

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 79 (2001)
Heft: 4

Artikel: Pro Senectute im Berggebiet
Autor: Kippe, Esther
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-723841>

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: 14.01.2026

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

Pro Senectute im Berggebiet

Engadin – das bedeutet wildromantische Berglandschaft, Wintersport und Sommertourismus. Doch wie leben dort die älteren Menschen? Pro Senectute ist auch im «hintersten Tal» für sie da.

VON ESTHER KIPPE

Manche Menschen hier in den Bergtälern sind sich ein hartes Leben gewohnt und kommen im Alter gar nicht auf die Idee, Entlastung zu suchen. Sie mühen sich ab, bis es nicht mehr geht», erzählt Ursula Pedotti. Seit achtzehn Jahren wohnen und arbeiten sie und ihr Mann Reto Pedotti, beide ausgebildete Sozialpädagogen, in Ftan im Unterengadin. Hier, hoch über dem Kurort Scuol, hatte Reto Pedotti seine Kindheit verbracht. Nach langjähriger Tätigkeit im Unterland kehrte er 1982 mit seiner Lebenspartnerin zurück. 1987 übernahm das Paar den Auftrag, die Pro-Senectute-Beratungsstellen Ober- und Unterengadin aufzubauen.

In die Hundert-Prozent-Aufgabe teilen sich Ursula und Reto Pedotti je zur Hälfte, und die Reviere haben sie klar getrennt. Reto Pedottis Muttersprache ist Romanisch, und weil er ebenso gut Deutsch und Italienisch spricht, ist er für das Oberengadin mit den italienischsprachigen Tälern Bergell und Puschlav zuständig. Ursula Pedotti spricht Deutsch und Rätoromanisch und betreut das Unterengadin mit dem Val Müstair. Die hier verwurzelten Sprachen zu beherrschen, habe es ihnen erleichtert, das Vertrauen der einheimischen Bevölkerung zu gewinnen. Zumal Begriffe wie Sozial- und Altersarbeit damals in dieser Region noch wenig verbreitet gewesen und manch einem Bergler verdächtig vorgekommen seien.

Beratung an Ort

Für die Beratungsstelle Oberengadin steht Reto Pedotti ein kleines Büro in Samedan zur Verfügung. Doch den meisten alten Menschen, die bei Pro Senectute Rat suchen, kann die umständliche Reise nach

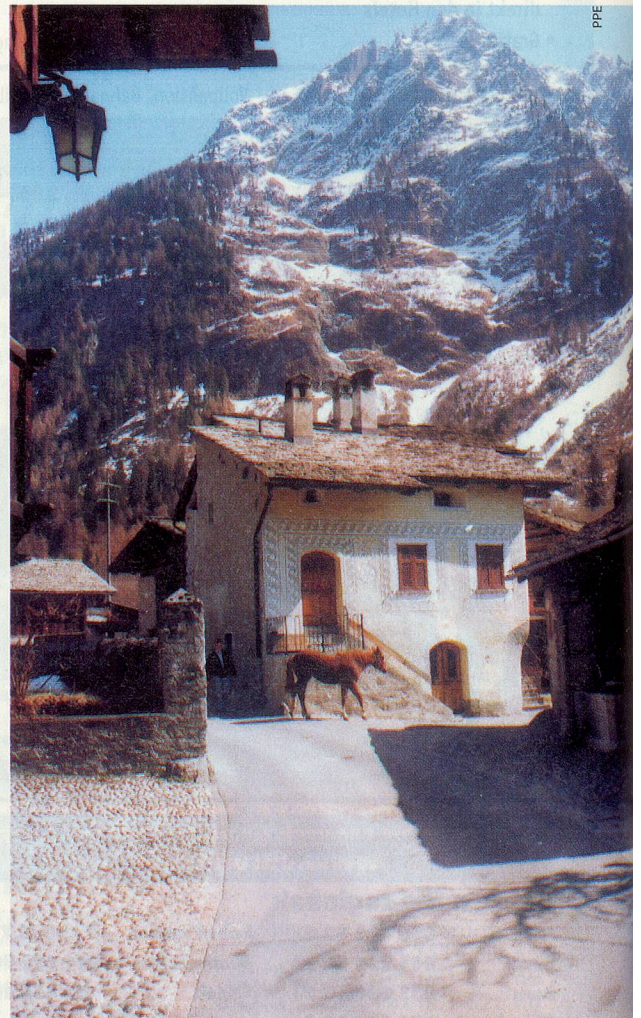
Ftan oder Samedan nicht mehr zugemutet werden. Zu gross sind die Distanzen im Berggebiet. Und was wirklich Not tut, zeigt sich meistens erst beim persönlichen Besuch, häufig im zusätzlichen Gespräch mit Angehörigen und anderen Bezugspersonen. Deshalb sind Ursula und Reto Pedotti an zwei bis drei Tagen pro Woche unterwegs.

