

**Zeitschrift:** Schweizer Heimwesen : Fachblatt VSA  
**Herausgeber:** Verein für Schweizerisches Heimwesen  
**Band:** 62 (1991)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Ein Erlebnisbericht aus dem "Anzeiger vom Rottal" : "Da-Heimsein"  
Motto eines Betagtenheimes  
**Autor:** Bernet-Zihlmann, Leonie  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-810351>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 01.04.2025

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

## «Da-Heimsein» Motto eines Betagtenheimes

*Im Februar dieses Jahres hat Leonie Bernet-Zihlmann einen Tag und eine Nacht mit den Schwestern, Angestellten und Betagten im Alterswohnheim Schlossmatte Ruswil verbracht. Ihre Eindrücke hat sie im nachfolgenden Bericht zusammengefasst. Was die Autorin bewog, einen Tages- und Nachtablauf hautnah mitzerleben, schildert sie im Kasten mit Foto.*

*(Red. Anzeiger vom Rottal)*

Es ist früher Morgen, 6.30 Uhr. Eine eiskalte, klare Nacht hüllt sich zum Abschied in einen dichten Morgennebelschleier. Fröstelnd entsteige ich aus dem warmen Postauto – dem Rottaler, wie er in dieser Gegend genannt wird – in die Kälte hinaus.

Das neuerbaute Alterswohnheim, das direkt vor mir liegt, fast mitten im schmucken Dorf Ruswil, zwischen Hauptstrasse und Marktplatz gelegen, wirkt selbst bei dichtem Nebel freundlich und einladend. Etwas zaudernd betrachte ich heute morgen diesen schönen Bau, denn ich habe mir vorgenommen, einen Tag und eine lange Nacht zusammen mit den Schwestern und den Betagten zu verbringen. «Ob ich mir da nicht zuviel vorgenommen habe. Werde ich das psychisch und physisch gut überstehen?» zweifle ich plötzlich über meinen Entschluss. «Das macht nur der Nebel und die Dunkelheit», spreche ich mir Mut zu.

\*

Plötzlich erscheint vor meinem geistigen Auge die über hundert Meter lange, dreigeschossige Zimmerfront des Heimes im klaren Sonnenlicht. Die warmen, roten Ziegel des Dachgeschosses mit den zehn Lukarnen, die Balkongeländer, die grünen Fensterläden, alles passt sich wunderbar der Bauweise des alten Dorfes an.

Nach vorangegangenen, zum Teil sehr hart geführten Diskussionen um den Standort des Alterswohnheimes – der in einer Abstimmung klar entschieden wurde – steht es jetzt da, mitten im Dorfe, nach einer zweijährigen Bautätigkeit.

\*

Mit energischen Schritten steure ich dem Haupteingang zu. Dort begrüssen mich zwei muntere Gesellen – ein Appenzeller Sennenhund und ein Schäfer. Die beiden beschnuppern mich neugierig – erkennen mich wieder – und lassen sich genüsslich das Fell kraulen, während sie mit ihren Schwänzen erregt wedeln. Das gibt mir Zuversicht, und zielbewusst erreiche ich den ersten Stock – die Pflegestation des Heimes. Hier begegne ich einer Frühaufsteherin, die ganz damit beschäftigt ist, die bunte, mit sehr viel Fleiss gefertigte Fasnachtsdekoration zu zerstören. Gebannt gucke ich der Heimbewohnerin zu, wie sie kurzentschlossen einem ausgestopften «Fasnachtsböög», der auf einem Stuhl sitzt, kaltblütig den Kopf umdreht.

«Ach ja, wir kennen die zeitweise erscheinende Zerstörungswut dieser Betagten», ist der lakonische Kommentar der Pflegerinnen. Dieses heimliche Attentat löst keine grosse Erregung aus.

