

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung

Herausgeber: Pro Senectute Schweiz

Band: 94 (2016)

Heft: 10

Artikel: Wo Pro Senectute helfen kann

Autor: Bucher, Judith

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1078752>

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: 20.01.2026

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

Wo Pro Senectute helfen kann

Kata Sonderegger muss jeden Rappen zweimal umdrehen. Die 67-Jährige hat nur die AHV zur Verfügung, ihr Mann erhält eine kleine Rente aus den USA. Dank Ergänzungsleistungen haben die beiden immerhin ein Auskommen, doch die hohe Miete belastet ihr Budget.

Kata und Paul Sonderegger* wohnen in einem Block neben dem Industriequartier von Gossau*. Im Juli mussten sie umziehen, da ihnen die Besitzer der vorherigen Wohnung wegen Eigenbedarf gekündigt hatten. «Der Umzug ist vor allem meinem Mann sehr schwegefallen», erzählt Kata Sonderegger. «Er ist gesundheitlich so angeschlagen, dass er ans Haus gebunden ist. Die Wohnungsumgebung ist für ihn viel wichtiger als für mich.» Achselzuckend fügt die 67-Jährige an: «Die alte Wohnung war viel günstiger, und wir lebten in einem grünen Quartier. Sogar den Säntis haben wir gesehen. Aber wir mussten halt ausziehen.»

Die Wohnungssuche war nicht einfach. Für 1250 Franken inkl. Nebenkosten – das ist die maximal anrechenbare Miete für ein Ehepaar mit Ergänzungsleistungen (EL) – war einfach keine Wohnung mit Lift zu finden. Und dies, obwohl das Ehepaar in einer Kleinstadt lebt. Der Lift war aber zwingend nötig, weil Paul Sonderegger lungenkrank ist und wegen seiner Osteoporose nur unter grossen Schmerzen gehen kann. Das Ehepaar hat den Vertrag für die jetzige Wohnung schliesslich unterschrieben, auch wenn sie pro Monat 250 Franken aus dem Budget für die allgemeinen Lebenskosten abzweigen müssen. «Die Sozialberaterin von Pro Senectute hat uns bei der Wohnungssuche begleitet, und Pro Senectute übernahm die Umzugs- und Reinigungskosten. Sonst hätten wir das gar nicht geschafft», erzählt Kata

Die Pro-Senectute-Herbstsammlung

Pro Senectute sammelt jeweils im Herbst Geld. Das Motto der diesjährigen Herbstsammlung lautet: «Armut im Alter ist unsichtbar. Aber nicht für uns.» Im Fokus stehen die Mitarbeitenden von Pro Senectute, die täglich mit Altersarmut konfrontiert sind, aber auch Betroffene wie das Ehepaar Sonderegger* in diesem Artikel.

In der Schweiz ist jeder achte Mensch im Alter von Armut bedroht. Tendenz steigend. 2015 bezogen 197000 Personen über 65 Ergänzungsleistungen zur AHV, im Vorjahr waren es 192000 Personen. Auch mit Ergänzungsleistungen (EL) gibt es kein Leben in Saus und Braus. Bei über 40 000 Personen mit EL ist die Miete höher als das vom Gesetz festgelegte Maximum von 1100 Franken bei einer alleinstehenden Person bzw. 1250 Franken bei einem Ehepaar. Die Betroffenen sparen sich die Miete vom Essen oder bei der Kleidung ab. Wer aus finanziellen Gründen nicht mehr am gesellschaftlichen Leben teilnehmen kann, zieht sich häufig zurück.

Pro Senectute schaut hin und hilft älteren Menschen, die in Not geraten sind – diskret, schnell und unbürokratisch. Danke für Ihre Spende auf das PC-Konto 87-500301-3.

Sonderegger. Sie ist noch immer sehr erleichtert, dass sie überhaupt eine neue Bleibe gefunden haben.

Die 67-Jährige versucht, ihren Mann so gut wie möglich von seinem Kummer abzulenken, und spart, wo es geht. «Wir essen kaum Fleisch, kaufen sämtliche Kleider im Ausverkauf oder wenn sie reduziert sind. Auswärts essen können wir so gut wie nie.»

Der einzige Luxus sei ihr Auto. Kata Sonderegger hat sich den kleinen Twingo als günstige Occasion gekauft. Das Fahrzeug erweist sich mittlerweile als grosse Entlastung, da ihr Mann häufig Arzttermine hat und auch wöchentlich zur Therapie muss. Früher legten sie den Weg mit dem Taxi oder Rotkreuzfahrdienst zurück, denn Paul Sonderegger kann nicht bis zur Bushaltestelle zu Fuss gehen. Dank dem Auto können die Sondereggers zudem ab und zu einen Ausflug an den Bodensee machen und die Weite geniessen.