In einem der Täler möchte ein krebskranker Mann, der im Spital liegt, zum Sterben nach Hause gebracht werden. Reto Pedotti klärt ab, wie viel Pflege der Spitex-Dienst, wie viel die Ehefrau übernehmen kann. Und was es sonst noch braucht an Hilfe, um den letzten Wunsch des Mannes zu erfüllen. Drei Dörfer weiter braucht eine arthrosegeplagte Frau einen Treppenlift. Es gilt zu prüfen, welches Produkt in Frage kommt und wer die Kosten trägt. Ein Mann im Unterengadin kommt mit den Finanzen nicht mehr zurecht, ist aber zu stolz, um Ergänzungsleistungen zu beantragen. Ursula Pedotti prüft seine Situation und klärt ihn auf, dass er ein Recht habe auf diesen Zuschuss.

Zu Reto Pedottis Einzugsgebiet gehören auch stark vom Tourismus geprägte Orte wie St. Moritz und Pontresina. Dort hat er manchmal Menschen zu betreuen, die früher in der Hotellerie tätig waren, zum Teil aus dem Ausland kamen und sich «irgendwo oben am Sonnenhang» ein Häuschen bauten. Im fortge-

schrittenen Alter werde es ihnen dann dort zu beschwerlich. Doch diesen Menschen, die hier eigentlich keine Wurzeln haben, falle es schwer, ins Altersheim zu ziehen, wo die Umgangssprache häufig Romanisch sei.

Neben Gesundheits-, Finanz- und Wohnproblemen sind Lebenskrisen, Erbschafts- und Familienkonflikte die häufigs-



Schroffe Felsen, verwinkelte Häuser. Die Arbeit führt oft in abgelegene Gebiete wie hier nach Vicosoprano.

ten Sorgen, denen Ursula und Reto Pedotti in ihrer Arbeit mit älteren Menschen begegnen. Um jeweils die für die Klienten optimale Lösung zu finden, arbeiten sie eng mit den lokalen Spitex-Diensten, Gemeindebehörden und anderen Institutionen zusammen. Über ihre Beratungstätigkeit und die damit verbundene Administration hinaus wirken sie in zahlreichen Gremien und Kommissionen mit, initiieren Mittagstische, Tagesstätten und Bildungsprojekte für Senioren.

Prävention und Information

Szenenwechsel: Wie jeden Mittwochnachmittag, wenn die Kinder schulfrei haben, pilgert in Samedan eine kleine Schar älterer Menschen zur Turnhalle. «Heute turnen wir am Boden», verkündet Mina Schommer, die Turngruppenleiterin von Pro Senectute. Peider D., der einzige Mann unter acht Frauen, weiss was das bedeutet: Streck- und Beugeübungen, auf dem

Rücken, seitlich und auf dem Bauch. Da will seine 82-jährige Wirbelsäule nicht mehr so recht mit und die Gelenke auch nicht. Aber er sei der einzige vernünftige Mann im Dorf, habe ihm sein Physiotherapeut gesagt. Das ermutigt ihn, regelmässig an den Pro-Senectute-Turnstunden teilzunehmen.