\*

Begrüsst und vorgestellt werde ich von Schwester Erika. Kollegial bin ich sofort in ihrem Kreis aufgenommen. Die Nachtschwester und die Frau vom Pikettdienst treffen sich um 6.45 Uhr mit den Kolleginnen des Tagesdienstes, die nach und nach eingetroffen sind. Sie berichten über spezielle Ereignisse und besondere Vor-

kommnisse der Nacht, über das Befinden der Kranken und Pflegebedürftigen, über Tablettenverabreichung und vieles mehr. Die Attraktion der «Nachgeschichte» ist der Bericht eines zu unternehmungslustigen Mannes. Er hatte die Idee, früh morgens um 6.00 Uhr einen Spaziergang unter die Füsse zu nehmen – und das bei minus sechs Grad und bei gefährlichem Glatteis. Nun, der etwas Gehbehinderte glitt auf der Strasse aus und musste bei der Kälte liegen bleiben, bis Hilfe kam. Gott sei Dank! Ausser einer ordentlichen Unterkühlung ist weiter nichts passiert. Mit heissem Tee und einer warmen Bettflasche wird er wohl den Tag im Bett verbringen.

\*

Im Schwesternzimmer herrscht entspannte, frohe Stimmung. Erstaunlich, wie munter die Nachtschwester noch sind! Herzlich verabschieden sie sich von ihren Kolleginnen und werden wohl bald den Schlaf der Gerechten geniessen. Jetzt geht's an die Arbeit – Leben kommt ins Haus. Ich werde der Obhut von Schwester Carla unterstellt. Unkompliziert, natürlich nimmt sie mich unter ihre Fittiche. Etwas eigenartig – wie ein Eindringling – komme ich mir vor, wie ich mit Carla in die Zimmer der Pflegebedürftigen eintrete. Doch werde ich mehrheitlich sehr gut aufgenommen, nachdem wir ihnen mein Erscheinen begründet haben.

\*

Auf dieser Station sind im ganzen fünf Schwestern beschäftigt. Die meisten Betagten sind schon wach, lächeln tapfer über ihre Leiden und Unzulänglichkeiten. Einmal gewaschen, gekämmt und angezogen – wobei hier alle auf Hilfe angewiesen sind – ist die unendlich lange Nacht vergessen, ja es geht sogar ganz gemütlich und humorvoll zu. Bei dieser Liebenswürdigkeit und mit dieser Geduld der Schwestern kommt der Tag automatisch mit einem Lächeln entgegen. Seltsam berührt bin ich, wie mir eine energische, etwas ungeduldige Dame – im Kopf ein bisschen verwirrt – sanft und liebevoll über meine Wangen streicht. Schön, wie man in diesem Haus miteinander umgeht. Der Geist einer dynamischen, aber trotzdem einfühlungsvollen Leitung einer jungen Frau prägt das Leben dieses Heimes. Lotti Stadelmann ist verantwortlich für die Pflegestation und die gesamte Altersheimabteilung. Hier ist man aufs äusserste darauf bedacht, den Betagten in den Vordergrund zu stellen, ihre Persönlichkeit zu respektieren, ihren Eigenarten und Bedürfnissen zu entsprechen.

\*

Bis alle Pflegebedürftigen im Stübli auf der Station beim Morgenessen sitzen, wird vom Personal harte geistige und körperliche Arbeit abverlangt. Dabei vergisst man aber nie, jede – noch so winzig – verbliebene Selbständigkeit zu erhalten und zu fördern. Auf der zweiten und dritten Etage sind die meisten Bewohner bei ihrer Morgentoilette noch ziemlich unabhängig, wenn nötig steht aber immer eine Schwester hilfreich zur Verfügung. Die Ehepaare, die im dritten Stock ihre heimeligen, verwinkelten Zwei-Zimmerwohnungen besitzen, helfen sich einander gegenseitig, so gut das geht. Wieviel aufopfernde Hingabe jeweils der eine Partner

dem Pflegebedürftigeren Tag für Tag leistet, grenzt oft ans Übermenschliche.

Nun wird es auf den langen Gängen, auf deren Fenstersimsen überall Pflanzen stehen, lebendig. Alle Bewohner streben dem Lift zu, um ins Parterre zum Morgenessen zu gelangen. Es ist eine Augenweide, wie sie gepflegt – ja zum Teil adrett gekleidet – im Frühstückssaal erscheinen.

Inzwischen sind die «Raumpflegerinnen» an der Arbeit. Ich spüre, auch sie sind nicht einfach Putzfrauen. Sie verstehen ihre Arbeit nicht nur als Dienstleistung im üblichen Sinn. Mir ist das aufgefallen, wie ich beobachten konnte, wie persönlich und wohlthuend ihr Kontakt mit den Betagten ist.

