

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 88 (2010)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Wege zur Hilfe. Teil 2, "Nie hätte ich gedacht, einmal Hilfe zu brauchen"  
**Autor:** Mezger, Martin  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-724047>

#### **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:** 14.02.2026

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

# «Nie hätte ich gedacht, einmal Hilfe zu brauchen»

«Älterwerden ist kein Zuckerlecken», hat der Dichter Gerhard Meier geschrieben. Viele ältere Menschen machen die Erfahrung, dass das stimmt. In einer fünfteiligen Serie beschreibt Altersexperte Martin Mezger belastende Lebenssituationen – und hoffnungsvolle Auswege.

Peter Hugentobler (79) hat vor letztes Jahr seine Frau verloren. Die Zeit vor ihrem Tod war sehr schwierig, denn sie konnte nach einem schlecht verheilten Schenkelhalsbruch kaum mehr ausser Haus gehen. Und dann kam noch so manches dazu... Die gesundheitlichen Dämme brachen. Die Spitex-Pflegefachfrau war fast täglich da.

Vieles im kleinen Haushalt musste von Peter Hugentobler besorgt werden. Aber er hat nur das Nötigste erledigt. Lieber ging er nach draussen: Einkäufe machen, in der Stammbeiz Kollegen treffen. Neben dem Zustand seiner Frau, neben dem Chaos im Haushalt plagten ihn weitere Sorgen. Vor Jahren hatte er seinem Sohn hundertzwanzigtausend Franken geliehen, damit dieser ein Restaurant eröffnen konnte. Der Betrag stammte vom Pensionskassenkapital, das er sich seinerzeit teilweise ausbezahlt liess.

Die Sache mit dem Restaurant ging nicht lange gut. Der Sohn war bald pleite und das Geld weg. Seither liess sich der Junior nicht mehr blicken. Das Ehepaar Hugentobler lebte von der AHV und der kleinen Rente. Das restliche Vermögen war in den letzten Jahren stark geschrumpft. Immer wieder wurde eine Rechnung auf die lange Bank geschoben.

Nach dem Tod seiner Frau lässt sich Peter Hugentobler gehen. Er isst nicht mehr richtig, sitzt tageweise herum, pflegt sich nicht mehr, auch in der Stammbeiz lässt er sich nicht mehr blicken. Die Rechnungen bleiben noch häufiger liegen als früher. Das wenige Geld, über das er verfügt, gibt er trotzdem aus. Der Alkohol spielt eine immer grössere Rolle. Bald häufen sich die Mahnungen.

Die Nachbarn merken, dass mit Peter Hugentobler etwas nicht mehr stimmt. Sie benachrichtigen die Sozialarbeiterin der Gemeinde. Diese besucht ihn. Glücklicherweise erwischt sie ihn in einem günstigen Moment. Er lässt sie herein und ist froh, dass er reden kann. Die erfahrene Sozialarbeiterin sieht, dass Peter Hugentobler auf zwei Ebenen Hilfe braucht: Er muss persönlich wieder Boden unter die Füsse bekommen – und er muss aus der Schuldensfalle herausfinden. Ganz rasch müssen die Krankenversicherungsprämien bezahlt werden, sonst kommt es zum Leistungsstopp.

Was der Sozialarbeiterin speziell Sorgen macht, ist die Tatsache, dass Peter Hugentobler noch länger keine Ergänzungsleistungen bekommen kann, da ihm das Geld, das er dem Sohn gegeben hat, angerechnet wird. Sie wird einige

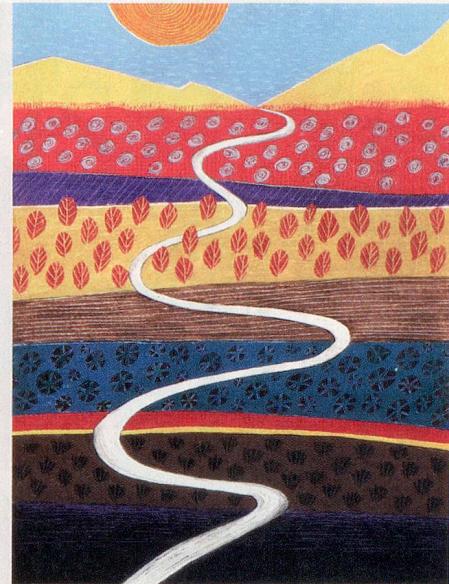


Illustration: Karin Negale

Gesuche abfassen, um Unterstützung bei der Schuldentilgung zu finden. Aufgrund ihrer Erfahrung ist sie zuversichtlich, dass das klappt.

Peter Hugentobler schämt sich, dass es so weit gekommen ist. Er sagt: «Nie hätte ich gedacht, einmal Hilfe zu brauchen.» Dass ihm die Sozialarbeiterin versprochen hat, ihn in den nächsten Monaten zu begleiten, tut ihm gut. Wenn er mit ihr redet, fühlt er sich nicht mehr so verlassen. Der Alkohol verliert etwas an Bedeutung. Und er spürt, dass es für ihn doch noch einen Ausweg gibt.

Peter Hugentobler heisst in Wirklichkeit anders. Aber es gibt ihn. Menschen wie ihm begegne ich in meiner beruflichen Tätigkeit immer wieder. Sein Beispiel zeigt, was passieren kann, wenn man ungünstige Entscheidungen trifft (Übergabe der finanziellen Reserven an den Sohn) – und wenn man sich gehen lässt. Er hat zu lange gewartet, bis er Hilfe in Anspruch genommen hat. Sein Beispiel soll Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, den Anstoss geben, nicht zu lange zu warten, wenn Sie nicht mehr weiterwissen.

Martin Mezger (61) ist Theologe und hat viel Erfahrung im Altersbereich. Er leitet die Hatt-Bucher-Stiftung sowie die focusALTER GmbH, die Organisationen und Einzelpersonen berät.

## Wo Sie in schwierigen Situationen Hilfe finden können

2010 ist das Europäische Jahr zur Bekämpfung von Armut und sozialer Ausgrenzung. Ältere Menschen, die Unterstützung und Hilfe brauchen, können sich an Pro Senectute (die entsprechenden Adressen finden Sie vorne in dieser Zeitlupe), aber auch an die

Kirchengemeinden, die Spitex oder an den Sozialdienst der Gemeinde wenden. Via Sozialberatung lassen sich zudem finanzielle Probleme lösen, sollten solche auftreten: beispielsweise mit Beiträgen von Pro Senectute oder der Hatt-Bucher-Stiftung.