

**Zeitschrift:** Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** - (2017)  
**Heft:** 1: Was uns glücklich macht : ältere Leute sind zufriedener mit dem Leben : warum das so ist und wie man sich bis ins hohe Alter dem Glück öffnet : Menschen in Zürich berichten

**Artikel:** "Echte Freunde sind das Wichtigste"  
**Autor:** Battaglia, Denise  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-846664>

### **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:** 02.02.2025

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



«Es sind alle so lieb! Ich habe einfach immer wieder grosses Glück!»: Silvana Maria Giacinta Pierina Agustoni.

# «Echte Freunde sind das Wichtigste»

Silvana Agustoni hat in ihrem Leben viele Schicksalsschläge erlitten. Trotzdem hat die 86-Jährige ihre Fröhlichkeit nicht verloren. «Was geschehen ist, muss man hinnehmen», sagt sie. Was ihr helfe, schwierige Zeiten zu meistern, seien der Glaube an Gott und die Gespräche mit ihren langjährigen Freundinnen.

Text: **Denise Battaglia** Foto: **Iris Ritter**

Sie lacht viel und gern. Zum Beispiel wegen ihrer Vielzahl an Vornamen, die sie genussvoll aufsagt: Silvana, Maria, Giacinta, Pierina Agustoni heisst die Dame, die am 23. Januar ihren 86. Geburtstag feiern konnte und auf ein bewegtes Leben zurückblicken kann. Ihre Eltern, die im Jahre 1927 mangels Arbeit aus Morbio Inferiore im Tessin in die Stadt Zürich «auswanderten», hatten bei der Erstgeborenen offenbar fast das ganze Pulver verschossen. «Meine zwei Jahre jüngere Schwester erhielt nur noch zwei Namen», sagt Silvana Maria Giacinta Pierina Agustoni und lacht schallend.

Die elegante Seniorin, die einen rosafarbenen Wollpullover zu schwarzen Hosen, eine lange Perlenkette und cremefarbene Ohrclips trägt, lacht auch, wenn sie sich an früher erinnert, an ihre – trotz Krieg und Entbehrungen – «schöne Kindheit». Sie lächelt, wenn sie von ihrer Mutter erzählt, mit der sie ihre Dreieinhalbzimmer-Genossenschaftswohnung in Wiedikon teilte, bis diese im Jahre 1991 mit 92 Jahren verstarb. Sie kommt ins Schwärmen,

wenn sie von ihren Reisen erzählt, die sie nach England, Spanien, Italien, Frankreich, Jerusalem und nach Ungarn führten. Nach Ungarn reiste sie vierzehn Mal, unter anderem um mittellose Ungaren in Zahnpastatuben verstecktes Geld von deren Verwandten

«Wenn es mir nicht gut geht, frage ich mich immer: Was hätte Mutter gemacht? Das gibt mir Kraft.»

Silvana Agustoni

zu bringen, die in die Schweiz geflüchtet waren. Sie erzählt fröhlich von den früheren Jassnachmittagen mit Freundinnen oder dem freitäglichen Tanzausgang mit ihren Bürokolleginnen, der damit begann, dass sie sich im «Dörfli» in einem Restaurant mit sechs Schnecken stärkten – pro Person ein Stück. Und sie erzählt vom Kuss, den

ihr General Henri Guisan auf die 14-jährige Stirn drückte. Silvana Agustoni spricht viel, schnell und lebhaft.

## Zuerst Vater, dann Freund verloren

Dabei hätte Silvana Agustoni ihre Fröhlichkeit längst verlieren können. Die 86-Jährige musste zahlreiche Schicksalsschläge, Krankheiten, Spitalaufenthalte und Verluste überwinden. Der erste Verlust war der ihres Vaters. Er starb nach einem Huftritt eines Pferdes am 28. April 1945, eine gute Woche vor Ende des Zweiten Weltkriegs. Da war sie 14 Jahre alt. Ihren Vater hatte sie noch gar nicht richtig kennengelernt, da er fast immer nur im Militär gewesen sei.