Keine einfache Lage, aber Kata Sonderegger sagt von sich: «Ich bin ein Stehauf-Frauelli. Ich habe mich immer wieder aufgerappelt.» Sie weiss, was es heisst, zu kämpfen. Ihr Vater flüchtete in den 50er-Jahren aus Osteuropa in die Schweiz. Die kleine Kata nahm er in einer Nacht-und-Nebel-Aktion mit, ohne seiner Frau Bescheid zu sagen. «Wir kamen in ein Auffanglager in der Ostschweiz, wo ich rasch Deutsch lernte. Aber ich vermisste meine Mutter und die Geschwister enorm.» Kata hatte aber Glück und kam in eine verständnisvolle Pflegefamilie. Rückblickend sagt sie: «Dass ich diese Zeit ohne Schaden über-

* Namen und Ort der Redaktion bekannt



Ein Schicksalsschlag, eine Scheidung oder Krankheit: Armut im Alter kann jede und jeden treffen – so wie zum Beispiel Kata Sonderegger* aus der Ostschweiz.

Kurz nach ihrem 50. Geburtstag lernte Kata Sonderegger übers Internet ihren zweiten Mann kennen, einen amerikanischen Grafikdesigner, Kunstmaler und Buchautor. «Ich habe alles aufgelöst und bin ausgewandert. Wir haben über dreizehn Jahre in den Südstaaten gelebt. Paul verkaufte seine Bilder und ich meine Fotografien. Ein Jahr lang sind wir sogar mit einem Wohnmobil kreuz und quer durch die USA gereist.»

Ihr Mann – ein Vietnam-Veteran – litt jedoch zunehmend unter gesundheitlichen Problemen, und so beschloss das Ehepaar, nochmals einen Neuanfang zu wagen und zurück in die Schweiz zu ziehen. Am zweiten Tag nach der Ankunft in Gossau erlitt Paul einen Hirnschlag. Ein Schicksalsschlag, der die Pläne vom Neuanfang abrupt beendete. Kata Sonderegger erklärt: «Der Schlaganfall hat sein Sprachzentrum getroffen. Er hat grosse Mühe, nur schon im Englischen Worte zu finden. Deutsch zu lernen, ist für ihn unmöglich geworden.» Die Verantwortung liege nun voll und ganz auf ihren Schultern, und Paul sei oft frustriert und depressiv. «Er war so ein kreativer Mensch, das hat er auf einen Schlag verloren.»

Kata Sonderegger fotografiert immer noch sehr gerne. Sie träumt davon, im kleinen Stil eventuell wieder Hochzeiten zu fotografieren oder Porträts zu realisieren. Zurzeit ein Wunschtraum, denn im Alltag lebt sie von einem Moment zum anderen. Sie hofft, dass der Gesundheitszustand ihres Mannes möglichst lange stabil bleibt, sie selber nicht krank wird und keine grossen Ausgaben auf sie zu kommen werden.

Judith Bucher

standen habe, verdanke ich meinen Pflegeeltern und meinem Vormund. Sie haben sich ohne Wenn und Aber für mich eingesetzt, und ich konnte die traumatische Flucht verarbeiten.»

Der Pflegevater wurde jedoch krank, als Kata dreizehn Jahre alt war. Er musste aus gesundheitlichen Gründen seine Arbeit als Landarzt aufgeben und an die Wärme ziehen. Das Mädchen kam in der Folge in diverse Pflegefamilien: «Ich hatte gute Pflegefamilien, aber auch schlechte. Der Sohn einer Pflegefamilie wollte mich vergewaltigen. Da bin ich gleich in den Zug gestiegen und zum Vormund gefahren.»

Nach der Lehre als Fotografin kehrte sie der Ostschweiz den Rücken. In Zürich fand sie Arbeit in der Redaktion eines Frauenmagazins und lernte ihren Mann kennen. «Heirat mit 22 und im gleichen Jahr Geburt des ersten Kindes, einer Tochter», erzählt Kata Sonderegger und lächelt, «so war das damals.» 1991 liess sie sich scheiden. Nach der Scheidung arbeitete sie erneut als Fotografin und übernahm im kleinen Rahmen Aufträge als Boudoir-Fotografin. «Ich habe meine Kinder grossgezogen und bei der Ausbildung unterstützt. Darauf bin ich stolz. Für Pensionskassenbeiträge hat mein Einkommen aber nie gereicht.»