

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 84 (2006)
Heft: 1-2

Artikel: Wie Frauen im Alter neue Rollen finden
Autor: Kippe, Esther
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-721572>

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>

Wie Frauen im Alter neue Rollen finden

Jahrzehntelang sind sie Hausfrau, Berufsfrau, Mutter, Pflegerin... Und im Alter? Jedes Jahr denken aktive Frauen zwischen 49 und 99 an einer Tagung gemeinsam übers Älterwerden nach.

VON ESTHER KIPPE

Nehmen Sie je zu fünf ein Bild», fordert die Künstlerin Manon die Teilnehmerinnen ihres Workshops auf, «und fantasieren Sie miteinander, wie das Leben dieser Frau bisher verlaufen ist und wie es in Zukunft aussehen könnte.» Fünffigmal hat sich die heute 59-jährige Verwandlungskünstlerin in eine andere Person verzaubert und fotografiert. Diese Porträts hängen an der Wand des Gruppenraums: die alternde Braut, die Fotoreporterin, die ehrgeizige Schwimmerin, die Garçonne, die Krebspatientin, die Romantikerin...

Die Fünfergrüpplein treffen ihre Wahl, erfinden frei acht Frauenleben. Da gibts die schwierige, da die glückliche Kindheit. Da werden, nach schweren Zeiten und Schicksalsschlägen, Wunder und Kehrtwendungen möglich, entwickeln sich überraschende Perspektiven für die Zeit des Älterwerdens. «Zu Hause werde ich ein Foto von mir nehmen, die Vergangenheit dieser Person anschauen und ihre Zukunft erfinden», meint eine sechzigjährige Teilnehmerin nach dieser Übung. «Vielleicht komme ich auf ganz neue Ideen, wenn ich mich einmal von aussen betrachte.»

180 Teilnehmerinnen aus der ganzen Schweiz sind im November 2005 zur zehnten «Impulstagung für aktive Frauen zwischen 49 und 99» ins Zentrum St. Anton in Zürich gereist. Das Thema der Tagung: «Das Alter neu denken.» Die Referentinnen: Klara Obermüller, Judith Giovannelli-Blocher und Manon. Vorträge sowie Workshops mit den Referentinnen und einer Bewegungspädagogin versprechen Erfahrungen und Diskussionen über unterschiedlichste Facetten des

weiblichen Älterwerdens. Organisiert worden ist der Anlass von einem institutionell unabhängigen Kreis engagierter Frauen aus unterschiedlichen Berufen.

Altersvorbereitung für Frauen

Die Lebensentwürfe unserer Grossmütter und unserer Mütter waren noch weitgehend klar. Hausfrau sein, Kinder aufziehen, alte und kranke Familienmitglie-

der pflegen, Enkelkinder betreuen. Von den Aufgaben entbinden liessen sie sich erst, wenn ihre Kräfte aufgebraucht waren. Ihre Töchter, die jungen Frauen der Sechziger- und Siebzigerjahre des 20. Jahrhunderts, versuchten, persönliche und berufliche Selbstverwirklichung mit den Ansprüchen der Familie in Einklang zu bringen. Sie sind heute zwischen fünfzig und achtzig Jahre alt, verheiratet, ledig, geschieden, verwitwet, mit oder ohne erwachsene Kinder, mit oder ohne Enkel. Sie haben, verglichen mit früheren Generationen, eine deutlich höhere Lebenserwartung. Und sie haben die Möglichkeit, die späteren Lebensjahre selbstbestimmend zu gestalten.

«Frauen müssen sich anders aufs Alter vorbereiten als Männer», ist die Zürcher Laufbahnberaterin Marie-Louise Ries, Hauptinitiantin der Impulstagungen, überzeugt. Während vieler Jahrzehnte hat sie Frauen in Karrierefragen beraten und weibliche Biografien beobachtet. In Kursen hilft sie Ehepaaren, sich auf den nachberuflichen Lebensabschnitt vorzubereiten. «Während Männer sich vor allem mit ihrer Erwerbstätigkeit identifizieren, nehmen Frauen im Laufe ihres Lebens, meistens gleichzeitig, eine Vielzahl von Rollen wahr», stellt die Fachfrau fest. Zudem definierten sich Frauen häufig mehr über ihre Beziehungsrollen und über ihr Äusseres als über Tätigkeiten. Im Alter müssten sie von alten Mustern und Lebensinhalten Abschied nehmen und neue finden. «Heute kann sich eine Frau überlegen, ob sie nahtlos in die Rolle der kinderhütenden Grossmutter schlüpfen oder im Alter etwas ganz anderes sein will.»