Den Kuss von General Guisan erhielt sie, nachdem ihr Onkel im Tessin, bei dem sie gerade in den Ferien war, dem General vom Tode des Soldaten erzählt hatte. Ein paar Jahre später verunglückte ihr Freund mit dem Auto tödlich – Silvana Agustoni hat nie geheiratet.

Vor gut zwei Jahren suchte sie wegen grosser Müdigkeit ihren Hausarzt auf, der sie sogleich ins Spital über-

>>

&gt;&gt;

wies. Silvana Agustoni hatte Lungenembolien, und zwar mehrere. «Als mich mein Hausarzt am Abend im Spital besuchte, sagte er zu mir: Ich bin glücklich, dass ich Ihr Leben gerettet habe.» In den letzten fünf Jahren stürzte sie zweimal auf den Rücken. Seither kann sie nur noch gebückt gehen.

Nach dem letzten Sturz vor einem Jahr musste sie zweieinhalb Tage zur Überwachung im Spital bleiben, es war «der schlimmste Spitalaufenthalt meines Lebens». Nicht weil sie unter Schmerzen litt. Was ihr und ihrer 94-jährigen Zimmernachbarin schwer zu schaffen gemacht habe, sei der Umgang mit ihnen gewesen, «als hätten Betagte keinen Wert, als wären wir keine Menschen mehr».

### Vom Spital für tot erklärt worden

Was kurz danach folgte, war für die gläubige Christin, in deren Wohnung zwei schwere Madonnenstatuen stehen, so schlimm, dass sie ganz leise wird, als sie davon erzählt: Das Spital hat sie nach ihrem Aufenthalt für tot erklärt. Es schickte ihrer Patentochter, ihrer engsten Bezugsperson, eine Einladungskarte zu einer Gedenkfeier. Die Einladung begann mit den Worten: «In den vergangenen Monaten ist Silvana Agustoni in unserem Spital verstorben. Aller Menschen, die im ausklingenden Jahr (...) verstorben sind, wollen wir gemeinsam gedenken.» Die Patentochter rief sofort ihre Gotte an. «Als ich antwortete, sagte sie unter Tränen: Jesus, du lebst!» Dass sie für tot erklärt worden sei, verfolge sie noch heute, anderthalb Jahre danach, flüstert die 86-Jährige.

Der letzte schwere Schicksalsschlag ist erst drei Monate her: Ihre Patentochter verlor im November ihren Mann, er war erst 44 Jahre alt. «Ich wollte zum ersten Mal an Weihnachten alleine sein», erzählt Silvana Agustoni, sie hat nun Tränen in den Augen, «das geht mir sehr nahe.»

Silvana Agustoni, die zuerst als Sekretärin und dann als Personalleiterin mit 150 Angestellten bei Fega-Werk in Zürich, einem Hersteller von Feuer- und Gasmasken, 33 Jahre lang arbeitete und fünf Sprachen spricht, muss über eine grosse innere Stärke verfügen. «Ja, die habe ich von meiner Mut-

ter, die einen festen Glauben hatte», erzählt sie. «Wenn es mir nicht gut geht, frage ich mich immer: Was hätte sie gemacht? Das gibt mir Kraft.»

### «Für ein gutes Leben braucht man echte Freunde»

Auch der Humor sei von der «Mamme», man dürfe sich nicht immer allzu ernst nehmen, findet sie. Silvana Agustoni sieht das Positive in ihrem Leben und freut sich über kleine Dinge oder schwelgt in schönen Erinnerungen. «Denn was geschehen ist, kann man nicht ändern. Man muss es hinnehmen.» Was ihr in schweren Zeiten immer geholfen habe, seien Freundschaften. «Wenn es einem nicht gut geht, muss man mit jemandem sprechen können, der einem nahesteht.» Für ein gutes Leben brauche man «echte Freunde», Freunde, die einen annehmen, wie man ist.

