezahlbaren Preis, und die Helfenden verdienen sich einen willkommenen, oftmals dringend nötigen finanziellen Zustupf.

\* Name geändert

## UMZUGSHILFE DURCH PRO SENECTUTE

**B**rauchen Sie oder Ihre Eltern Unterstützung beim Umzug oder bei der Wohnungsauflösung? Viele kantonale Pro-Senectute-Organisationen und örtliche Pro-Senectute-Beratungsstellen bieten einen eigenen Umzugsdienst an oder vermitteln Ihnen die nötigen Hilfen und Kontakte.

Unter dem Namen «Senioren in Aktion» oder «Senioren für Senioren» entlasten in vielen Städten und Gemeinden Pensionierte andere ältere Menschen bei anfallenden Arbeiten in Haus und Garten. Pro Senectute unterstützt solche Projekte oder arbeitet mit deren Initianten zusammen. Suchen Sie Entlastung oder möchten Sie selber mit anpacken? Wo dies möglich ist, erfahren Sie bei Ihrer nächsten Pro-Senectute-Beratungsstelle.

Die Telefonnummern sämtlicher Beratungsstellen der Kantonalen Pro-Senectute-Organisationen – es sind rund 120 – finden Sie vorne in der Zeitlupe auf einem Faltblatt zum Herausnehmen und Aufbewahren.