

# Beiträge aus dem Leserkreis

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Pro Senectute : schweizerische Zeitschrift für Altersfürsorge, Alterspflege und Altersversicherung**

Band (Jahr): **46 (1968)**

Heft 2

PDF erstellt am: **24.07.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

### Ueber die Probleme des Altwerdens

Vor einigen Tagen las ich in einer illustrierten Zeitung ein Interview mit der berühmten Coco Chanel, der Modeschöpferin. Sie sagt: «Altern ist ein Lebensproblem und da gibt es keine einfache Lösung.» Sie fügt hinzu, dass man nach 45 nicht mehr jung ist und dies bestreite ich. Es hat keinen Sinn, sich gegen das Altwerden aufzulehnen, denn es ist der naturgegebene Lebensrhythmus, aber zwischen Jugend und Alter liegen viele Jahrzehnte und es kommt darauf an, diese Lebens Epoche richtig auszufüllen und sinnvoll zu gestalten.

Ich habe eine 40jährige Frau gekannt, die ich richtig alt fand, weil sie keinerlei Interessen besass; weder Kunst, noch Literatur, noch Musik bedeuteten ihr etwas. Sie war ausgebrannt und sass allein in ihrer Wohnung, ohne Freunde, und auch, ohne dass sie Verlangen nach ihnen hatte. Sie war alt.

Ich habe aber eine 80jährige Frau gekannt, die sich um ihre Familie und ihre Freunde (und es waren nicht wenige) kümmerte, immer fröhlich und gut gelaunt war, einen jungen Geist besass und sogar Freude an schönen Kleidern hatte. Teilnehmend am Schicksal ihrer Mitmenschen gab sie gute Ratschläge, besass aber auch die Kunst, sich im richtigen Moment zurückziehen zu können. Sie las viel und dies half ihr über viele einsame Stunden hinweg. Diese Frau war jung geblieben und es war für mich immer ein Vergnügen, mich mit ihr zu unterhalten. Ich meine natürlich nicht, dass ein junger Körper und ein junges Gesicht dasselbe sind wie ein reifes Gesicht und ein alter Körper, der wegen der Altersgebrechen mühsam zu ertragen ist. Mit diesem Problem muss jeder Senior allein fertig werden. Die beste Kosmetik aber ist ein aufgeschlossener Geist und Herzensgüte, die auch das faltige Antlitz einer Seniorin anziehend machen, während ein junges und schönes Gesicht ohne diese Attribute eine leere Larve sein kann. Es ist nie zu spät, sich aufzuraffen und sich nützlich zu betätigen; das ist das richtige Medikament gegen die Schrecken des Alters, gibt Zufriedenheit und Harmonie. Ein aktives Leben ist die einzige und beste Lösung und macht das Alter zu einem glücklichen Lebensabschnitt. Tekla Turkavka