

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 64 (1986)  
**Heft:** 4

**Rubrik:** Pro Senectute intern

### **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:** 02.04.2025

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

# PRO SENECTUTE

---

# INTERN

Foto Erich Steiger



## Ehrenpräsident Dr. Rudolf Meier gestorben

Am 30. Juni verstarb im 80. Lebensjahr Dr. h.c. Rudolf Meier, Präsident des Direktionskomitees von Pro Senectute Schweiz von 1971–1980, seither Ehrenpräsident. Mit 29 Jahren bereits Zürcher Kantonsrat, berief seine Heimatgemeinde Eglisau den Landwirt 1938 zum Präsidenten. 1947 wurde er als SVP-Vertreter glanzvoll zum Regierungsrat gewählt. Nacheinander stand er der Direktion des Innern, der Volkswirtschaftsdirektion und schliesslich von 1954–1971 der Finanzdirektion mit Auszeichnung vor. Dass der umsichtige Staatshaushalter 1943–1951 seinen Kanton im Nationalrat und von 1960–1967 im Ständerat vertrat, sprach für sein hohes Ansehen als Mann des Ausgleichs und des Augenmasses. Es war deshalb ein ausgesprochen glücklicher Fall für unsere Stiftung, dass der durch zahlreiche weitere Ämter belastete Magistrat bereit war, auch den Vorsitz unseres Direktionskomitees zu übernehmen. Er präsidierte dieses und den Leitenden Ausschuss mit überlegener Kompetenz und vertrat mit hohem menschlichem Engagement die Interessen der Betagten. Sein Nachfolger bei Pro Senectute, Dr. Peter Binswanger, wird in der Oktobernummer die Verdienste des Verstorbenen um unsere Stiftung gebührend würdigen.

## 10 Jahre «Aktion S» in Zürich

1976 wurde von Pro Senectute Kanton Zürich die «Aktion S» aus der Taufe gehoben. Im Gegensatz zur bekannten «Aktion P», die bezahlte Aushilfsarbeiten vermittelt, geht es hier um ehrenamtliche Dienstleistungen. Anfänglich waren es vor allem Einsätze bei Sozialwerken. In letzter Zeit verlagerte sich die Zielsetzung mehr auf direkte Selbsthilfe von «Senioren für Senioren». Rüstige Senioren im Raum Zürich leisten hilfsbedürftigen oder behinderten Hochbetagten kleine Handreichungen.

*Die «Aktion S» ruft weitere Hilfsbedürftige und Hilfwillige auf, sich persönlich oder telefonisch zu melden. Sprechstunden an der Forchstrasse 145, 2. Stock, jeden Montag und Freitag von 9–11 Uhr. Tel. 01/55 08 90.*

## Basler Sommerprogramm

Um den Senioren auch während der grossen Ferienflaute etwas zu bieten, offeriert Pro Senectute Basel-Stadt auch dieses Jahr einen bunten Strauss von Aktivitäten. Das Sommerprogramm umfasst nebst Papierschöpfen, Fotolabor-Grundkurs, Volkstänzen und einem Puppenkurs auch eine Art Französischkurs im Zoo («Le zolli de Bâle»). Weitere Angebote sind z. B. Kurse in «English short stories», in Stoffbildern, in der Farbenlehre sowie verschiedene Besichtigungen. Das ganze Programm ist der Zeitschrift «Akzente» zu entnehmen, die im Luftgässlein 1 erhältlich ist.

## Aarau: Autofahren heute

Eine gute Idee verwirklichte unsere Beratungsstelle Aarau in Zusammenarbeit mit der Sektion Aargau des TCS, indem sie im April vier zweistündige Kurse für Automobilisten ab 55 Jahren anbot. Grundgedanke war die Erkenntnis, «dass sich in den letzten Jahren viele Verkehrsvorschriften und Signale geändert haben». Der pensionierte Fahrlehrer W. Härdi verstand es, die 16 Teilnehmer in angenehm lockerer Weise über die heutigen Verkehrsregeln zu informieren und die vielen Fragen der Besucher zu beantworten. Die Nachfrage war so gross, dass der Kurs bisher bereits sechsmal durchgeführt werden musste und weitere Wiederholungen im Herbst folgen sollen.

## **Gedächtnis-Trainings-Kurs Appenzell AI**

Unter dem Patronat von Pro Senectute wurde auch in Appenzell AI ein erfolgreicher Gedächtnis-Trainings-Kurs durchgeführt. Nach der verblüffenden Methode von Frau Dr. Franziska Stengel, Wien, verstand es die Psychologin Frau Baliarda ausgezeichnet, unser Gedächtnis auf spielerische Art zu trainieren und uns zum Denken und Kombinieren anzuregen.

In das Kursprogramm wurde auch die Allgemeinbildung im weitesten Sinne miteinbezogen. In acht Treffen zu je zwei Stunden erlebten die elf Teilnehmer viel Freude und Spass. Der Kurs leistete einen wertvollen Beitrag zur Erhöhung der Lebensqualität im vorgerückten Alter. Es ist zu wünschen, dass bei einer Wiederholung weitere Teilnehmer sich von diesem Angebot anstecken lassen.

