

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 93 (2015)
Heft: 11

Artikel: Pro Senectute : Hilfe im Alltag heisst auch Begleiten und Zuhören
Autor: Vollenwyder, Usch / Mazenauer, Rita / Lüthi-Uhland, Ursula
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1078937>

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: 18.11.2025

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

Hilfe im Alltag heisst auch Begleiten und Zuhören

Unterstützung beim wöchentlichen Haushaltkehr: Die Haushelferinnen Rita Mazenauer und Ursula Lüthi-Uhland erzählen Zeitlupe-Redaktorin Usch Vollenwyder von ihrem Sozialzeit-Engagement bei der Pro-Senectute-Regionalstelle Zürichsee-Linth.

Rita Mazenauer (63): 35 Jahre lang hatte ich in einem Buchhaltungsbüro mit Zahlen zu tun. Dann erlebte ich in den Ferien an einem Flughafen in Thailand einen Bombenanschlag. Wir standen am Gate und sahen, wie das Flugzeug explodierte und die Besatzung starb. Dieses Ereignis hat mich tief geprägt. Zum ersten Mal wurde mir bewusst, wie schnell das Leben vorbei sein kann. Ich hinterfragte meine Arbeit. Und ich realisierte: Ich möchte etwas Sinnvolles tun. So meldete ich mich beim Haushilfedienst der Pro-Senectute-Regionalstelle Zürichsee-Linth, die damals noch See und Gaster hiess.

Ursula Lüthi-Uhland (67): Ich komme auch aus einem kaufmännischen Beruf. Wegen der Tätigkeit meines Mannes zogen wir 1976 von Basel hierher nach Jona. Ich fühlte mich zuerst ein bisschen verlassen. So engagierte ich mich im Haushilfedienst von Pro Senectute und leistete meine Einsätze, während die Kinder in der Schule waren. Als sie grösser wurden, ging ich wieder auf meinen Beruf zurück und arbeitete während zehn Jahren in der Verwaltung des Pflegezentrums Meienberg. Danach legte ich eine Pause ein und meldete mich 1999 erneut bei Pro Senectute: Ich käme gern in den Haushilfedienst zurück.

R. M.: Ich wusste zunächst nicht, ob ich als Haushelferin überhaupt geeignet bin. Bis dahin hätte ich mir jedenfalls nie vorstellen können, dass ich einmal jemandem beim Putzen und Einkaufen helfen oder einfach da sein und zuhören würde! Mit der Zeit besuchte ich bis zu

zwölf Klientinnen und Klienten, Ehepaare oder Alleinstehende. Einige brauchten meine Hilfe ein oder zwei Mal in der Woche, andere vierzehntäglich oder monatlich. Zu vielen ergab sich eine gute, herzliche Beziehung – ich hatte wirklich eine sinnvolle Tätigkeit gefunden! Jetzt, nach elf Jahren, habe ich die Anstellung bei Pro Senectute gekündigt, um mein Pensionalter zu geniessen.

Anteilnahme und Verständnis sind zwei wichtige Voraussetzungen für eine Tätigkeit im Haushilfedienst.

U. L.: Da wir immer die gleichen Kundinnen und Kunden betreuen, können wir eine solche Beziehung überhaupt aufbauen. Das wird sehr geschätzt und gibt auch eine gewisse Sicherheit. Ich kam auch schon zu einem Einsatz, und die Kundin machte die Tür nicht auf. Ich informierte die Verwaltung und liess die Polizei kommen: Die betagte Frau lag seit zwei Tagen am Boden und war kurz vor dem Tod.

R. M.: Unsere Aufgabe ist es, nach Möglichkeit zusammen mit unserer Kundschaft den Wochenkehr zu machen: Putzen, betten, waschen, bügeln, flicken, einkaufen, ein Arztbesuch – oder was gerade ansteht. Die Leiterinnen Haushil-

fe, Clairelise Meyer und Emmy Widmer, gehen zuvor zu den Betroffenen heim und klären ihre Bedürfnisse ab. Diese melden sich selber bei Pro Senectute, manchmal sind es auch die Angehörigen, und oft ist es der Arzt oder die Spitex, die sie an unseren Haushilfedienst verweisen.

