

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 92 (2014)
Heft: 5

Artikel: Aufbruch im Herbst des Lebens
Autor: Vollenwyder, Usch
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1078321>

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: 05.04.2026

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

«It's destiny» – «es ist Gottes Fügung»: Heidi und Hans Wiesendanger haben im Herbst ihres Lebens die grosse Liebe gefunden.



Aufbruch im Herbst des Lebens

Mit über achtzig den Aufbruch wagen – zur lang erträumten Reise, zu neuen Aufgaben und Hobbys oder in eine neue Liebe. Zum Wonnemonat Mai porträtiert die Zeitlupe zwei Paare, die sich im Alter noch einmal auf eine Beziehung eingelassen haben.

Von Usch Vollenwyder,
mit Bildern von Ursula Müller

Helmut Schmidt, der ehemalige deutsche Bundeskanzler und unvergessene Krisenmanager während der Hamburger Sturmflut 1962, war 68 Jahre lang mit Loki verheiratet. Jahrzehntlang gehörte das Paar zur deutschen Geschichte. «Ohne den jeweils anderen waren beide nicht denkbar», schrieb das Magazin «Der Spiegel» vor zwei Jahren. Im Oktober 2010 starb Loki Schmidt im Alter von 91 Jahren. Zwei Jahre später gab der Altbundeskanzler die Beziehung zu seiner langjährigen Sekretärin und engen Vertrauten Ruth Loah (81) bekannt:

«Eine selbstverständliche Entwicklung», sagte der heute 95-jährige frühere SPD-Politiker in einer Fernseh-Talkshow.

Auch Hans (83) und Heidi Wiesendanger (77) kannten sich schon lange – wenn auch nur über ihre regelmässige Weihnachtspost: Jahr für Jahr hatte Hans Wiesendanger aus dem sonnigen Kalifornien seiner Familie zu Weihnachten eine Karte in die Schweiz geschrieben. Und jedes Jahr schrieb Heidi Eigenheer dem entfernten Verwandten ihres Mannes gute Neujahrswünsche zurück. Ein halbes Jahrhundert lang. Als

25-Jähriger war Hans Wiesendanger 1956 in die USA ausgewandert, zunächst nach Hawaii und später nach San Francisco, wo er im Auftrag der Universität von Kalifornien eine grosse Buchbinderei führte. Er lernte Elizabeth kennen, heiratete 1959, bekam zwei Söhne, baute ein schönes Haus und machte beruflich Karriere: Amerika war ihm zur Heimat geworden.

Seiner Patin Ella, mit der er eng verbunden blieb, schickte Hans Wiesendanger mit der jährlichen Weihnachtskarte auch immer ein geflochtenes Körbchen mit Früchten, getrocknet in der Sonne Kaliforniens. Davon konnte Heidi Eigenheer, die Frau von Ellas jüngerem Bruder, bei der gemeinsamen Weihnachtsfeier jeweils kosten. Schon damals hätte sie «die Amerikaner» gern einmal persönlich kennengelernt. Doch bis dahin sollte es noch viele Jahre dauern – bis zum 28. August 2008, als Hans nach dem Tod seiner Frau zum ersten Mal wieder die Schweiz besuchte.

Sie trafen sich im Haus von Heidi in Möriken, im Kreis von Hans' Schwestern und Heidis Kindern. Nur einige Minuten konnten sie sich in der Küche alleine unterhalten – und waren sich sympathisch. Dann kehrte Hans in die USA zurück. Zu Weihnachten schrieb er eine Einladung: Im März sei es in Kalifornien wunderschön. Heidi hatte gerade den Mantel angezogen und wollte einkaufen gehen, als sie den Brief aus dem Kasten nahm und gleich öffnete. «Ich wusste von einer Sekunde auf die andere: Das mache ich.»