In der Waschküche hat sich die schmutzige Wäsche zu Bergen getürmt. Die fleissigen Frauen tragen aber diesen «schmutzigen Hügel» routiniert und zielbewusst ab. Nach kurzer Zeit erscheint das Wasch-, Flick- und Bügelzimmer wieder ordentlich gemühtlich.

\*

Hans, der Abwart des Hauses, ist im Element. Kleinere Reparaturen müssen erledigt sein, die Heizung kontrolliert werden, die Geranien geschnitten, getränkt und in den dritten Stock an die Fensterfront des Innerhofdreiecks gestellt werden. Dieses Innenhofdreieck mit dem Grünhof ist das Schmuckstück der Architektur. Bei Tag und Nacht flutet hier Licht herein – Sonnenschein bei Tage, Mond- und Sternenlicht bei Nacht – und bei Regen- oder Schneewetter können die Einwohner den Regentropfen oder dem Flockentreiben des Schnees zusehen. Der Blick gleitet zum Dreieck des Himmels oder in den Grünhof, und sie haben das Gefühl der Naturverbundenheit.

\*

Um zehn Uhr ist ein weiteres Mal Besprechung der «Lage». Die Schwestern treffen sich erneut im Schwesternzimmer. Die Karteien der Pflegebedürftigen werden nochmals gründlich durchgesehen.

In der Cafeteria des Hauses sind die ersten Gäste eingetroffen – ein par Mütter mit ihren Kindern kommen hier zum gemütlichen Kaffeeschwatz zusammen.

\*

Ganz im Sinne der Idee, mit dem Alterswohnheim einen Treffpunkt für jung und alt zu verwirklichen, eröffnete die Gemeinde

Ruswil ihre neue Bibliothek – auf gleichem Boden wie die Cafeteria im Betagtenheim. Hier herrscht ein Kommen und Gehen. Eltern mit ihren Kindern, Jugendliche und Erwachsene und natürlich die Heimbewohner holen sich ihren Lesestoff. Das bringt Abwechslung und eine gesunde Unruhe ins Heim.

\*

Das Mittagessen ist in Vorbereitung. Einige Betagte rüsten Salate und Gemüse – freiwillig natürlich. Dutzende von gutgewürzten Pouletschenkeln liegen auf einer Platte bereit zum Grillieren. Vorzüglich finde ich es, dass es vor jedem Mittagessen ein kleines Salatbuffet gibt. In einem grossen elektrischen Teigrührwerk duftet ein Hefeteig entgegen. Die Köchin legt Wert darauf, alles möglichst selbst herzustellen.

\*

Im Bastelraum herrscht friedliche Stimmung. Frau Stöckli, eine Frau vom Dorf, gibt mit viel Geduld und Hingabe Anleitungen zum Stricken, Basteln, Weben, Malen. Zur Aufmunterung wird Tee oder Kaffee serviert.

Wenn dann um 11.30 Uhr das Mittagessen bereit ist, strömen die Bewohner dem Eßsaal zu. Fröhliche Stimmung kommt auf und Marlis – die goldene Seele vom Speisesaal – gibt einige Witze zum besten. Hungrig und ungeduldig warten wir aufs Mittagmahl. Vergessen – für eine Weile – sind Rückenschmerzen, Kopfschmerzen und all die vielen Leiden. Der Alltag mit den Beschwerden wird voll akzeptiert.

Zwischen halb eins und zwei Uhr schleicht Ruhe ins Haus. Die alten Menschen halten einen kleinen Mittagsschlaf.

\*

Einen grossen Teil des Nachmittags verbringen die Betagten in der Cafeteria. Hier trifft man sich mit den Dorfbewohnern oder mit den Heimb Besuchern. Das «Zvieri» erhalten die Betagten gratis. Es wird Kaffee, Ovomaltine, Wein oder Bier, was man gerade wünscht, serviert – dazu ein Dessert oder ein Brötli. Fast sämtliche Plätze sind besetzt, und die Serviertöchter – Frauen vom Dorf – haben alle Hände voll zu tun, bleiben aber immer nett und zuvorkommend. Mit dem «Gratiszvieri» wird erreicht, dass sämtliche Heimbewohner den Nachmittag in Gesellschaft verbringen. Eine sehr kluge Idee!

