

**Zeitschrift:** Curaviva : Fachzeitschrift  
**Herausgeber:** Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz  
**Band:** 89 (2018)  
**Heft:** 9: Heimleitung : Herausforderungen und Lösungsansätze  
  
**Rubrik:** Kolumne : angeregte Gespräche in der "Altstadt"

### **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:** 13.07.2025

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

## Angeregte Gespräche in der «Altstadt»

**Interessierte Senioren finden oft kein Gegenüber und keinen Ort zum Reden. Sie verstummen. Ein Projekt will sie zu Gesprächen animieren.**

Von Peter Weibel

Ein innovatives Kollegen-Ehepaar, beide mit fundiertem Wissen in Philosophie, Psychologie und Management, haben sich zum Ziel gesetzt, einer oft übersehenen Tatsache mit einem konkreten Projekt entgegenzuwirken: der Tatsache, dass es in jeder Altersinstitution nicht wenige Bewohner gibt, die begabt und hoch interessiert sind, aber kein Gegenüber und keinen Gesprächsraum finden, um ihr Interesse mit Leben zu füllen. Sie verstummen.

Berenice und Stefan Bommeli haben das Projekt «Altstadt» ins Leben gerufen und es in sechs Gesprächsrunden im Domicil Baumgarten erprobt. Der Name Altstadt symbolisiert die Bedeutung eines Stadtzentrums, das nicht trotz, sondern wegen des Alters mitten im Leben steht. Neun motivierte Teilnehmerinnen und Teilnehmer trafen sich im Abstand von zwei Wochen und diskutierten mit wachsender Begeisterung miteinander und mit den Leitenden. Jedes Zusammentreffen stand unter einem Leitthema, und diese Themen bauten Brücken, um in die Lebensgestaltung einzutauchen und daran teilzuhaben: Märchen, philosophische Sinnsuche, Kurzgeschichte, Biografie, Soziologie des Alterns, japanische Haikus.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer hörten nicht nur zu, sie liessen sich anregen und begannen, die Stunde mitzugestalten und auch eigene Texte zu verfassen. Sie alle, das ergab die spätere Befragung, waren begeistert. Es war

nicht nur die Genugtuung, in einer solidarischen Gruppe getragen zu sein und eigene Ressourcen wiederzufinden, die sie begeisterten, es war mehr: die Entdeckung eigener Gestaltungskraft und Sinngebung.

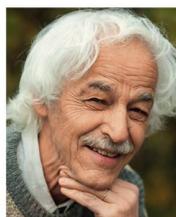
Das Projekt Altstadt ist eine wunderbare Idee, und ich hoffe sehr, dass es ein Anfang ist – oder mehr als ein Anfang. Das Unvergleichbare, das Innovative daran ist, dass es mehr ist als eine Vorlesungsreihe für Senioren, dass es die kreative Mitgestaltung der Teilnehmenden zum Prinzip erklärt und dadurch Lebensräume öffnet, die verschlossen lagen und sich wieder mit Farben füllen. Und vielleicht mit neuer Sinngebung.

Es ist auch eine Ansage an eine Alterspolitik, die sich in Versorgungsmodellen erschöpft und auf die Sinnfrage im Alter noch keine gültige Antwort gefunden hat.

---

Projektadresse:  
berenice@dasgelingendeleben.ch

---



**Zum Autor:** Peter Weibel ist Heimarzt im Domicil Baumgarten in Bern. Daneben betätigt er sich als Schriftsteller.

---

## Alter

### Tablettensucht im Heim

Alters- und Pflegeheime sehen sich immer häufiger mit der Abhängigkeit der Bewohnerinnen und Bewohner von Beruhigungsmitteln konfrontiert. Wie die Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme, die auch Tablettensüchtige berät, in einem neuen Bericht festhält, beschäftigt neben dem Alkohol zunehmend der Beruhigungsmittel-Missbrauch die Heime. Die Altersgruppe der über 74-Jährigen greife nämlich am häufigsten regelmässig zu Beruhigungsmitteln. Nicht selten mit ärztlichem Segen, denn psychoaktive Arzneien, Benzodiazepine, werden bei Senioren gegen zahlreiche psychiatrische Störungen verschrieben. Dadurch häufen sich in Pflegeeinrichtungen die Fälle von Langzeitpatienten, die von den Medikamenten abhängig sind. Der Konsum sei in der Schweiz im internationalen Vergleich sehr hoch, sagt Luca Gabutti, Chefarzt am Regionalspital Bellinzona. Er hat den Beruhigungsmittelkonsum im Tessin untersucht. Nur gerade ein Drittel der Verschreibungen sei als angemessen einzustufen, sagt er. Gabutti kritisiert die Verschreibungspraxis der Ärzte und weist nach, dass mehr Aufklärungsarbeit bei Patienten und die Offenlegung der Verschreibungsquote in fünf Tessiner Spitälern den Benzodiazepin-Konsum senken konnten. Diese Sensibilisierungsarbeit brauche es in den hiesigen Altersheimen bei Patienten und Pflégern. Beim Ärzteverband FMH will man von einer laxen Verschreibungspraxis allerdings nichts wissen: Insgesamt sei der Konsum stabil. Es fehle an Daten zur Beurteilung, ob auf eine Mehrheit der Verschreibungen verzichtet werden könnte.

NZZ am Sonntag

>>