

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 81 (2003)  
**Heft:** 10

**Artikel:** Neuer Lebensabschnitt  
**Autor:** Schmid, Erica  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-726061>

### **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:** 19.03.2025

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



Ankunft der ersten Möbel im Altersheim. «Steht das Schränklein nicht noch etwas schief?», fragt Loni Niederer.

# Neuer Lebensabschnitt

*Alles steht bereit für den grossen Zügeltag. Im zweiten Teil ihrer Serie begleitet die Zeitlupe die 74-jährige Loni Niederer bei ihrem Umzug in ein Zürcher Altersheim.*

VON ERICA SCHMID

Pünktlich um acht klingelt es. Loni Niederer öffnet die Türe und bittet die zwei Männer von der Zügelfirma in ihre Wohnung. «Wie gut, dass es nicht regnet», sagt sie. Die Männer haben einige Tage vorher schon alles besichtigt, sind instruiert, ohne viele Worte ist ihnen klar, was zu tun ist: Alle Möbel, Schachteln und Säcke mit der schwarzen «1» auf dem gelben Zettelchen werden bei der Hauptzüglete an diesem Freitagvormittag von der Zürcher Hofwiesenstrasse ins Altersheim im Stadtzentrum transportiert. Der Rest folgt später.

«Fast nichts mehr befindet sich an seinem alten Platz», sagt Loni Niederer, «einzig die Küche ist noch «intakt» hier.» Die Polster vom Sofa in der Stube sind in der Reinigung. Papiersäcke voller Bücher stehen in einer Schlafzimmer-Ecke. Schön beschriftet mit «Weihnacht» oder

«Sekretär» stapeln sich beim Eingang ein paar Schachteln. Vieles hat sie bereits verschenkt, ins Brockenhaus gegeben und manches in die Abfuhr.

Es klappert und scheppert im Wohnzimmer. Im Nu zerlegen die Männer das hohe Stangenregal, entfernen die Türen und Tablare am Buffet und lassen die Tablarhalter in einem Plastiksäcklein verschwinden. «Aufgepasst, dass keins verloren geht.» Mit zwei Schubladen und zwei Buffettürchen geht einer der Zügelmänner dann nach unten. Er stellt alles vor den Hauseingang und eilt die 37 Stufen wieder hoch. Der Kollege folgt mit zwei Schachteln. So geht es hinauf und hinunter. Bis schliesslich Stück für Stück sorgfältig mit Decken geschützt im roten Zügelbus verstaut wird. Dann ist alles bereit für die erste Fuhre.

Am Anschlagbrett unten beim Hauseingang hängt ein grünes Adressänderungsschreiben von Loni Niederer: «Für

mich hat ein neuer Lebensabschnitt begonnen, da ich im Altersheim Bürgerasyl ein schönes, sonniges Appartement beziehen kann», lässt sie ihr Umfeld wissen. Was sagen ihre Freunde und Verwandten zu ihrem Umzug? «Die meisten finden, ich sei noch zu jung. Ich freue mich, dass ich bei guter Gesundheit nun alles selber planen und frei die Veränderungen angehen kann.»

Eine Nachbarin schaut für einen Schwatz kurz vorbei. «Seit 20 Jahren wohnen wir im gleichen Haus», sagt die 92-jährige Frau, und Loni Niederer fügt bei: «Bald werden wir uns voneinander verabschieden müssen.» Auch die Nachbarin wird demnächst ins nahe gelegene Altersheim Stampfenbach umziehen. Mit Erleichterung stellt sie fest: «Ich bin froh, doch noch einen Platz gefunden zu haben. Ich habe zu lange zugewartet. Eigentlich wollen sie einen mit 92 Jahren ja nur noch ungern im Altersheim auf-

nehmen. Und ins Pflegeheim kommt man, wenn man krank ist.»

Obwohl Loni Niederer schon seit Wochen, ja Monaten auf den grossen Umzug hinarbeitet, hat sie in der vergangenen Nacht doch noch bis um ein Uhr geräumt. «Nur leise Arbeiten, um niemanden im Haus zu stören», sagt sie. Ganze Filme seien ihr dabei durch den Kopf gegangen. «Es ist schon bewegend. Und wenn mir beim Ordnen der Papiere etwas Handschriftliches von meinem verstorbenen Mann in die Finger kam, stiegen die Tränen in mir hoch. Übermorgen ist sein fünfter Todestag.»

### Jugend im Krieg

Überhaupt werden in ihr in diesen Tagen des Umzugs vermehrt Erinnerungen wach auch an ihre Jugend in Westdeutschland, wo sie mit ihrem drei Jahre jüngeren Bruder in Essen und später in Schwelm aufwuchs: unvergessene Bilder von den Kriegsjahren mit all ihren Schrecken und Strapazen, dem Sirenen-Geheul und nächtlichen Fliegeralarm. Bilder von ihrer Konfirmation im März 1943 in einer Wohnung mit bombenzertrümmerten Fenstern, ohne Wasser und Strom. Schmerzhaft sind ihre Erinnerungen an ihren Vater, der 1941 als Sanitäter eingezogen worden war und 1945 kurz vor Kriegsende unweit von seiner Familie fiel. Der Krieg zwang ihre Familie, immer wieder den Wohnsitz zu wechseln. «Bis zu meiner Matur 1949 zogen wir zehnmal um, manchmal von einer Notwohnung in die nächste.» Angesichts dieser Erfahrungen vergisst Loni Niederer nie, dankbar zu sein für alle schönen Wendungen in ihrem Leben.

