

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 90 (2012)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Pro Senectute : hier sind alle ganz Ohr  
**Autor:** Vollenwyder, Usch  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-723960>

### **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](#)

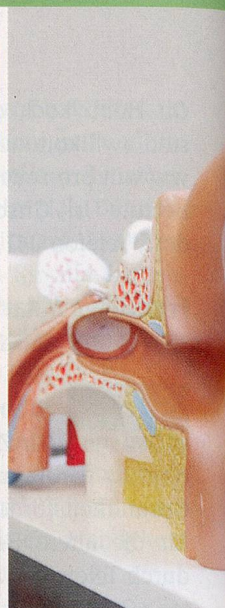
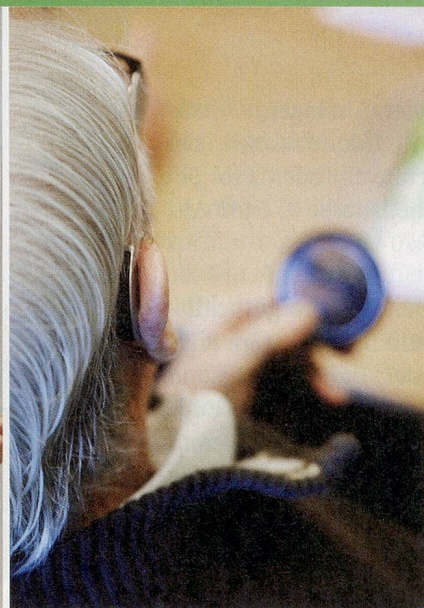
**Download PDF:** 17.01.2026

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





Audioagogin Edith Loretan erklärt den Kursteilnehmenden, wie sie durch die Beobachtung von Mundstellungen ihre Mitmenschen besser verstehen.



## Hier sind alle ganz Ohr

Hörprobleme erschweren die alltägliche Verständigung und mindern die Lebensqualität. Der Kurs «Sich verstehen» von Pro Senectute Oberwallis hilft Betroffenen, ihr Gehör und neue Verständigungsstrategien zu trainieren. Dabei können auch die Augen mithelfen.

Ein Esel hat lange Ohren.» Lautlos aber deutlich formt Beatrice den Satz im Dialekt: «Än Eschil het längi Ohrini.» Paula versucht, ihn ihrer Tischnachbarin von den Lippen abzulesen. Das ist nicht ganz einfach, obwohl zu Beginn der Lektion die Audioagogin Edith Loretan – «früher wurden wir Schwerhörigenlehrerinnen genannt» – anhand von Fotos auf die Mundstellung bei der Bildung des «O» hingewiesen hat: Leicht geöffnet und schön rund müssten sich die Lippen dabei präsentieren.

Ganz im Gegensatz zum «U»: «Da schieben sich die Lippen nach vorne, der Mund wird spitzer, und um ihn herum bilden sich Fältchen.»

In einem Spiegelchen beobachten die Kursteilnehmenden die Stellung ihrer Lippen. Wie sehen sie aus, wenn sie ein «U» formen? Wie, wenn sie ein «O» bilden? Danach spricht Edith Loretan lautlos Wörter vor, aus denen die Teilnehmenden die Vokale heraushören müssen: Aare, Ohren oder Uhren? Moor, «Muur» oder mir? Einzelne Wörter seien viel einfacher von den Lippen abzulesen als ganze Sät-

ze, sind sich die Anwesenden einig, die diese Übung problemlos schaffen.

«Sich verstehen, trotz Hörminderung oder Schwerhörigkeit» heisst der Kurs, den Pro Senectute Oberwallis an sechs Vormittagen in Visp anbietet. Als sinnvolle Ergänzung zum Hörgerät oder anderen Hörhilfen soll er dazu beitragen, Verständigungsschwierigkeiten auf ein Minimum zu reduzieren und so die Lebensqualität zu heben. Verständigungsschwierigkeiten kennen alle – und sie machen ihnen Mühe. Selbst ihr Enkelkind habe es bereits bemerkt: «Gäll, Nani, du gheresch nimmä güät», erzählt Margrit. Sie fühle sich unsicher, wenn sie ständig nachfragen müsse, was gesagt worden sei: «Dann ziehe ich mich lieber zurück und schweige.»