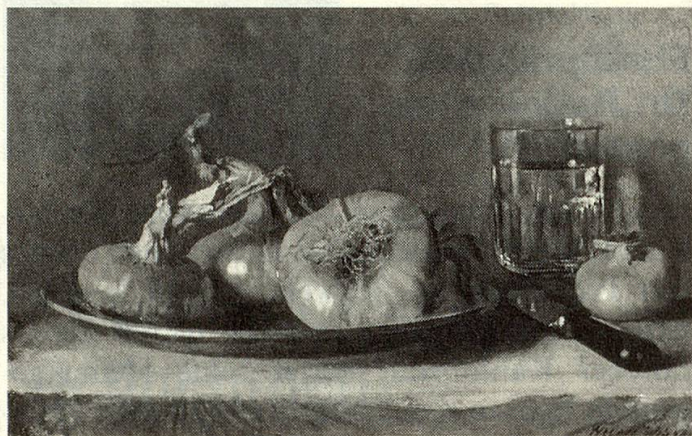
## **112 000 Lebensjahre im Zürcher Kongresshaus versammelt**

Tatsächlich, die 1400 Achtzigjährigen des Jahrgangs 1906, die sich auf Einladung von Pro Senectute Kanton Zürich am 4. Juni zur grossen Geburtstagsparty einfanden, haben – zusammengezählt – so viele Lebensjahre hinter sich. Begrüsst vom Kantonalpräsidenten, Prof. Marcel Grossmann (82), und von Stadtpräsident Dr. Thomas Wagner, erlebte die riesige Schar unter der munteren Ansagerin Elisabeth Schnell einen bunten Nachmittag mit viel Musik (Kavalleriemusik Zürich, Seniorenorchester Zürich unter Leitung von G. Zürcher [84] und Seniorenchor Zürich mit Trudi Kündig), fröhlicher Unterhaltung durch den Kinderzirkus Robinson und einem gluschtigen Zvieri. Organisator René Sommerhalder hatte an alles gedacht: Für alle eine Polaroid-Aufnahme (Gymnasiasten vom Rämibühl) und eine Rose; für die vier Geburtstagskinder vom 4. Juni einen grossen Blumenstrauss. Die Stadtgärtnerei stiftete zu diesem «strömenden Frühlingswetter» festlichen Tischschmuck. Pro Senectute-Hostessen betreuten die Gäste, und Rotkreuzfahrerinnen übernahmen die nötigen Transporte. Dafür, dass dieser neunte Grossanlass auch neue Kontakte ermöglichte, sorgte die «Kleine Stunde der Begegnung»: Die Gäste konnten Wunschzettel in eine Urne werfen, die nun nach Möglichkeit erfüllt werden.

## **Neues aus der Waadt**

Das rührige Kantonalkomitee von Pro Senectute Waadt kündigte in seinem Tätigkeitsprogramm für das Jahr 1986 vier neue Aktionen an. In einem Selbstverteidigungskurs können Senioren lernen, wie sie sich der zunehmenden Strassenkriminalität erwehren können. Als Pendant zum erfolgreichen Jassturnier (mit 1600 Spielern!) soll ein Freiluft-Bocciaturnier lanciert werden. Vorgesehen ist – dem Beispiel anderer Kantonalkomitees folgend – die Gründung eines Sinfonieorchesters. Und schliesslich will man den über 3000 Kunden des Haushilfedienstes durch Autobusausflüge Gelegenheit bieten, ihre Wohnung wieder einmal zu verlassen. Wahrhaftig vier nachahmenswerte Ideen.

## **Werner-Weber-Stiftung bedachte Pro Senectute**



Der 1977 im Alter von 85 Jahren in Rüslikon verstorbene Kunstmaler Werner Weber vermachte sein ganzes Lebenswerk, bestehend aus einer grossen Zahl bedeutender Landschaftsbilder, Portraits und Stilleben, einer Stiftung. Diese sollte in jährlichen Ausstellungen eine bestimmte Anzahl seiner Werke verkaufen und einen verbliebenen Erlös aus den Verkäufen den Stiftungen Pro Infirmis und Pro Senectute zuführen. Aus dem Reinerlös erhielten die bedachten Institutionen 1985 den stattlichen Beitrag von je 75 000 Franken. Pro Senectute bedankte sich natürlich in angemessener Form bei den Donatoren.

Kunstfreunde, die sich für das Werk des realistischen Malers interessieren, wenden sich an die Nachlassverwaltung, Tel. 01/724 15 49. Im Johannes-Brahms-Haus in Rüslikon hat Webers Erbe einen würdigen Platz gefunden. Der Ausflug lohnt sich!

## Erstmals in der Schweiz: Geführte Autobiographie

Ein solcher Kurs hat von April bis Juni in den Räumen von Pro Senectute Zürich stattgefunden. Vier Teilnehmer im Alter von 37 bis 67 Jahren trafen sich dazu an 10 Vormittagen.

