

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung

**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz

**Band:** 87 (2009)

**Heft:** 11

**Artikel:** Abschied mit Blumen

**Autor:** Keel, Gallus

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-725632>

### 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:** 31.01.2026

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

# Abschied mit Blumen

«Alles ist offen – und das ist spannend!» Ruth Friedrich freut sich an der Schwelle zur Pensionierung auf ihre nachberufliche Zukunft. Die 64-Jährige gibt sich weitsichtig, hütet sich aber, alles bereits zu verplanen.

Von Gallus Keel

«Noch 30 Schritte, und Sie sind im Paradies», wird in Riesenlettern auf dem Parkplatz versprochen. Das Gartencenter und die Baumschule Zulauf in Schinznach-Dorf gehören zu den grössten in der Schweiz. Vom Samen über den Bonsai bis zum ausgewachsenen Baum ist hier alles zu haben, ganz zu schweigen von dem, was sonst nützlich oder zierlich sein kann in Garten und Park. Viele der Baumschulpflanzen, die Coop und Migros anbieten, kommen aus dieser «grünen Quelle». Das Gelände ist so gross, dass es sogar Platz gibt für eine Nostalgiebahn mit Dampf- und Dieselloks sowie vier Kilometer Schiene.

Dieses Paradies wird Ruth Friedrich heute für immer verlassen. Ihren Job hinter den Kulissen im Engros-Verkauf gibt sie auf, sie geht in Pension. Pflichtbewusst, wie die 64-Jährige ist, wird sie auch am letzten Arbeitstag nicht weniger geschäftig sein als an den früheren. «Natürlich will ich alles in Ordnung hinterlassen», hat sie sich vorgenommen. Sie zählt die Stunden nicht, den Countdown übernimmt ein Kollege: «Ruth, nur noch drei Stunden!»

Um 17 Uhr ist es so weit. Mit lobenden und herzlichen Worten verabschiedet sie der direkte Vorgesetzte. Sie wird überrascht mit zwei Gutscheinen für Salto Natale und einer Riesenportion Schoggigenüssen. Und natürlich geht es in einem Gartencenter nicht ohne Blumenpracht. Sie nimmt einen gewaltigen Strauss in Empfang. Sie habe den letzten Arbeitstag ohne Wehmut, aber in grosser Dankbarkeit beendet und den Apéro mit den ihr lieb gewordenen Leuten sehr genossen, sagt sie später.

«Mein erstes Wochenende <danach> habe ich im vollen Bewusstsein des Dürfens und Nichtmehr-Müssens begonnen», erzählt Ruth Friedrich begeistert. Sie freut sich auf den dritten Lebensabschnitt, «der Zeitpunkt ist optimal». Sie, die seit 30 Jahren im Baumschulgewerbe tätig war, stört es, wie die Pflanzen mit den schönen lateinischen Namen immer mehr zu Nummern werden. Und diese zu lesen, überfordert zunehmend ihre Augen. Eine Operation wegen Grauen Stars steht schon bevor.

Gemeinsam mit ihrem Bruder, der sie zum Mitmachen animierte, hat die diplomierte Direktionssekretärin in Winterthur an einem zweieinhalbtägigen Pensionierungsseminar von AvantAge teilgenommen. Es ging dabei um verschiedenste Aspekte der Pensionierung: von Geld über Wohnen bis zu Freizeit und Gesundheit. «Zuerst zögerte ich, zumal das Seminar 750 Franken kostet, heute aber bereue ich es nicht. Ich bekam echte Denkanstösse. Ich bin überzeugt, dass ich die Kursunterlagen in den nächsten Monaten hervorholen und mir meine neue Tagesstruktur erarbeiten werde.»

Darauf freue sie sich, das sei kreativ. «Wenn ich bisher von der Arbeit nach Hause kam, gab es wenig zu überlegen. Vielfach waren die Abende besetzt, und es reichte gerade noch für die Pflichtaufgaben eines Haushalts.»

Ruth Friedrich lebt seit sechs Jahren getrennt, ist seit einem Jahr geschieden und hat einen Sohn. Wird sie bald Grossmutter? Das werde noch etwas dauern, sagt sie und lacht.

Die frischgebackene Pensionierte hat bisher ein «Doppel Leben» mit zwei Haushalten geführt: eine kleine Wohnung in Schinznach, wo sie die Woche über wohnte und die sie nun auflöst, sowie ihre Hauptwohnung im zürcherischen Stammheim. Abschied nehmen muss sie auch vom Pistolenclub Villnachern. Sie wird fortan wieder in Stammheim auf die 25- und die 50-Meter-Scheibe schießen. «Solange die Augen noch mittun», fügt sie an.

