

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 83 (2005)
Heft: 10

Artikel: Hier helfen Leute mit Lebenserfahrung
Autor: Kippe, Esther
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-725998>

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: 11.04.2026

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

Hier helfen Leute mit Lebenserfahrung

Jüngere Seniorinnen und Senioren erleichtern den Alltag von älteren Semestern.

Die Aktion P Seniorenservice von Pro Senectute Kanton Thurgau ist neu gestartet.

VON ESTHER KIPPE

Was hinter dem Namen «Pro Senectute» steckt, wusste Peter Krause bis vor einem halben Jahr nicht. «Den Begriff brachte ich nicht einmal mit dem Alter in Verbindung», lacht der pensionierte Geometer-Techniker aus Frauenfeld.

Das änderte sich, als er einen Prospekt von Pro Senectute Kanton Thurgau aus dem Briefkasten fischt: «Aktion P Seniorenservice – Senioren unterstützen Senioren». Ältere Menschen, die bei Alltagsverrichtungen Unterstützung wünschen, sollen diese gegen bescheidenes Entgelt von anderen Seniorinnen und Senioren erhalten. Das Angebot umfasst Dienstleistungen wie Botengänge, Begleitung zum Einkaufen oder Arztbesuch, Wohnung und Haustiere hüten, Aufräumen, kleine Handwerkerarbeiten, Gartenarbeiten, Vorlesen.

«Da könnte ich mich engagieren», sagt sich Peter Krause und macht Kreuzlein auf dem Anmeldetalon, unter anderem bei «Gartenarbeit, Schneeräumen». Kurze Zeit später steht er im Einsatz. Die ehemalige Geschäftsfrau Margrit Hartmann meldet sich. Sie braucht Hilfe bei der Gartenarbeit. Jetzt ist Peter Krause «ihr» Gärtner. Er kommt, wenn der Rasen gemäht, das Unkraut gejätet und Sträucher geschnitten werden müssen.

Professionelle Organisation

Die Aktion P Seniorenservice geht auf ein Dienstleistungsangebot zurück, das bei Pro Senectute Kanton Thurgau bereits einmal bestand. Vor zwei Jahren wurde es aus organisatorischen Gründen eingestellt. Doch der Bedarf an einem Dienst von Senioren für Senioren war in Frauen-

feld und der näheren Umgebung ausgewiesen. Deshalb nahm Pro Senectute zusammen mit den verantwortlichen Stellen der Stadt Frauenfeld die Planung eines neuen Projekts auf. Im Mai 2005 konnte die Aktion P in Frauenfeld, Gachnang und Felben-Wellhausen mit rund dreissig Helferwilligen und gegen zwanzig Kundinnen und Kunden neu starten.

«Erstaunt hat uns, dass sich am Anfang deutlich mehr Helferinnen und Helfer meldeten als Menschen mit Unterstützungswünschen», sagt Annemarie Michael, Leiterin der Aktion-P-Vermittlungsstelle in Frauenfeld. Doch ist mit wachsender Nachfrage zu rechnen, wenn sich das neue Angebot und dessen Qualität herumgesprochen haben. «Wir legen grossen Wert auf professionelle Organisation der Aktion P Seniorenservice», betont Marianne Krämer, Vizepräsidentin des Stiftungsrates Pro Senectute Kanton Thurgau und Projektleiterin der Aktion P. Dazu gehört, dass Versicherungs- und Entschädigungsfragen klar geregelt sind.

Wer die Aktion P Seniorenservice in Anspruch nimmt, bezahlt für leichtere Aufgaben wie Botengänge, Besuch, Wohnung hüten und Ähnliches einen Beitrag von 17 Franken in der Stunde. Gartenarbeit, Putzen und Bügeln etwa gelten als schwerere Arbeiten und werden mit 27 Franken verrechnet. Vom Stundentarif gehen fünf Franken an Pro Senectute, der Rest an die helfende Person. «Es sollen aber keine bestehenden Dienstleistungen wie die Spitex oder kommerzielle Unternehmen konkurrenziert werden», versichert Marianne Krämer. Die Aktion P springt dort ein, wo die Spitex noch nicht nötig ist, aber Unterstützung gebraucht wird. Immer mit dem Ziel, die Selbstständigkeit älterer Menschen zu erhalten.