Mit geschmeidigen Bewegungen macht Mina Schommer die einzelnen Übungen vor. Sorgfältig sollen Muskelkraft und die Beweglichkeit aller Gelenke trainiert werden. «Gehts, Chatrina? Hast du Schmerzen? Und du, Helen, wie stehts bei dir?» Die Turngruppenleiterin behält alle einzeln im Auge. Am Schluss der Stunde verlässt eine heiter gelaunte Schar schwatzend die Turnhalle. Nein, sportlich besonders aktiv seien sie früher nicht gewesen, sagen die Frauen. Man hatte den Garten, die Kinder, den Haushalt. Manche vermieteten auch noch eine Ferienwohnung. Ins Turnen gehe man eben erst, wenn man alt sei.

Im Engadin stellt das Altersturnen mit insgesamt 21 Turngruppen das beliebteste Seniorensport-Angebot von Pro Senectute dar. Betreut werden die bewegungsfreudigen älteren Menschen von kompetenten, durch Pro Senectute Kanton Graubünden geschulten Leiterinnen und Leitern.

Mina Schommer ist seit dreissig Jahren dabei. Jetzt, mit siebzig, denkt sie daran, die Gruppe in Samedan an eine jüngere Leiterin abzugeben. Ihr bleibt dennoch viel zu tun. Als Pro-Senectute-Ortsvertreterin kümmert sie sich seit einem Vierteljahrhundert mit einem Team von Freiwilligen unentgeltlich um Veranstaltungen für ältere Menschen, um Besuche im Altersheim, um Altersnachmittage. Auch die alljährliche Herbstsammlung gehört in ihren Aufgabenbereich und die Information älterer Menschen über die Angebote von Pro Senectute.

Pro-Senectute-Ortsvertretungen gibt es ausser in Samedan noch in zwanzig weiteren Engadiner Gemeinden.

Ohne das freiwillige Engagement dieser Frauen und Männer könnten viele Projekte nicht verwirklicht und manche ältere Menschen nicht so wirksam unterstützt werden. Indem sie den Kontakt zu den älteren Menschen pflegen, verkörpern die Ortsvertretungen ein wichtiges Bindeglied zwischen Pro Senectute und Bevölkerung.

Reto Pedotti von der Pro-Senectute-Beratungsstelle Oberengadin schaut auf eine erfreuliche Entwicklung zurück. In den letzten dreizehn Jahren hätten die Menschen im Engadin ihre Scheu Pro Senectute gegenüber allmählich abgelegt, und der Begriff Altwerden rufe nicht mehr so viel Hemmungen hervor wie früher. «Das hängt sicher auch damit zusammen, dass heute die Leute beim Namen Pro Senectute nicht mehr nur an Fürsorge denken, sondern auch an Sport, Bildung und Geselligkeit».

PRO SENECTUTE IN DER GANZEN SCHWEIZ

Oberstes Ziel von Pro Senectute ist die Förderung der Selbstständigkeit und der Lebensqualität im Alter. In der ganzen Schweiz steht sie älteren Menschen mit rund 120 Beratungsstellen unentgeltlich bei allen Fragen der Lebensgestaltung zur Verfügung.

Die Kantonalen Pro-Senectute-Organisationen lancieren und fördern regionale Sport- und Bildungsveranstaltungen für ältere Menschen und bieten zahlreiche Leistungen an wie Besuchs- und Mahlzeitendienste, Reinigungs- und Umzugsdienste, Steuererklärungs- und Treuhanddienste.

Gesamtschweizerisch pflegen rund 3000 freiwillige Pro-Senectute-Ortsvertreterinnen und -Ortsvertreter den Kontakt mit der älteren Bevölkerung, organisieren Mittagstische, Altersnachmittage und andere Anlässe.

Detaillierte Informationen sind erhältlich bei den Geschäfts- und Beratungsstellen der Kantonalen Pro-Senectute-Organisationen. Ein Faltblatt mit den entsprechenden Adressen liegt auch dieser Ausgabe der Zeitlupe bei.



Gemeinsames Wohnen und Arbeiten in getrennten Revieren: Ursula und Reto Pedotti vor ihrem Haus in Ftan.