Dann gibt es da aber auch ihr Interesse für die Theologie. Bibel, Spuren des Christlichen, Ethik, Religionswissenschaft – das sind einige der vielen Themen, mit denen sie sich in den nächsten drei Jahren einmal pro Woche auseinandersetzen wird. «Frühere Teilnehmer schwärmen von diesem Evangelischen Theologiekurs», verrät sie. Viel Zeit soll künftig aber auch für soziale Kontakte bleiben. Wandern will sie auch wieder mehr, gerne auch ganz allein, und ein Velo kaufen. Dann und wann gehört auch eine Reise dazu, findet sie. Einen grossen Traum habe sie sich schon erfüllt: Sie war zum ersten Mal in der Wüste. Und vielleicht kämen ja weitere Wünsche zum Vorschein, die im Alltag zugedeckt worden seien.



## Grün, grün, grün

Die Firma Zulauf AG in Schinznach-Dorf AG ist aus einer kleinen Landgärtnerei entstanden, heute wird das Unternehmen in vierter Generation geführt. Die Baumschule mit vier Millionen Pflanzen hat eine Fläche von 30 ha, die Gewächshäuser umfassen 3,2 ha. Vom 2 ha grossen Gartencenter (Pflanzen, Werkzeug, Zubehör) sind 0,9 ha überdacht. Es verfügt über ein Café und einen gedeckten Kinderspielplatz. Inklusive Standort Liestal bietet das Unternehmen ungefähr 100 Vollzeitstellen. Eine Rundfahrt mit der nostalgischen Dampfbahn durch das Gelände dauert etwa 25 Minuten. Mehr unter [www.zulaufquelle.ch](http://www.zulaufquelle.ch) oder bei Zulauf AG, 5107 Schinznach-Dorf, Telefon 056 463 6262.



Vorerst aber muss die Stammheimerin noch einiges erledigen. Allein schon weil beide Eltern dieses Jahr gestorben sind, gibt es viel zu regeln. Und sie ist überzeugt, dass auch «neue Aufgaben mich finden werden». Den Wecker wird sie fortan nur noch selten stellen. «Ich habe immer um 6.45 Uhr zu arbeiten begonnen. Für eine ältere Frau ist das nicht mehr ideal», sagt sie schmunzelnd. Sie sei kein Morgenmensch, und in Zukunft werde ihr Tag vermutlich nicht mehr so früh beginnen.

Und das Finanzielle? Ruth Friedrich hat bereits ein Jahr lang eine AHV-Rente bezogen. Weil sie einem Jahrgang mit Übergangsregelung angehört, war das sinnvoll. Sie will bald alle ihre Ausgaben überprüfen. Weil sie schon lange eine Buchhaltung führt und bereits als Jugendliche jeweils ein Budget erstellt hat, wird sie sehr schnell sehen, wo sich Einsparungen aufdrängen. Sind die Renten die einzigen Einkünfte, muss da und dort eine Ausgabe gekürzt werden. «Aber ich habe gelernt, dass man viel bewusster lebt, wenn man sich an ein Budget hält.»

Ruth Friedrich will auch nach ihrem Abschied vom Gartencenter nach den rosigen Seiten des Lebens Ausschau halten.

Eine Schwierigkeit, der sich viele Neopensionierte plötzlich und unerwartet ausgesetzt sehen, betrifft den Lebenspartner, von dem man eigentlich am wenigsten Probleme erwartet. Das tagelange «Aufeinanderhocken» kann nämlich für viele schnell Frust und Aggressionen wecken, wenn nicht dafür gesorgt wird, dass beide weiterhin auch individuelle Wege gehen, ihr eigenes Hobby und eigene Freundschaften pflegen. Diese Sorge, beengt zu werden, hat Ruth Friedrich als Single nicht, sie glaubt aber, dass es eine Kehrseite gibt. «Ich muss mich immer ganz allein motivieren und mir einen Tritt geben», erklärt sie.

Doch wer weiß schon, wie lange sie allein bleiben wird. Mit ihrem Leitspruch wird die 64-Jährige bestimmt immer wieder Menschen für sich gewinnen: «Er ist heiter und charmant, der wohlverdiente Ruhestand. Zudem gesellig, kreativ, kurzweilig, intensiv...» Wenn sie dann doch einmal Trübsal blasen und in ein Loch fallen sollte, das wisst sie genau, «bin ich anderntags wieder draussen». Man glaubt es ihr sofort.

## **Eine Fachstelle, die mit ihren Informationen das Älterwerden wesentlich einfacher macht**

AvantAge ist die Fachstelle Alter und Arbeit von Pro Senectute Bern und Zürich. Mit ihren attraktiven Seminaren will sie gesundes Älterwerden rund ums Berufsleben ermöglichen: von der Berufsmitte bis zur Pensionierung – und darüber hinaus! Sehr gefragt sind die Seminare zur Vor-

bereitung auf die Pensionierung, die sowohl von Firmen wie auch Privatpersonen beansprucht werden. Für die Standortbestimmung danach gibt es Nachpensionierungskurse («Mit 66 Jahren»). Ein Netz von ausgewiesenen Fachkräften sorgt für aktuellstes Wissen. So gelingt es, die

Potenziale der neuen Lebensabschnitte voll auszuschöpfen. Mehr unter [www.avantage.ch](http://www.avantage.ch)

**avantage**   
Ein Service der Pro Senectute