\*

Das Abendessen ist den Bedürfnissen älteren Menschen angepasst. Vor allem der Milchkaffee hat es ihnen angetan; dazu serviert Marlis Weissbrot, dunkles Brot, Butter und Konfitüre und was mir ganz besonders mundet: selbstgebackenen Lebkuchen.

\*

Eine Stunde nach dem Nachtessen fällt langsam und leise der Abend herein und mit ihm die Angst vor der kommenden Nacht – die langen Stunden der Schmerzen, des Wachbleibens, der Einsamkeit. Zum ersten Mal an diesem Tage kommt in mir eine bedrückte Stimmung auf. «Was wird die Nacht wohl bringen», frag ich mich heimlich. Doch es bleibt keine Zeit zum Grübeln. Um 19.30 Uhr ist erneut Appell. Die Schwestern verabschieden sich nach und nach – Carla, Monika, Erika, Madeleine, und wie sie alle heissen. Nach und nach ist richtig gesagt. Denn in einem Altersheim gibt es nicht auf den «Hammerschlag» Feierabend. Ganz selbstverständlich werden da Überstunden geleistet.

\*

Die Nachtschwester Ursula und eine Frau vom Piktetdienst führen jetzt für zwölf Stunden alleine Regie. Plötzlich ertönt der Alarmruf der Schwesternhilfe . . . er kommt vom Zimmer 899. Schnellen Schrittes rasen Ursula und Lisbeth dem Lift zu, um in

## TRAVAMED PERSONAL AG

Ihr Spezialist für gute Stellen im

### Sozial- und Gesundheitswesen!

Ob Sie einen individuellen Einsatz in einem kleinen Heim mit privater Atmosphäre suchen, eine spezielle Tätigkeit im klinischen Bereich anstreben oder sich eine verantwortungsvolle Position mit viel Freiraum für Eigeninitiative wünschen:

**TRAVEND hat's!** Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne: unverbindlich, diskret und kostenlos!



TRAVAMED PERSONAL AG  
Personalberatung und  
Kaderselektion, Poststrasse 11  
8580 Amriswil, Tel. 071 67 15 55

den zweiten Stock zu gelangen. Im Zimmer 899 liegt eine rollstuhlgängige Frau im Badezimmer am Boden. Obwohl sie drei rote Alarmknöpfe in ihrem Wohnzimmer zum Bedienen hat – sie hat sich allein auf die Toilette begeben. Ich verspüre ein leichtes Zittern in den Knien, doch habe ich diesen kleinen Schwächeanfall schnell besiegt. Es ist auch gar nicht so schlimm, wie es zunächst den Anschein hatte. Ein Loch im Kopf – das Gesicht blutverschmiert – und einen leichten Schock hat die Arme davongetragen. Sie wird von Ursula beruhigt, und nach telefonischer ärztlicher Beratung ist die Wunde gepflegt und gereinigt. Die Verunglückte muss nach Anweisungen des Arztes die ganze Nacht unter Kontrolle gehalten werden.

\*

Um 20.30 Uhr beginnen Schwester Ursula und ich den ersten Kontrollgang, einige der Bewohner schlafen schon – andere sind noch wach. Durst, Kopfschmerzen, Schlaflosigkeit, Bauchschmerzen, das sind die Klagen, die wir entgegennehmen. Ursula hat für alle und alles ein offenes Ohr und ein Lächeln bereit.

Zwei volle Stunden sind mit dem Kontrollgang vergangen. Endlich ein wenig Ruhe und Zeit für einen Kaffee, bis dann der Alarmruf von neuem ertönt. Die älteste Heimbewohnerin – 100 Jahre alt – klagt über Schlaflosigkeit und Heimweh. Sie hält uns noch einige Male auf Trab. Doch es ist die Furcht vor der Einsamkeit und der Wunsch auf Zuwendung, die sie von uns erheischen will.