Noch am gleichen Tag buchte sie einen Flug nach San Francisco – sie, die nicht gewohnt war, allein zu reisen und nur wenig Englisch konnte. Und dann war es ganz einfach: Hans erwartete sie mit einer roten Rose am Flughafen. Am nächsten Morgen blieben die beiden am Frühstückstisch sitzen und redeten und redeten, als würden sie einander schon immer kennen. Sie erzählte vom plötzlichen Herztod ihres Mannes, er vom langen Sterben seiner Frau, zusammen bewältigten sie ihre Trauer.

Dann gingen sie zusammen spazieren. Die Vertrautheit und Seelenverwandtschaft, die sie dabei spürten, können sie kaum in Worte fas-

sen. «Ich habe mein zweites Ich gefunden», sagt Heidi Wiesendanger, «ich bin angekommen.» Er fühle unendliche Geborgenheit und Verbundenheit «in the bottom of our hearts», in der Tiefe unserer Herzen, ergänzt Hans Wiesendanger mit seinem leichten, aber unüberhörbaren amerikanischen Akzent. Ganz selbstverständlich genossen sie auch die körperliche Liebe – nicht mehr leidenschaftlich und feurig wie in jungen Jahren, dafür mit einer grossen Innigkeit und Zärtlichkeit.

«It's destiny», Schicksal, sagt Hans Wiesendanger. «Es ist Gottes Fügung», sagt Heidi Wiesendanger. Beide sind überzeugt, dass sie seit je füreinander bestimmt waren. Auch wenn sie noch nicht wussten, wie sie ihr gemeinsames Leben gestalten wollten. Keines konnte sich vorstellen, seine Heimat, Kinder und Enkelkinder zu verlassen. Und doch sagte Heidi «Ja», als ihr Hans am Telefon einen Heiratsantrag machte. Und dann war es Hans, der plötzlich wusste: «Ich muss zurück zu meinen Wurzeln, für unser Glück.» Am 26. Juni 2010 heirateten Hans und Heidi Wiesendanger in der Kirche von Möriken; Heidis Sohn führte seine Mutter vor den Altar an die Seite ihres zukünftigen Mannes. Es war ihnen ein Bedürfnis, ihre Liebe in Gottes Hand zu legen.

«Das vierte Alter» – so nennt die Altersforschung die Jahre über achtzig. Es lässt Raum für Rückschau und Abrundung, für Reife und Weisheit und bietet vielfach die Möglichkeit, ein letztes Mal zu neuen Ufern aufzubrechen – im Wissen, dass die verbleibende Zeit ein Geschenk ist, das sich nicht einfordern lässt. Vielen beschert es trotz altersbedingten Einschränkungen eine gute Zeit, bis irgendwann die fragile Lebensphase beginnt, in der man auf Hilfe und Unterstützung angewiesen ist. Diese letzte Phase kann sehr kurz, ein paar Wochen, Monate oder auch Jahre dauern. Sie hält sich nicht an das Lebensalter: Es gibt unter Siebzigjährige, die rundum auf Unterstützung angewiesen sind. Und es gibt über Hundertjährige, die immer noch autonom und selbstständig leben.

Noch vor wenigen Generationen erreichten die wenigsten Menschen ein so hohes Alter. Und diejenigen, die es erlebten, verfügten kaum über die körper-

lichen und geistigen Möglichkeiten, um noch einmal einen Aufbruch zu wagen – sei es in eine neue Beziehung, eine neue Umgebung, in neue Hobbys und Aktivitäten. Doch dann bewegten sich die Schweiz und mit ihr alle Industrienationen in Richtung «Gesellschaft des langen Lebens»: Dank verbesserter Hygiene, reichhaltigerem Ernährungsangebot und neuen medizinischen Errungenschaften werden die Menschen bis heute und auch in naher Zukunft immer älter – Frauen im Durchschnitt zurzeit etwas über 84, Männer etwas über 80 Jahre alt.