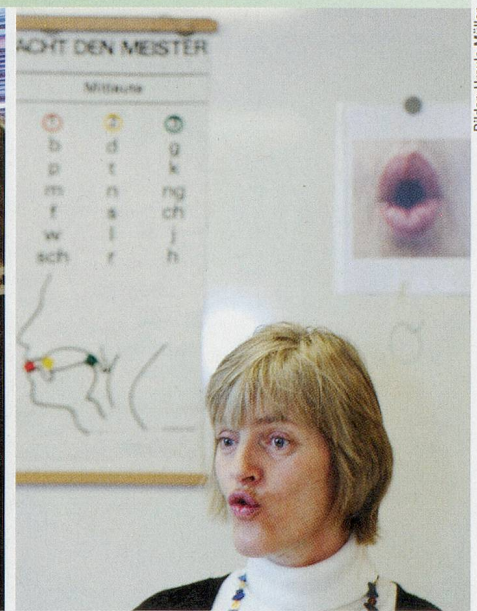
### Offenes Kommunizieren

Das lässt Edith Loretan nicht gelten. Sie macht Mut: «Arbeitet an eurem Selbstvertrauen! Fragt nach, bittet darum, dass deutlicher und langsamer gesprochen oder ein anderes Wort verwendet wird.» Das brauche «Courage», sagt Margrit.

Die anderen stimmen ihr zu. Gerade in Gesellschaft sei es schwierig, zu seinen Hörproblemen zu stehen und ständig darauf aufmerksam machen zu müssen. Deshalb stehen auf dem Kursprogramm nicht nur Übungen zur besseren Wahrnehmung und Artikulation, zu Wortschatz und Ausdrucksweise oder zu Merkfähigkeit und Sprachmodulation. Vielmehr will die erfahrene Audioagogin auch Tipps und Kompetenzen vermitteln, wie mit einer Hörbehinderung umgegangen werden kann.

Früher habe er sein Gegenüber entweder verstanden oder aber mit einem lauten «He?» nachgefragt, erzählt Bruno. Heute schaue er dem Gesprächspartner ins Gesicht, folge seinen Lippenbewegungen und versuche, den Zusammenhang zu erfassen – das helfe viel zum besseren Verständnis. Den Kurs hatte er in «Alter Aktiv», der täglichen Rubrik von Pro Senectute, im Walliser Boten ausgeschrieben gesehen. Der Achtzigjährige trägt zurzeit sein zweites Hörgerät zur Probe. Seine Frau Paula äussert sich ebenfalls lobend über den Kurs und





Bilder: Ursula Müller

die Leiterin: «Mir helfen die vielen kleinen Tricks. Früher habe ich mit Bruno laut geschrien. Jetzt weiss ich, dass ich nicht lauter, sondern vor allem langsamer und deutlicher sprechen muss.»

Am Modell eines Ohrs auf dem Tisch erklärt Edith Loretan den Hörvorgang. Die Ohrmuschel fungiere dabei wie ein Trichter, der die Schallwellen aufnehme und sie via Gehörgang auf das Trommelfell leite. Sorgfältig nimmt sie das Modell auseinander und zeigt auf die winzigen Knöchelchen des Mittelohrs: «Hammer, Amboss und Steigbügel übertragen den Schall auf das Innenohr.» Die Audioagodin folgt mit dem Zeigefinger den Bogengängen, der Hörschnecke und dem Hörnerv, der vom Innenohr weg und ins Gehirn führt, wo die Informationen schliesslich verarbeitet werden.

den. Die Altersschwerhörigkeit sei ein Alterungsprozess, der bei fast jedem Menschen irgendwann in der zweiten Lebenshälfte einsetze und in der Regel beide Ohren betreffe, erklärt Edith Loretan. «Zuerst werden die hohen Töne nicht mehr gehört. Dann wird es zunehmend schwieriger, sich in einer lauten Umgebung zu verständigen.» Ab einem bestimmten Punkt des Hörverlusts könnten Betroffene schliesslich kaum noch an einem Gespräch teilnehmen. Oft genug sei der soziale Rückzug die Folge.