U. L.: Ich mag die Herausforderung, die diese Arbeit mit sich bringt. Jeder erste Einsatz ist ungewiss: Wie wirke ich? Werde ich akzeptiert oder abgelehnt? Man muss sich überlegen, wie man auf die betroffene Person zugeht. Viele ältere Menschen sind sehr offen und freuen sich, wenn man zu ihnen kommt. Andere sind verbittert. Doch wer einfach eine Putzfrau sucht, ist beim Haushilfedienst von Pro Senectute an der falschen Adresse. Dann muss er sich an ein Putzinstitut wenden.

R. M.: Ja, weil Anteil nehmen und Verständnis zeigen wichtige Voraussetzungen in unserer Tätigkeit sind. Ich hatte schon eine Klientin, da fühlte ich mich rundum aufgehoben! Ich genoss ihre Herzlichkeit, und wir haben zusammen über Gott und die Welt geredet. Oder ein dementer Mann, der mir ein Lied auf der Mundharmonika vorgespielt hat. Vorher hatte er das Instrument lange Zeit nicht mehr in die Hand genommen und nachher nie mehr – ich war zu Tränen gerührt! Der Tod einer uns anvertrauten Person geht dann auch nicht spurlos an uns vorbei. Aber es gibt auch anderes: Erstein-sätze, nach denen ich mir zu Hause die Hände immer wieder geschrubbt habe...

Ruth Mazenauer (sitzend) und Ursula Lüthi-Uhland engagieren sich mit viel Enthusiasmus und Herz als Haushelferinnen.



Weitere Informationen

Pro Senectute Zürichsee-Linth, Anlaufstelle für Altersfragen, Escherstrasse 9B, 8730 Uznach, Telefon 055 285 92 40, Mail uznach@sg.pro-senectute.ch, Internet www.sg.pro-senectute.ch
Auskunft über das Sozialzeit-Engagement, ein Modell der Freiwilligenarbeit mit Entschädigung, das so nur von Pro Senectute Kanton St. Gallen angeboten wird, geben die Leiterinnen Haushilfe, Telefon 055 285 92 42.

U. L.: In unserem Haushilfeteam sind wir rund sechzig Mitarbeitende, darunter auch zwei Männer. Unsere Leiterinnen machen neben den Abklärungen ebenfalls die Einsatzpläne. Dabei achten sie stets darauf, dass Helferinnen und Kunden zueinander passen. Ich mache diese Arbeit auch, weil ich mir sage: Mir ist es in meinem Leben immer so gut gegangen, ich habe eine Familie, Enkelkinder und einen guten Freundeskreis – ich möchte davon etwas weitergeben. Ein Einsatz dauert in der Regel anderthalb bis zwei Stunden. Aber so viele ältere Menschen wollen dann noch reden und brauchen jemanden zum Zuhören! Da können wir jeweils nicht einfach auf die Uhr schauen und uns verabschieden.

R. M.: Als Haushelferinnen sind wir im Rahmen des Sozialzeit-Engagements tätig und bekommen eine Entschädigung von rund zwanzig Franken pro Stunde. Ich empfinde dies als Wertschätzung für meine Arbeit. Trotzdem engagiere ich mich nicht wegen des Geldes, sonst hätte ich bei meiner früheren Berufstätigkeit bleiben müssen. Aber wenn die Tür aufgeht und eine Kundin mich mit den Worten empfängt «So schön, dass Sie wieder da sind» –, spüre ich eine Wärme und eine Zufriedenheit, die viel mehr wert sind als das Geld! Man muss diesem Engagement mit viel Enthusiasmus und mit Herz nachgehen, dann bekommt man unglaublich viel zurück.

U. L.: Ein Lächeln und ein Dank sind für mich auch die schönste Wertschätzung – ein zufriedener Kunde, der sich darauf freut, dass ich wiederkomme! Für uns selber haben wir neben einem Einführungskurs in unsere Tätigkeit regelmässige Weiterbildungen, ein gemeinsames Advents- oder Weihnachtsessen, und aus dem Sozialzeitfonds stehen für jede Mitarbeiterin und jeden Mitarbeiter zweihundert Franken zur Verfügung. Damit organisieren wir verschiedene Aktivitäten, so geht es zum Beispiel Anfang Dezember an die Weihnachtsmärkte nach Strassburg und Colmar. Wir sind gut in die Organisation von Pro Senectute eingebettet!