So kann die Zeit nach der Pensionierung heute gut und gern ein Drittel der gesamten Lebenszeit umfassen. Das durch die gestiegene Lebenserwartung gewonnene Zeitfenster ist neu – auf der individuellen Ebene ebenso wie auf der gesellschaftlichen. «Dieses Geschenk darf nicht unausgepackt liegen bleiben», sagt der St. Galler Soziologieprofessor und Buchautor Peter Gross. Er plädiert für eine sinnvolle Nutzung – für sich selber, für seine Umgebung, für die Gesellschaft. Die emeritierte Philosophieprofessorin Annemarie Pieper macht Mut: «Der Lebensabschnitt bietet noch einmal die Möglichkeit, eigenen Sehnsüchten und Träumen nachzugehen.» (Siehe Interview Seite 15.)

Dabei sind diese letzten Sehnsüchte und Träume so unterschiedlich wie die individuellen und einzigartigen Lebensgeschichten alter Menschen: Der eine träumt von einer Weltreise, die andere von einer neuen Partnerschaft. Der eine findet das Glück im täglichen Hundespaziergang und dem Werken ums Haus, die andere an der Seniorenuniversität oder Volkshochschule. Übereinstimmend zeigen alle Untersuchungen: Selbst mit körperlichen und materiellen Einschränkungen hat die überwiegende Mehrheit der alten Menschen in der Regel eine höhere Lebenszufriedenheit als Jüngere.

Annemarie Pieper mag den Ausdruck «Zufriedenheit»: «Er gefällt mir, weil darin das Wörtchen Frieden steckt. Man hat mit sich selber Frieden gemacht.» Für Annemarie Pieper gehört es zum Sinn des langen Lebens, zurückzuschauen und Bilanz zu ziehen, sich mit der Vergangenheit auseinanderzusetzen und wo nötig zu versöhnen: «Und akzeptieren, was war, das Gelungene und das Gescheiterte.» Zu einem geglückten Leben gehört für die Philosophin auch das Loslassen von dem, was man nicht mehr

Lesen Sie bitte weiter auf Seite 12

braucht und was sich ohnehin nicht festhalten lässt: «Dann ist man frei für alles, was dieser Lebensabschnitt noch bringen kann – vielleicht auch eine neue Partnerschaft.»

Wie bei Margrit Läubli: Die 86-jährige Kabarettistin hat sich ebenfalls noch einmal in eine Beziehung gewagt. Die Witwe des vor acht Jahren verstorbenen Cés Keiser, mit dem die Balletttänzerin während Jahrzehnten das Publikum auf kleinen und grossen Bühnen begeisterte, hat mit 82 Jahren ihren jetzigen Lebenspartner gefunden – den Zürcher Architekten Ernst Gisel (92). Dazu sagte die immer noch aktive Künstlerin in einem Interview: «Mein Leben hat mit Ernst wieder Farbe bekommen.»

Auch Hansruedi Fritscher (90) und Doris Wiesendanger (73) brachten Farbe in ihre langen Wochenenden, die sie nicht mehr allein verbringen wollten. Hansruedi Fritscher erinnert sich an den nasskalten Samstag im Januar vor einem Jahr. Er verträdelte seine Zeit am PC und stiess dabei auf das Sonderangebot einer Online-Partnervermittlungsplattform: Für

drei Tage konnten ihre Dienste gratis getestet werden. Er zögerte. Sollte er sein Profil ausfüllen? Abschicken? Einen Versuch wagen – und sich mit bald neunzig aller Wahrscheinlichkeit nach auf eine Enttäuschung einstellen?

Hansruedi Fritscher wagte es. Und schon zwanzig Minuten später hatte er mehrere Vorschläge auf seinem Computer. Unter ihnen auch die Anfrage einer 72-jährigen, attraktiven, 1,72 Meter grossen ehemaligen Direktionssekretärin.