Das frühere Hörvermögen lässt sich nicht wieder herstellen. Jedoch gibt es Möglichkeiten, den Hörverlust auszugleichen. Edith Loretan rät, mit einem Hörgerät nicht zu lange zuzuwarten. Nicht nur, weil man sich in einer früheren Phase besser daran gewöhnt. Das

Gehirn würde nämlich Laute, die es nicht mehr hört, verlernen. Ein Teufelskreis beginne: «Wer nicht mehr richtig hört, spricht mit der Zeit auch immer weniger deutlich – und die Verständigung wird noch schwieriger.»

## Übung hilft beim Hören

Nach der Pause ist Hörtraining angesagt. Dabei soll das Ohr geschult werden, auf verschiedene Laute und Geräusche zu achten, bewusst hinzuhören und das Gehörte in einen Zusammenhang zu bringen. Für Beatrice ist das besonders wichtig. Sie trägt seit ihrem zehnten Altersjahr ein Hörgerät. Nach einem kürzlich erfolgten Hörsturz hat sich ihr Gehör noch einmal verschlechtert. Vom Hausarzt wurde sie auf die Verständigungskurse von pro audito schweiz, der Organisation von Menschen mit Hörproblemen, verwiesen: «Ich übe, damit nicht auch noch der letzte Gehörrest verloren geht.»

Zum Schluss stellt Edith Loretan eine Höraufgabe. Ganz still wird es im Raum, als ab Tonband verschiedene Geräusche ertönen. War da tatsächlich Hundegebell zu hören? Die Teilnehmenden nicken. Schwieriger wird es bei der Meeresbrandung. So könnten auch durchfahrende Autos auf einer Autobahn tönen. Der ankommende Zug in einem Bahnhof wird sofort erkannt, die Ansage auf einem Flughafen hingegen ist nicht einfach zu erkennen. Und ganz vertraut in den Ohren der Teilnehmenden ist das abschliessende Kirchengeläut. Usch Vollenwyder

## Weitere Informationen

Seit 1929 ist Pro Senectute im Wallis tätig. War sie zu Beginn vor allem in der Sozialberatung und Unterstützung aktiv, hat sich daraus in den letzten Jahrzehnten eine vielfältige Palette von Dienstleistungen und Aktivitäten entwickelt. Eine grosse Herausforderung sind einerseits die unterschiedlichen Lebensumstände (vom Bergdorf bis zur Kleinstadt) und andererseits die Zweisprachigkeit im Kanton.

Das Angebot von Pro Senectute Oberwallis richtet sich nach den Schwerpunkten «sich informieren, sich bilden, sich treffen und sich bewegen». Dabei kann das Mitarbeiterteam auf mehr als 250 Freiwillige und die gute Zusammenarbeit mit öffentlichen Institutionen und anderen Organisationen zählen. Kontakt: Pro Senectute Oberwallis, Überbielstrasse 10, 3930 Visp, Telefon 027 948 48 50 oder 027 948 48 51, Mail [ow@vs.pro-senectute.ch](mailto:ow@vs.pro-senectute.ch), Internet [www.vs.pro-senectute.ch](http://www.vs.pro-senectute.ch) (deutsch und französisch).

Die Adresse von Pro Senectute in Ihrer Nähe finden Sie vorne in diesem Heft oder im Internet unter der Adresse [www.pro-senectute.ch](http://www.pro-senectute.ch)