Die Männer von der Zügelfirma sind von ihrem ersten Transport zurück. Loni Niederer lädt alle zum Kaffee mit belegten Brötchen, auch den Fotografen und die Journalistin. «So viel Herrenbesuch hatte ich schon lange nicht mehr», witzelt sie, während sie nach Zucker sucht. Bald geht es wieder an die Arbeit, und zwanzig Minuten später steht der Zügelbus für die zweite Fuhre startbereit.

Loni Niederer durfte nicht damit rechnen – doch seit sie weiss, dass sie im Bürgerasyl ausnahmsweise ein Zwei-Zimmer-Appartement beziehen kann, freut sie sich umso mehr: «So kann ich von meinen Siebensachen einiges mehr als erwartet ins Heim mitnehmen.» Einen



**Die Männer von der Zügelfirma tragen das Sofa ohne Polster zum Bus.**



**Eine Hausnachbarin schaut für einen Schwatz noch kurz vorbei.**



**Loni Niederer geht nach unten zum Briefkasten, nicht mit leeren Händen...**

neuen Einrichtungsplan hat sie bereits gemacht. Die gelernte Buchhändlerin und Volkskundlerin möchte den vorderen Raum als eine Art «Kultur-Oase» einrichten, um im kleinen Rahmen mit an-

deren Heimbewohnerinnen und -bewohnern ungezwungen über Bücher zu sprechen und Gedichte oder Geschichten vorzulesen. Den hinteren Raum wird sie als Schlafzimmer nutzen.

Während der Autofahrt zum Altersheim Bürgerasyl bedauert Loni Niederer, dass für viele allein der Gedanke an einen Umzug ins Altersheim mit vielen Widerständen und Ängsten verbunden sei. «Ich weiss das von vielen alten Leuten», sagt sie. «Es stimmt, man muss sich von vielem trennen und sich auch etwas einschränken können.» So wird sie der Hausordnung gemäss beispielsweise die nächste Advents- und Weihnachtszeit erstmals ohne brennende Kerzen in ihrem Appartement verbringen. «Ach, es gibt Schlimmeres. Ich habe schon gerne Kerzen, verstehe aber, warum eine solche Regelung auf den Zimmern Sinn macht.» Weit mehr am Herzen liegen ihr die Gemeinschaft und Sicherheit, die ihr das Heim bietet, die Kontakte und vielfältigen Anlässe und Veranstaltungen, bei denen sie gerne mitmachen will. «Auch ein- und ausgehen kann ich im Haus, wann immer ich mag, und Gäste empfangen.»

### Appartement Nr. 104

Ankunft im Bürgerasyl. Loni Niederer kennt sich aus, grüsst alle, denen sie begegnet, freundlich mit Namen. Vor ihrem Appartement Nr. 104 warten ihre Möbel und Sachen. Sie öffnet die Türe zu den schönen hohen Räumen mit den hell gestrichenen Holzwänden und weissen Vorhängen. Ihre Regenbogensteine funkeln zur Begrüssung am Zimmerfenster, und hübsch bezogen steht ihr neu gekauftes Bett da. Von beiden Räumen bietet sich eine herrliche Aussicht auf die Bäume, Blumen und Spazierwege im Park vor dem Haus, und das im Herzen von Zürich.

Sofort gehts los: Ihren Einrichtungsplan für die beiden Räume braucht Loni Niederer nicht mehr, sie hat alles im Kopf. «Das Sofa kommt dahin, der runde Tisch bitte hier neben die Wand, das Schränklein dort in die Ecke», weist sie die Männer an. «Und da ist schon mal ein Teppich, nur leider der falsche.» Loni Niederers Lust am Einrichten ist unverkennbar. Sie holt einen Plastiksack und verteilt die gewobenen Kissen auf dem Sofa und Lehnstuhl. «Etwas Gemütlich-

keit muss sein, Orange ist meine Lieblingsfarbe fürs Wohnen.» Während die Zügelmäner ein Regal montieren, sucht Loni Niederer das Säcklein mit den Tablarhaltern und ärgert sich, dass sie die kleinen Dinger offensichtlich in ihrer Schürzentasche an der Hofwiesenstrasse vergessen hat. Eine kleine Panne darf sein...