«Hansruedis Beschreibung sprach mich an», erzählt Doris Wiesendanger. Sie lacht: «Trotz seines biblischen Alters.» Sie beschrieben sich beide als reisefreudig und mehrsprachig, mochten die gleiche Musik und liebten kulturelle Anlässe.

Trotzdem war die erste Begegnung in Olten – auf halbem Weg zwischen Biel und Zürich – eine Enttäuschung: Das Wetter war kalt und regnerisch, die gemütlichen Restaurants hatten geschlossen, die Gespräche verliefen harzig. Ein zweites Treffen würde es wohl nicht geben. Erst nach drei

Wochen meldete sich Doris wieder, und Hansruedi spürte, wie sehr er darauf gewartet hatte.

Mails flogen hin und her, Telefonanrufe folgten. Man kam sich näher und machte wieder einen Schritt zurück. Hansruedi Fritscher hatte noch nie eine so junge Partnerin gehabt, Doris Wiesendanger noch nie einen so alten Partner.

Schliesslich folgte das zweite Treffen – diesmal in Solothurn. Hansruedi zeigte Doris die historische Ambassadorsstadt an der Aare, in der St.-Ursen-Kathedrale zündete Doris eine Kerze an, in einem gemütlichen Restaurant in der Verenaschlucht gab es ein feines Mittagessen. Das erste, missratene Treffen war nicht mehr wichtig.

Jetzt erst begannen auch die gegenseitigen Besuche. Für beide ist klar, dass sie eine Wochenendbeziehung geniessen wollen. Hansruedi Fritscher ist wochentags mit seiner Männerloge der Odd Fellows beschäftigt, Doris Wiesendanger hütet am Zürichsee regelmässig ihre Enkelkinder und ist als Statistin bei



«Ich habe nie geglaubt, dass mir das noch einmal passieren könnte»: Für Doris Wiesendanger und Hansruedi Fritscher ist der achtsame Umgang miteinander wichtig.

Film- und Fernsehproduktionen tätig. Im letzten Sommer machten Hansruedi Fritscher und Doris Wiesendanger ihre erste gemeinsame Reise: eine Flussfahrt auf der Rhone. Die Doppelkabine mit wenig Platz war der Prüfstein für ihre Beziehung. «Ich spürte, es kommt gut», sagt Hansruedi Fritscher. Unumwunden gibt er zu, dass es für ihn, den Mann alter Schule, nicht immer einfach ist: «Ich war gewohnt, den Takt vorzugeben. Doris ist eigenständig und sagt, was sie will.»

Auch wenn sich das Paar über seine Zukunft keine grossen Gedanken macht: Beide wissen, dass ihre gemeinsame Zeit begrenzt ist. Ein achtsamer Umgang miteinander ist ihnen deshalb besonders wichtig. «Und wir lachen viel zusammen», sagt Doris Wiesendanger. Die Liebe im Alter sei anders, an Stelle der Sturm-und-Drang-Gefühle aus jungen Jahren treten Freundschaft und Vertrautheit. Beide sind dankbar für dieses Geschenk des Lebens: «Ich habe nie geglaubt, dass mir das noch einmal passieren könnte», sagt Hansruedi Fritscher. Die körperliche Nähe geniessen sie: «Hansruedi ist fit und sehr gepflegt», meint sie. Hansruedi Fritscher ist stolz auf die elegante Frau an seiner Seite. Eifersüchtig? Er schüttelt den Kopf. «Es bitzeli scho», sagt sie.

Radio SRF Musikwelle porträtiert vom Montag, 21., bis Freitag, 25. April, Menschen, die im hohen Alter nochmals einen Neuanfang gewagt haben. (Siehe Hinweis Seite 26.)

«Über 80 – unterschätzt?»