\*

Um 0.45 Uhr der zweite Kontrollgang. Einige der sehr Pflegebedürftigen müssen umgebettet werden, mit Kissen den Rücken gestützt. Für jede Tätigkeit brauchen sie Hilfe – auch für die intimsten Verrichtungen eines jeden Menschen. Doch das gehört hier zum Alltag, ist das Natürlichste der Welt.

3.00 Uhr morgens. Es bleibt uns etwas Zeit zum Plaudern und erneut stärken wir uns mit einem Kaffee. Ich bin froh darüber, denn jetzt habe ich eine Krise – die Augen wollen sich nicht mehr offen halten.

Schon um 5.15 Uhr sind einige Heimbewohner wach. Diesen Frühaufstehern muss noch die Nachtschwester behilflich sein. Die alten Menschen können und wollen nicht mehr schlafen. Die Nacht hat für sie schon viel zu lange gedauert. Und von neuem beginnt der Kampf mit den Tücken des Aufstehens.

Immer mehr bewundere ich die Gelassenheit der Betagten – das sich tapfere Ergeben in ihr Schicksal. Und immer mehr staune ich über so viel Geduld und Einfühlungsgabe der Schwestern – und das nach zwölf Stunden Nachtschicht.

\*

Tief beeindruckt von all dem Gehörten und Gesehenen – reicher geworden um eine tiefe Erfahrung – verabschiedete ich mich nach dem Morgenessen von den Schwestern und der Leiterin.

Eines ist mir in diesen 24 Stunden klar geworden: alt – ja sogar gebrechlich zu werden – ist nicht gleich unglücklich und unzufrieden zu sein. Die Lebensfreude und der Lebenswille sind noch erhalten und das Bewusstsein, schöne Stunden intensiv zu genießen, ist bei älteren Menschen oft ausgeprägter vorhanden als bei denen, die noch mitten im Leben stehen.

Geboren werden – leben – älter werden – sterben, ist der ewige Kreislauf des Lebens, und das wissen wir doch alle von dem Augenblick an, wo wir eigenständig denken können. Unser jegliches Tun und Handeln sollte somit von diesem Wissen geprägt sein.

## Was die Autorin zu einem «Heimaufenthalt» bewog

Eines Tages war sie da – die Stunde x – die mir schon zum voraus einiges Kopfzerbrechen brachte.

Mein Vater – damals 88 Jahre alt – wurde ganz plötzlich schwer krank und musste ins Spital gebracht werden. Nun stellte sich die Frage, was mit Mutter geschehen soll, denn sie war auf Hilfe angewiesen und durfte nicht alleine gelassen werden.

Bis anhin übernahm Vater – geistig und körperlich erstaunlich vital – die meisten Arbeiten im Haus und Garten. Zusammen mit meiner wöchentlichen Hilfe und dem unermüdlichen guten Geist einer Tante führten die Eltern noch einen eigenen Haushalt.



*Leonie Bernet-Zihlmann*

Doch mit Vaters Spitalaufenthalt änderte sich die Situation schlagartig. Wochenlang wurde ich – von schlechtem Gewissen geplagt – zwischen meiner eigenen Familie in Emmenbrücke, dem Elternhaus in Ruswil, den Spitalbesuchen in Wolhusen und meinem Teilzeitjob hin und hergerissen.

So musste mein Vater – nach der fast wunderbaren Genesung – sich schweren Herzens entschliessen, mit Mutter in das neuerbaute Alterswohnheim Schlossmatte zu ziehen. Nach einer Zeit der Anpassung fanden sie dort ein neues, liebevoll geführtes Zuhause. Nun bahnte sich, durch meine öfteren Besuche der Eltern, zwischen der Leiterin und den Schwestern des Heimes ein herzlicher, wohlthuender Kontakt an. Und nicht nur das – als gebürtige Ruswilerin, dort aufgewachsen und die Schulen besucht – nahm ich wieder Anteil am kulturellen und politischen Leben meines Heimatdorfes.

Die Cafeteria des Altersheimes wurde Treffpunkt vieler Gleichaltrigen meiner Schulzeit.

Der gute Geist dieses Heimes weckte in mir den Wunsch, einmal den Tages- und Nachtablauf ganz hautnah miterleben – zusammen mit den Betagten und den Schwestern.