**Komplimente**

Beim Imbiss gegen Mittag mit dem Zügelteam in der Heim-Cafeteria erhält sie Komplimente: «Grossartig, wie Sie alles minutiös geplant haben, das ist längst nicht immer so», sagt Zügelmann Mächler und zeigt auf das orange Blatt mit den von ihr notierten Zeit- und Detailangaben. Sie dankt und erwidert lachend: «Und Sie, Sie haben auch prima gefolgt.» Als Zügelmann müsse man, sagt er, wenn alles schief läuft, auch manchmal in die Rolle eines Psychologen schlüpfen: «Teilweise treffen wir von A bis Z auf ein Chaos. Zügel bringt nicht nur viel Arbeit, sondern ist auch mit Gefühlsstress verbunden.»

Auch für Loni Niederer ist dieser Umzug kein Sonntagsspaziergang. Am Tag nach der Züglete fühlt sie sich müde und aufgewühlt. «Es war doch etwas viel. Unordnung hin oder her – am Sonntag werde ich mich ausruhen müssen.» Gut, dass sie in den nächsten zwei, drei Wochen noch zwischen ihren beiden Wohnorten hin und her pendeln kann: Bald wird sie zum ersten Mal in ihrem neuen Zuhause übernachten und wenige Tage später ein letztes Mal in ihrer alten Wohnung. Dort wird sie ihre Hausgenossen noch zu einem Abschiedsapéro einladen. «Als Stehparty, denn als einzige Sitzgelegenheit bleibt ja das Klo.» Und dann, Ende Monat, wird sie – nach 30 Jahren – ihre Schlüssel zur Wohnung an der Hofwiesenstrasse abgeben. Sie tut dies in einer Mischung von leisen Nostalgiegefühlen und kribbelnder Aufbruchstimmung. Sie ist gespannt auf ihr neues Leben im Altersheim Bürgerasyl. ■

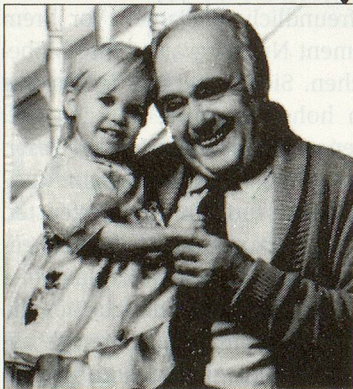
Teil 3 der Serie – über Loni Niederers erste Zeit im Altersheim – lesen Sie in der Dezember-Ausgabe; Teil 1 erschien in Nr. 7/8-2003.

**PLANUNGSHILFEN**

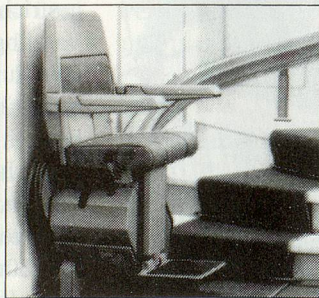
- Schaffen Sie die Vorbereitungen für den Umzug weitgehend selbst? Kann Sie jemand von den Angehörigen oder aus dem Bekanntenkreis beim Planen, Räumen, Packen und Einrichten unterstützen? Oder benötigen Sie einen professionellen Zügeldienst für Ihren Umzug?
- Bei den Pro-Senectute-Beratungsstellen (Telefonnummern vorne in der Zeitlupe) bekommen Sie Auskünfte aller Art zu Ihren Fragen rund ums Wohnen im Alter: Wie erhalte ich Unterstützung im Alltag daheim (Haushilfen, Mahlzeiten-Dienst, bauliche Anpassungen usw.)? Wie finde ich ein passendes Heim? Welche Vorbereitungen sind nötig? Wie finanziere ich einen Heimaufenthalt?
- Das Buch von Katrin Stäheli «Wohnen im Alter» bietet praxisnahe Informationen und Ratschläge, die beim Umzug in ein Altersheim oder in eine andere Wohnsituation helfen können (im Buchhandel, CHF 19.80).

INSERATE

**Ein Treppenlift ...  
damit wir es bequemer haben!**  
«Wir warteten viel zu lange»



- für Jahrzehnte
- passt praktisch auf jede Treppe
- in einem Tag montiert



sofort Auskunft  
**01/920 05 04**

Bitte senden Sie mir Unterlagen   
Ich möchte einen Kostenvoranschlag

Name/Vorname \_\_\_\_\_  
Strasse \_\_\_\_\_  
PLZ/Ort \_\_\_\_\_  
Telefon \_\_\_\_\_ ZL.Okt.2003

Die Spezialisten für  
Treppenlifte  
innen und aussen

**HERAG AG** Tramstrasse 46  
8707 Uetikon a/See

**diga  
möbel**

**Leserangebot 4004**

Ausschneiden und profitieren!



**Landhausmöbel**

**20%** mit diesem Inserat  
**direkt vom  
Grossisten!**

Barzahlungsrabatt

Lieferservice inkl.

I d'diga muesch higa!

- Burgdorf/Bern
- Crissier/Lausanne
- Dietikon/Zürich
- Dübendorf/Zürich
- Emmen/Luzern
- Fribourg/Nord
- Galgenen/SZ
- Hägendorf/Olten
- Rickenbach/Wil

Tel. 055 450 55 55  
www.digamoebel.ch

offeriert von

**büwo** Einkaufshilfe

8808 Pfäffikon