Silvana Agustoni telefoniert oft mit ihren Freundinnen und nahen Verwandten, erhält viel Besuch und hat auch guten Kontakt zu ihren Nachbarinnen und Nachbarn. Zwei Nachbarn haben auch einen Schlüssel zu ihrer Wohnung. «Sie fragen regelmässig nach meinem Befinden.» Beim letzten Sturz im Schlafzimmer, als sie nicht mehr aufstehen konnte, war es ihr Nachbar einen Stock höher, der ihre mit einer PET-Flasche an die Wand ge-

klopfen SOS-Morsezeichen hörte und sie schliesslich fand. Seither trägt sie auch ein Notruf-Armband des Schweizerischen Roten Kreuzes.

Die Zürcherin mit Tessiner Wurzeln kocht jeden Tag für sich etwas Kleines und manchmal etwas Grösseres für Besuch, am liebsten die Tessiner Gerichte ihrer Mutter: Gnocchi («Dafür stehe ich morgens um fünf Uhr auf»), Polenta mit Kaninchen, Risotto («Nur das Safranrisotto ist das richtige Risotto!»), eine Minestra oder Pasta («Es kommt auf die Salsa an!»).

### «Es sind alle so lieb!»

Die Einkäufe bringt ihr der Quartierladen in die Wohnung im vierten Stock: «Ich rufe an, sie bringen es hoch und Ende Monat bezahle ich die Ware», erzählt sie. Auch die Nachbarin frage immer wieder, ob sie etwas brauche. «Es sind alle so lieb! Ich habe einfach immer wieder grosses Glück», sagt Silvana Agustoni. Wenn sie keinen Besuch hat, hört sie sich manchmal die Schallplatten des Chores an, in dem sie selber 67 Jahre sang, und abends sieht sie gern Rosamunde-Pilcher-Filme, die sie an ihre Reisen nach Grossbritannien erinnern, wo ihr «Gottenbub» wohnt. «Mein Gottenbub ist 58 Jahre alt», sagt sie, legt ein Foto eines grauhaarigen Mannes auf den Tisch und lacht laut. ■

## Soziale Kontakte verbessern Anpassungsfähigkeit

Die Fähigkeit, sich an neue Lebenssituationen anzupassen, ist eine wichtige Ressource älterer Menschen. Viele Betagte können gemäss einer Studie von Pro Senectute sowohl intellektuelle als auch körperliche Einschränkungen gut «wegstecken», indem sie sich sagen: «Das ist jetzt meine Situation, die lässt sich nicht verändern.» Wie gut Betagte mit Fähigkeitsverlusten umgehen können, hat auch eine Befragung von 95 Hundertjährigen und ihren Angehörigen in Heidelberg ergeben (Heidelberger Hundertjährigen-Studie). So schätzen zum Beispiel die Hundertjährigen ihre Gesundheit durchweg besser ein als die ihnen nahestehenden Personen. Der Grund für diese unterschiedliche Wahrnehmung ist, dass aussenstehende Personen eher die körperlichen Aktivitäten des täglichen Lebens beurteilen, die Hochaltrigen aber mehr psychische Aspekte wie den Gemütszustand. Ein hohes Mass an Lebenssinn und Lebenswille hilft demnach, schwierige Bedingungen zu neutralisieren. Für Lebensfreude sorgt meist ein gutes soziales Netz. Regelmässige Kontakte zu Verwandten, Freunden oder Nachbarn sind aber nicht nur Balsam für die Seele, sie halten einen auch flexibel, da man lernt, sich anderen Menschen und Situationen anzupassen.

Studie «Erst agil, dann fragil»: [www.prosenectute.ch/de/dienstleistungen](http://www.prosenectute.ch/de/dienstleistungen)