

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 82 (2004)  
**Heft:** 4

**Rubrik:** Worte des Monats

#### 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:** 11.01.2026

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

# Mangel an Aufmerksamkeit



Martin Mezger

Der erste Eindruck: Hier lässt es sich leben. Gut leben. Seit bald zwei Monaten leite ich zusammen mit meiner Partnerin nun ein grösseres Alterswohnheim am Strand von Zürich. Altersfragen aller Art sind mir nicht neu – neu aber ist für mich ein Haus wie das «Studacker», in welchem rund achtzig ältere Menschen gemeinsam leben.

Immer wieder habe ich in den letzten Wochen von Bewohnerinnen und Bewohnern gehört: Wenn ich gewusst hätte, wie es hier ist – ich wäre früher gekommen. Das Bild, das man sich von einem Heim macht, stimmt häufig nicht mit der Wirklichkeit überein. Auf jeden Fall heutzutage nicht mehr.

Viele fürchten, in einem Heim ihre Individualität aufzugeben zu müssen, kein persönliches und privates Leben mehr zu haben. Aber sie entdecken, wenn sie den Schritt gewagt haben: Nicht der Verlust steht im Vordergrund, sondern der Gewinn. Der Gewinn von Lebensqualität. Und zwar darum, weil vieles, was zuvor mühsam gewesen ist, jetzt wegfällt. Und weil man die eigene Lebenskraft nutzen kann für das, was einem Freude macht und was einem gut tut. Menschen treffen beispielsweise statt Migros- und Coop-Säcke schleppen. Lesen oder ein Instru-

ment spielen statt Wäsche tragen, treppab und treppauf. Und was die Individualität betrifft: Wer – um nur ein Beispiel zu nennen – erlebt, dass er wie in einem Restaurant am Tisch wählen kann, was er essen will, merkt rasch: Hier werde ich ernst genommen, hier kann ich bestimmen – hier bin ich keine blosse Nummer und schon gar nicht in einer «Anstalt».

Was in Bezug auf das Alter generell gilt, gilt auch in Bezug auf das Altersheim: Die Wirklichkeit ist anders als das Bild in den Köpfen. Und zwar besser! Darum nochmals: Hier lässt sich's leben, gut leben. Der Eindruck verdichtet sich mit jedem Tag mehr. Damit ist aber keineswegs gesagt, dass ich das Alterswohnheim als die Wohnform im Alter sehe. Es ist eine Möglichkeit, eine gute. Aber es gibt auch andere. Die grosse Mehrheit der älteren Menschen lebt bis zuletzt in den «eigenen vier Wänden» – und das ist gut so. Andere probieren Neues aus, nehmen beispielsweise ihr Schicksal in die eigenen Hände und gründen eine Wohngemeinschaft.

Wichtig dünkt mich nicht die Wohnform an und für sich. Wichtig dünkt mich, dass man sich mit der Frage befasst: Wie möchte ich im Alter leben? Wo möchte ich wohnen? Und wichtig ist, dass man diese Fragen flexibel angeht und sich nicht versteift. Denn nur nach Lust und Laune kann die Frage nicht in jedem Fall beantwortet werden. Auch das Schicksal redet – häufig in Form der eigenen Gesundheit – ein Wörtchen mit. Gut also, wenn man beizeiten nach allen

Richtungen Ausschau gehalten hat. Und wenn man offen ist für Neues.

★★★

In einem Interview mit der Neuen Zürcher Zeitung (28. Februar 2004) hat die 1919 geborene südafrikanische Schriftstellerin Doris Lessing auch über das Älterwerden gesprochen. An einer zentralen Stelle bezeichnet sie den «Mangel an Aufmerksamkeit» als grösstes Problem. Wörtlich sagt sie: «Da sind lange, erfüllte Leben – und niemand ist an ihnen interessiert.»

Wie wahr! Ich bin überzeugt, dass Doris Lessing mit ihrer Aussage etwas ganz Wichtiges trifft. Etwas, das viele ältere Menschen schmerzlich erfahren. Sie haben zu erzählen, sie haben Wichtiges zu sagen, sie haben das Leben kennen und verstehen gelernt – und niemand interessiert sich dafür. Ja, niemand hört auch nur zu. «Da stimmt etwas nicht», sagt Doris Lessing. Und man kann ihr nur beipflichten.

Aber Achtung: Es geht nicht einfach um das, was mundartlich «ablose» genannt wird. Es geht um das Weitergeben von Wissen und Erkennen von einer Generation zur anderen. Und das tut beiden Generationen, die daran beteiligt sind, gut.

**Martin Mezger** ist Leiter eines Alterswohnheims in Zürich-Wollishofen; er war bis vor kurzem Direktor von Pro Senectute Schweiz und Herausgeber der Zeitschrift *Zeitlupe*.

## WORTE DES MONATS

Politik ist gefährlich: Man kann sich von morgens bis abends für unglaublich wichtig und unverzichtbar halten. Das kann süchtig machen.

**Simonetta Sommaruga**, Berner SP-Ständerätin

Ich habe Erfolg, weil ich keine Angst vor Misserfolgen habe.

**Bertrand Piccard**, Psychiater und Ballonfahrer

Heute gestehen wir uns immer mal wieder, dass wir am Alter keine Freude haben, uns aber im Alter die Freude nicht nehmen lassen wollen – so lange wie möglich.

**Charles Clerc**, frisch pensionierter Tagesschau-Moderator

Je älter man wird, desto schneller zerrinnt die Zeit. Man denkt «dann», und schon ist das Dann ein Jetzt.

**Luc Bondy**, Regisseur

Ich habe keine Konzepte, keine Strategien, was mein Leben betrifft. Ich bin nur ein romantisches, leidenschaftlicher, 52-jähriger Alt-Hippie.

**Chris von Rohr**, Musiker, Autor und MusicStar-Juror

Wo eine Kamera ist, wird der Politiker zum Schauspieler – mit nur ganz wenigen Ausnahmen.

**Senta Berger**, Schauspielerin