Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 89 (2011)
Heft: 4

Artikel: Altersknigge. Teil 2, Rechtzeitig das Nötige einfädeln
Autor: Mezger, Martin
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-723493

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: 09.12.2025

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

Rechtzeitig das Nötige einfädeln

Erledigen, was man erledigen muss: Das gilt auch im Alter. In einer fünfteiligen Serie beschäftigt sich Altersexperte Martin Mezger mit dem «Knigge». Der Begriff ist mit einem Augenzwinkern gemeint. Nicht um neue Zwänge geht es, sondern um Tipps.

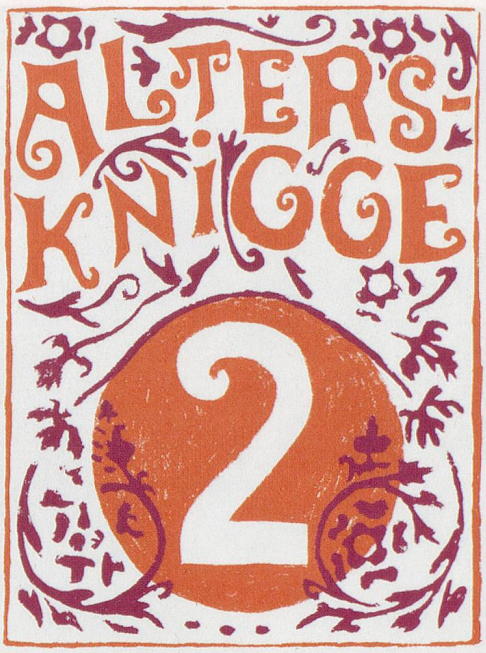

Illustration: Tina Good

Vor Esther Hofstetter (Namen geändert) habe ich eine grosse Achtung. Seit über zwanzig Jahren lebt sie allein in einem kleinen Reiheneinfamilienhaus in der Umgebung von Olten. Ihr Ehemann ist relativ früh verstorben. Kinder hat sie keine. Heute ist sie 88 Jahre alt.

Esther ist eine «gwehrige» alte Dame. Wobei: Als «Dame» würde sie sich nie bezeichnen. Sie ist in einfachen Verhältnissen aufgewachsen, arbeitet gern im Garten, liebt ihre Katzen. Auf Äusseres gibt sie nicht so viel. Es ist ihr wichtig, ihr Häuschen und dessen Umgebung in Ordnung zu halten. Gelegentlich gönnt sie sich mit zwei Freundinnen einen kleinen Ausflug, ins Engadin beispielsweise oder auf die Rigi.

Vor drei Jahren gab sich Esther Hofstetter einen Ruck. Sie dachte nüchtern über ihre Lebenssituation nach und sagte sich: Es muss etwas geschehen, bevor etwas geschieht. Da und dort in ihrer Umgebung konnte sie beobachten, dass ältere Personen durch einen gesundheitlichen Einbruch von einem Tag auf den anderen nicht mehr in der Lage waren, ihre Angelegenheiten selbst zu besorgen. Bei anderen kam die Veränderung schleichend: Wenn man genau hinschaute, sah man, dass sie nach und nach die Zügel schleifen liessen und nicht mehr richtig für sich sorgten. So nicht, dachte sich Esther.

Gleichwohl war es mit dem Ruck nicht so einfach. Da gab es nämlich noch eine andere Stimme in ihr, die sagte: Du bist noch so gut zwäg. Du kommst seit vielen Jahren gut allein zurecht. Du willst doch nicht, dass andere dir jetzt plötzlich dreinreden. Es war ein richtiger Kampf. Doch dann entschied sich Esther Hofstetter. Ich unternehme etwas, sagte sie sich: Gerade, weil ich noch mag, gerade, weil ich noch selbst entscheiden kann.

Aber was unternehmen? Sie wusste: Man braucht jemanden, der notfalls für einen handeln und Entscheidungen treffen kann. Jemanden, der sich auskennt mit Behörden und Banken. Das kann aber nicht irgendjemand sein, es braucht Vertrauen. Die nächsten Wochen waren davon bestimmt, dass Esther ihre Gedanken durch ihre Verwandtschaft und Bekanntschaft wandern liess. Wen fragen? Da kam ihr die Frau eines Neffen in den Sinn. Die arbeitete bei einer Bank und engagierte sich in der Kirchgemeinde. Könnte sie die Richtige sein? Wirklich gut kannten sie sich nicht. Esther Hofstetter fasste sich ein Herz und rief an.

Sehr viel musste sie gar nicht erklären. Ruth, die Frau des Neffen, sagte Ja. Ja, sie komme gern zu einem Gespräch. Dann ging es schnell. Die beiden trafen sich zum Tee und fanden sich. Und dadurch, dass Esther Hofstetter ihre Situation schnörkellos darlegte, kam man rasch zur Sache. Ruth verstand. Und da sie die Tante ihres Mannes mochte, sagte sie zu.

Auf das nächste Treffen bereiteten sich Esther und Ruth gut vor. Sie hatten ein richtiges kleines Programm: Patientenverfügung, Bankvollmacht, Vorsorgeauftrag, Testament – und viele Alltagsdinge… Es brauchte etwas Mut, aber Ruth stellte Esther klare Fragen: Was soll ich für dich übernehmen? In welchem Zeitpunkt? Was ist mit dem Haus? Auf welcher Bank liegt dein Geld? Wer ist dein Hausarzt? In welches Altersheim möchtest du, wenn du einmal nicht mehr selbstständig wohnen kannst? Hast du spezielle Wünsche für deine Beerdigung? Viele Fragen… Aber es ging ganz «ring». Als die Fragen einmal auf dem Tisch waren, fiel es Esther Hofstetter nicht schwer, ihre Angelegenheiten offenzulegen, ihre Wünsche zu benennen, die nötigen Papiere zu unterschreiben. Sie betonte: Alles ist nur für den Notfall, gell. Natürlich, lachte Ruth, ich will dich doch nicht entmündigen.

Hinterher empfand Esther eine riesige Erleichterung. Sie sorgt jetzt wie bisher für alles selbst, aber sie weiss: Sollte etwas sein, ist vorgesorgt. Gelegentlich ruft Ruth an und fragt, wie es ihr gehe. Esther spürt: Da gibt es jetzt eine Beziehung. Das tut ihr gut.

Und in unseren «Knigge» tragen wir ein: Auch wenn man unangenehme Dinge gerne aufschiebt – es gibt «Hausaufgaben», die man erledigen muss, auch im Alter. Sonst bringt man sich selbst in Schwierigkeiten und bürdet seinen Nächsten eine Verantwortung auf, für die sie nicht gerüstet sind. Wer keine Person in seiner Bekanntschaft findet, die sich für eine solche Aufgabe eignet, kann sich an Pro Senectute wenden.

Martin Mezger (61) ist Theologe und Altersspezialist. Er ist Mitinhaber der focusALTER GmbH und leitet die Geschäfts- und Fachstelle der Hatt-Bucher-Stiftung.

Wo Sie Hilfe finden können: Ältere Menschen, die Unterstützung und Hilfe brauchen, können sich an Pro Senectute, aber auch an Kirchgemeinden, Spitex oder 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.