Wer seine Lebensgeschichte zu schreiben beginnt, folgt dabei meistens dem zeitlichen Ablauf. Doch wie mancher hat aufgehört, weil er in der Fülle der Erinnerungen steckengeblieben ist! Geeignete Führung nach der Methode von Prof. Dr. J. Birren und Frau B. J. Hateley (Gerontologische Abteilung der Universität von Südkalifornien) beugt dieser Schwierigkeit vor. Grundlegend ist dabei die Auffassung von den grossen Themen, die wie Kettfäden unser Leben von Anfang bis Ende durchziehen. Zusammen mit dem Einschlag der äussern Ereignisse bilden sie ein Gewebe. Sobald ein paar Themen bearbeitet sind, wird ein Lebensmuster sichtbar. Fährt man mit weiteren Hauptfäden fort, so erkennt man sein Leben als bedeutungsvolles Ganzes und gewinnt von da her einen Ausblick in die Zukunft.

Die Kurshalbtage waren in drei Teile gegliedert: Zuerst gab es allgemeine Informationen über Schreiben, Erinnern, Geschichte der Autobiographie, Selbst, Lebensstufen, Reife, Chancen für Veränderung usw. Sie waren nicht problemzentriert, sondern positiv sachbezogen. – Danach galt es, die Aufgabe fürs nächste Mal ins Auge zu fassen. Sie hiess z.B.: Beschreibe die Geschichte deiner Ursprungs- und deiner selbstgegründeten Familie (... deiner Hauptlebensarbeit, deiner Gesundheit und deines Körper-selbstbildes, deiner Auffassungen vom Tod und deiner Erfahrung mit dem Tod usw.) – Nach einer Pause las jeder in der Runde vor, was er daheim zu dem letzte Woche aufgegebenen Thema geschrieben hatte. Nur das Wichtigste war schriftlich festzuhalten, damit allen Gruppenmitgliedern etwa gleich viel Zeit eingeräumt werden konnte. Von Mal zu Mal wuchsen das gegenseitige Vertrauen sowie die Anteilnahme und die Kraft zum gegenseitigen Tragen.

*Marlisa Fritschi*

*Marlisa Fritschi wird 1987 wieder einen Kurs führen. Interessierte wenden sich bitte an Telefon 01/ 761 26 85. Eine Teilnehmerin des oben beschriebenen Kurses wird ihrerseits Kurse in Geführter Autobiographie geben: Doris Ammari, Elternkursleiterin, Zürich, Tel. 01/62 89 20 (nachmittags und abends). Beginn: September 1986.*

## Die grünen Da(u)men von Wila

Pro Senectute-Ortsvertreterin Vreni Randegger kam auf die glänzende Idee, im Mai eine Pflanzenbörse zu veranstalten. Als Helferinnen anboten sich einige Pro Senectute-Damen und die älteren Mitglieder des Frauenvereins. Scharenweise brachten die Gartenfreunde am Samstagmorgen ihre Gewächse in Schalen, Töpfen, Körben, Cachepots, aber auch Gartengeräte auf den Pfarrhausplatz. Zimmerpflanzen, Setzlinge aller Art, Blumenzwiebeln, Gewürzpflanzen, Gartenblumen usw. liessen eine Pflanzenbörse entstehen, die einem Gartencenter Ehre gemacht hätte. Die Seniorinnen des Dorfes aber erwiesen sich als fachkundige Beraterinnen und genossen diese Rolle. Die Verkäufer durften die Preise selber festsetzen, die Organisatorinnen erhoben 50 Rappen zugunsten von Pro Senectute. Alle Beteiligten waren hell begeistert und beschlossen, 1987 die Pflanzenbörse zu wiederholen.

## 25. Rheuma-Badekur in Ausserschwyz

1972 kam Marie-Therese Hauenstein, Ortsvertreterin von Wollerau und Mitglied des Kantonalkomitees des Kantons Schwyz, auf die Idee, den Senioren des äusseren Kantonsteiles Carfahrten ins Bad Ragaz anzubieten. Das Unternehmen fand so viel Anklang, dass im Mai 1986 bereits die 25. Badekur stattfand. Eine Kur im Frühling oder im Herbst umfasst jeweils 10 Nachmittage in fünf Wochen. Der Car startet in Einsiedeln und sammelt unterwegs die Passagiere ein. Dank verbilligtem Eintritt kann eine Kur für nur rund 200 Franken (für Reise und Eintritt) angeboten werden. Nicht inbegriffen ist das Zvieri und jeweils am letzten Tag einer Bäderserie ein Nachtessen, bei dem es jeweils äusserst heiter zugehen soll. Dafür sorgen neben Frau Hauenstein auch ihre Helferin, Frau M. Th. Welsch, und die sangesfreudigen und musizierenden Teilnehmer selbst. So schrieb das «Höfner Volksblatt»: «Die Sache ist längst viel mehr als ein preisgünstiger Dienst an der Gesundheit, sie ist ein zwischenmenschliches und gesellschaftliches Ereignis geworden, ein Wundermittel für die Gesundheit und das Gemüt.»

*Redaktion Peter Rinderknecht*