Zusammen mit der Sozialarbeiterin Judith Giovannelli-Blocher plant Marie-

FRAUEN FÜR FRAUEN

Die Impulstagungen für Frauen zwischen 49 und 99 werden von einem unabhängigen, institutionell nicht eingebundenen Kreis von Frauen organisiert. Die nächste Impulstagung findet im Herbst 2006 statt. Datum und Themen sind noch offen.

Kontakt: Marie-Louise Ries, Mühlehalde 9, 8032 Zürich, Tel. 044 383 34 40, Mail malouries@bluewin.ch

Literaturhinweise:

- Klara Obermüller: «Ruhestand – nein danke!», Xanthippe-Verlag, Zürich 2005, CHF 37.–
 - Judith Giovannelli-Blocher: «Das Glück der späten Jahre», Pendo-Verlag, Zürich 2004, CHF 32.30.
 - Manon: «Einst war sie Miss Rimini, Fotoband mit fünfzig Frauenporträts, Verlag Scheidegger & Spiess, Zürich 2005, CHF 51.–.
- Bestelltalon auf Seite 70.

Eine reiche Auswahl an Literatur zum Thema Frau und Älterwerden steht auch leihweise zur Verfügung bei: Pro Senectute Schweiz, Bibliothek und Dokumentation, Lavaterstrasse 44, 8027 Zürich, Telefon 044 283 89 81, Mail bibliothek@pro-senectute.ch



BILDER: RENATE WERNLI

Louise Ries 1994, mit einer Studie die Situation älterer Frauen in der Schweiz zu erfassen. Doch im gleichen Jahr erscheint das Forschungsdossier «Frauen im Alter – Alter der Frauen» des Sozialwissenschaftlers François Höpflinger. Die beiden Frauen planen um. 1995 organisieren sie in Zusammenarbeit mit zwei weiteren Fachfrauen in Zürich das Impulstreffen «Aktive Frauen zwischen 49 und 77». Das Ziel der vier: für Frauen einen Rahmen schaffen, in dem diese sich aktiv mit ihrem Älterwerden auseinander setzen, sich miteinander vernetzen und austauschen können. Eine Idee, die auf immer breiteres Interesse stösst. Die Organisationsgruppe, die sich jedes Mal neu formiert, ist inzwischen auf 13 Personen angewachsen. Auf öffentliche Ausschreibungen wird bewusst verzichtet. Trotzdem lockt die Impulstagung Jahr für Jahr neue Teilnehmerinnen an. Und weil viele Frauen immer wieder kommen wollen, obwohl sie die 77 überschritten haben, wurde die Altersbegrenzung symbolisch auf 99 Jahre erhöht.



Auch Nichtstun ist erlaubt

Während Manons Workshopteilnehmerinnen Frauenbiografien entwickeln, befasst sich eine andere Tagungsgruppe unter Leitung der Journalistin Klara Obermüller mit dem beruflichen Rollenverlust und mit der Frage «Wer möchte ich nach der Pensionierung sein?». Eine weitere Gruppe diskutiert Denkanstösse von Judith Giovannelli-Blocher zu sozialen Aspekten des Älterwerdens und zu Möglichkeiten, sich in der Freiwilligenarbeit zu engagieren. Um Fragen der körperlichen und geistig-seelischen Beweglichkeit gehts im Workshop der Bewegungspädagogin Christine Wieland. Und eine selbst initiierte Gruppe entwickelt Ideen zum Thema «Wohnen im Alter».

«Es ist nicht wichtig, was wir tun im Alter, sondern dass wir etwas gerne tun», zieht eine Teilnehmerin ihr Fazit aus der Impulstagung 2005. Dass man sich aber auch Zeiten des Nichtstuns und des Rückzugs gönnen darf, zeigten verschiedene Voten im Plenum. Für die Organisatorinnen allerdings steht nur eine kurze Pause an. Im März beginnt für sie wieder das Planen. Auf Frauen, die Erfahrung und Wissen weitergeben und Denkanstösse vermitteln, kann unsere Gesellschaft nicht verzichten. ■



Frauenpower: Gemeinsam über das Älterwerden nachdenken – gemeinsam mit Verwandlungskünstlerin Manon (Bild Mitte) und Publizistin Klara Obermüller (unten).