Unter diesem Thema lädt Pro Senectute Schweiz am 15. Mai 2014 zu einer nationalen Fachtagung ins Kongresshaus nach Biel ein. Mit renommierten Referentinnen und Referenten sowie in geführten Workshops soll der Blick auf das hohe Alter gerichtet werden. Die vielschichtigen Perspektiven und die Auswirkungen der Hochaltrigkeit für die Gesellschaft stehen dabei im Zentrum.

Weitere Informationen gibt es unter der Telefonnummer 044 283 89 89 oder im Internet unter www.pro-senectute.ch/nf2014

Interview mit Philosophieprofessorin Annemarie Pieper auf Seite 15

epitact®

IM TV GESEHEN

NEU



ERHÄLTlich IN APOTHEKEN

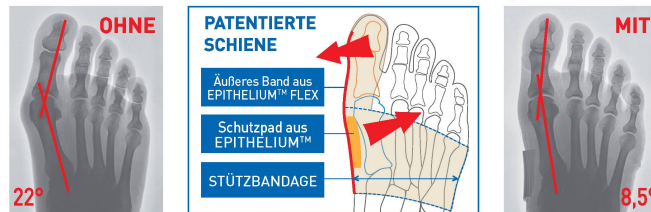
KORREKTURSCHIENE FÜR HALLUX VALGUS



Washbare und wiederverwendbare patentierte Schiene

Indikation: Die Korrekturschiene korrigiert und schränkt die Entwicklung des Hallux Valgus ein und lindert gleichzeitig Gelenkschmerzen. Sie passt sich leicht an jeden Schuh an und wirkt beim Laufen auf alle Faktoren ein, die die Fehlstellung verschlimmern.

AUF DIESEN RÖNTGENAUFNAHMEN KORRIGIERT DIE SCHIENE DIE FEHLSTELLUNG UM 13,5°



- Das **äußere Band aus Silikon mit EPITHELIUM™ FLEX** ermöglicht die Korrektur der Großzeh Fehlstellung. Es lindert ebenfalls die Schmerzen, indem es gleichzeitig den Druck auf die Extose (Hallux) absorbiert.
- Die enorm dünne **Stützbandage** und das **Gegendruck Schutzpad aus Epithelium™** unterstützen bei der Vorbeugung der Absenkung des Vorfußes.

Wie finden Sie die richtige Größe?

Messen sie den Umfang ihres Fußes unterhalb des Hallux Valgus. Siehe Abbildung.

Korrekturschiene für Hallux Valgus : 1 Stück
S Code: 5318304 M Code: 5318310 L Code: 5318327

Wenn Sie sich zwischen zwei Größen entscheiden müssen, wählen Sie die kleinere Ausführung

	S	20 ≤ O ≤ 21,5 cm
	M	21,5 < O ≤ 23 cm
	L	23 < O ≤ 24,5 cm

Sicherheitshinweis: Falls der Ballenzeh seitlich nicht mehr beweglich ist, darf die Schiene nicht verwendet werden.

SCHUTZ BEI HALLUX VALGUS



Wenn Ihr Ballenzeh nicht mehr beweglich ist, entscheiden Sie sich für den Schutz bei Hallux Valgus. Dieser patentierte Schutz integriert ein Schutzpad aus Epithelium 26®, das Druck und Reibung einschränkt. Dieser Schutz ist in der Maschine waschbar und kann über mehrere Monate hinweg täglich getragen werden (12 Monate durchschnittlich). Fein und diskret ist er in verschiedenen Größen verfügbar und passt sich allen Schuhen an.

Hallux Valgus Schutz : 1 Stück
S (< 24 cm*) Code: 3443850 M (24-27 cm*) Code: 3443867
L (> 27 cm*) Code: 3444246

*Fussumfang über den Hallux hinweg messen.

Erhältlich in Apotheken, Drogerien und spezialisierten Verkaufsstellen.

Vertrieb: F. Uhlmann-Eyraud SA - 1217 MEYRIN
www.uhlmann.ch - Email: epitact@uhlmann.ch