Meldet sich jemand mit einem Anliegen bei der Kontaktstelle der Aktion P, werden er oder sie an eine geeignete Helferin oder einen Helfer vermittelt. Diese Person besucht die künftige Kundschaft zu Hause, um gemeinsam zu klären, worin die Unterstützung bestehen soll. Danach handeln Kunde und Helferpersion Einsätze und Termine direkt aus. Ob die Hilfe auf Abruf oder in einem festen Turnus geleistet werden soll, hängt von den Kundenbedürfnissen ab.

Hilfe und Anerkennung

Peter Krause betreut inzwischen bei fünf Kundinnen den Garten. Für seine Einsätze nimmt er jeweils einen Teil der Gartengeräte von zu Hause mit, um sicher zu sein, dass das Werkzeug auch gut funktioniert. Zur Ausrüstung des Hobbygärtners gehört auch ein Buch mit Gartentipps, damit er im Notfall nachschlagen kann, welche Pflanze wie geschnitten werden will. «Jeder Garten ist anders als der andere, und jede Kundin hat andere Wünsche und Vorstellungen», sagt Peter Krause. Da ergäben sich schon manchmal Fachdiskussionen. Doch der Mann gerät ins Schwärmen, wenn er von seinen Einsätzen berichtet. Die Kundinnen seien dankbar für seine Arbeit, und es sei einfach wunderbar, so viel Anerkennung entgegennehmen zu dürfen und zu sehen, was der Einsatz bewirke.

Das sieht auch Kundin Margrit Hartmann so. Sie mag zwar nicht mehr so viel im Garten arbeiten, doch seit anderthalb Jahren betreut die lebhaft Seniorin bei sich zu Hause an jedem ersten und dritten Mittwoch im Monat einen offenen Mittagstisch. Fünf bis acht Personen zwischen vierzig und über achtzig Jahren treffen sich zum Essen und Diskutieren.



BILDER: MARTIN SCHÖNENBERGER



Freude auf beiden Seiten: Peter Krause ist zu Margrit Hartmanns Gärtner geworden.

Die Gruppe sei immer anders zusammengesetzt und alle brächten unterschiedliche Voraussetzungen mit, berichtet Margrit Hartmann, aber es sei wichtig, alle ins Gespräch einzubeziehen. Vor Kurzem hat die begeisterte Gastgeberin selber eine Aufgabe bei der Aktion P übernommen. Einmal in der Woche begleitet sie eine 84-jährige sehbehinderte Dame zum Friedhof, ins Kaffeehaus, ins Therapiezentrum – was immer ansteht. «Mit der Aktion P können wir doch etwas dafür tun, dass ältere Menschen länger zu Hause leben können», unterstreicht Margrit Hartmann den Bericht über ihr Engagement.

«Und etwas gegen die Vereinsamung», doppelt Einsatzvermittlerin Annemarie Michael nach. Den Helferinnen und Helfern der Aktion P Seniorenservice werden Türen geöffnet, durch die lange kein Besuch mehr gegangen ist. Mit der Aktion P verbindet Pro Senectute Kanton Thurgau die Idee der Nachbarschaftshilfe. Wenn immer möglich, werden Helferinnen und Helfer vermittelt, die in der Nähe des Kunden wohnen. Die Dienstleistung soll bald auf weitere Gemeinden im Einzugsgebiet Frauenfeld ausgedehnt werden. ■

SENIOREN HELFEN SENIOREN

Brauchen Sie Unterstützung bei alltäglichen Verrichtungen? Oder möchten Sie auf freiwilliger Basis etwas für andere ältere Menschen tun?

Ähnlich organisierte Dienstleistungen wie die Aktion P Seniorenservice in Frauenfeld gibt es auch in anderen Kantonen, häufig unter dem Namen «Senioren für Senioren». Erkundigen Sie sich bei der Pro-Senectute-Beratungsstelle Ihrer Region. Die Telefonnummern finden Sie vorne in diesem Heft.