

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 73 (1995)  
**Heft:** 1-2

**Rubrik:** Pro Senectute live

### **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:** 20.07.2025

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

**Aktuell**

**75 Jahre Pro Senectute Aargau**

Gegen 200 ehrenamtliche Helferinnen, die rund 30 Festangestellten und ihre Vorgänger/innen im Ruhestand sowie Vertreter von Behörden und sozialen Institutionen feierten am 23. November 1994 den Geburtstag von Pro Senectute Aargau.

Präsident Kurt Lareida skizzierte die Entwicklung der Ende 1919 in Brugg gegründeten Stiftung. Ihr Hauptziel war «die Fürsorge für bedürftige Greise beiderlei Geschlechts.» Mit der Gründung von Beratungsstellen in allen 11 Bezirken seit den siebziger Jahren wurden die Dienstleistungen in allen Sparten entscheidend ausgebaut. Rund 20 000 – ein Drittel aller Aargauer Senioren – profitieren heute von irgendeinem Angebot der Stiftung. Daraus erklärt sich die erstaunliche Entwicklung von einem Jahresbudget in der Gründungszeit von 17 000 Franken zu den 7,4 Millionen Franken für das Jahr 1995.

Als Gastredner sprach der Schriftsteller Alfred A. Häslar. Trotz enormer Fortschritte auf vielen Gebieten treten die Schattenseiten immer deutlicher hervor. In der Wegrationalisierung vieler guter Mitarbeiter zeige sich ein wachsendes Defizit an Mitmenschlichkeit. Die zunehmenden Aufgaben im Pflegebereich seien nur mit Solidarität lösbar. Er warnte vor der «Ablenkungsindustrie», der so viele Senioren verfallen sind. Darob würden wir den entscheidenden Fragen um Altern, Verlust, Sterben ausweichen. Nötig wäre eine Art «neuer Frömmigkeit», eine Vernunft des Herzens. Geschäftsleiter Peter Haller knüpfte bei der Solidarität an: Langzeitarbeitslose hätten mit schweren Folgen zu rechnen, da ihnen 5 bis 10 Jahre Vorsorgeleistungen fehlten. Pro Senectute müsse mit vermehrter finanzieller Nothilfe rechnen. Gegenseitige Hilfe im Alter sei immer nötiger, aber man müsste auch einmal über «Sozialzeit, Sozialgutschriften» nachdenken. Nötig sei mehr Integration

statt Ausgrenzung, bessere Koordination bei Haushilfedienst/Spitex, mehr Angebote für jüngere Senioren beim Sport und vor allem der Einbezug der älteren Menschen in die Altersarbeit.

Grussworte sprach die Vorsteherin des Gesundheitsdepartements, Stephanie Mörikofer («Im übrigen sollten sich die Älteren auch fragen, was sie für die Jungen tun könnten!»). Alt Nationalrat Albert Egli, Präsident von Pro Senectute Schweiz, lobte die gute Zusammenarbeit zwischen dem Zentralsekretariat und Aarau, erwähnte aber die immer häufiger gestellte Frage nach den «Grenzen des Sozialstaates». Auch Stadtammann Rolf Alder und die Sprecherin des Senioren- und Rentnerverbands dankten für ein kooperatives Klima.

Den gediegenen Rahmen bildeten die Aargauer Kammersolisten mit Bläser-Oktetten von Mozart. Zum und nach dem «Aargauer Braten mit Beilagen» spielte die Handharmonikagruppe von Pro Senectute Brugg heitere Weisen.

Peter Rinderknecht

stitut, Erlachstrasse 21, 3012 Bern, 031/23 08 31, Fr. 25.–.

Eveline von Rabenau beobachtet mit der Kamera, wie Schwester Ursula Schroeder, die Leiterin des Städtzürcher Krankenhauses Bombach, die letzten Monate ihrer Berufstätigkeit erlebt, sich frühzeitig pensionieren lässt, ein grosses Abschiedsfest feiert und die Zeit nach der Pensionierung neu zu gestalten beginnt. Im Studio berichtet sie, wie es ihr eineinhalb Jahre danach geht. – Zum Ausklang zeigt Cés Keiser mit «Der Rentner» einige weitere Facetten des Lebens nach der Pensionierung. Aus dem sensiblen und mehrschichtigen Porträt und der witzigen Kabarettnummer ist viel zu gewinnen zum Thema Austritt aus dem Erwerbsleben. HS

Gesprächsthemen: Pensionierung, Lebensgestaltung, Rollen

**Pro Senectute**

Die **Beratungsstellen** von Pro Senectute (Telefonnummern neben den betreffenden Ortschaften) geben Ihnen gerne Auskunft über weitere Veranstaltungen. Die Telefonnummern der kantonalen Geschäftsstellen sind neben den Kantonsnamen aufgeführt.

**Aargau 064/24 08 77**

Atemgymnastik, Gymnastik, Jogging, Schwimmen, Tanzen, Tennis, Turnen, Velofahren, Wandern  
Diverse Angebote: Autogenes Training, Spiel- und Tanznachmittage, Jassen, Schach, Gedächtnistraining, Sprachkurse, Theater, Musizieren, Seniorenorchester, Akkordeongruppen, Singen, Kochkurse, Mittagstisch, Treffpunkt für Ältere, Sonntagstreff, begleitete Ferienwochen, Lebenshilfekurse, Selbsthilfegruppen

<b>Aarau</b>	064/24 08 66
<b>Baden</b>	056/21 11 22
<b>Brugg</b>	056/41 06 54
<b>Frick</b>	064/61 37 14
<b>Lenzburg</b>	064/51 77 66
<b>Muri</b>	057/44 35 77
<b>Reinach</b>	064/71 09 04
<b>Rheinfelden</b>	061/831 22 70
<b>Wohlen</b>	057/22 75 12
<b>Zofingen</b>	062/52 21 61
<b>Zurzach</b>	056/49 13 30

**Appenzell AR 071/51 25 17**

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern  
Herisau 071/51 25 17  
Heiden 071/94 62 49  
Speicher 071/94 35 95

**Appenzell AI 071/87 31 55**

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern

**Baselland 061/921 92 33**

Jogging, Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Velofahren, Wandern

**Basel-Stadt 061/272 30 71**

Jogging, Kegeln, Langlauf, Mini-tennis, Schwimmen, Tanzen, Tennis, Tischtennis, Turnen, Velofahren, Wandern

**Luftgässli 3:** Englisch, Französisch, Italienisch, Russisch, Latein  
**Alterssiedlung Bruderholzweg:** Blockflötenspiel

**Alterszentrum Weiherweg:** Jassen, Schach, Tanzabende, Konzerte  
**Dräffunggt Wiisedamm:** Jassen, Gesellschaftsspiele, Handarbeiten, Basteln, Kaffee usw.

**Begegnungszentrum Gundeldingen, Bruderholzstr. 104:**

Malen, Nasstechnik, Zeichnen, Aquarell- und Bauernmalerei, Englisch, Französisch, Italienisch

**Hirzbrunnenstrasse 50:** Aquarellieren für Fortgeschrittene

**Im Rankhof Haus Nr. 8:** Musizieren, Modellieren, Töpfern, Gitarrenspiel, Singen, Kleidernähen, Englisch

**Kaserne Klybeckstr. 1b:** Spanisch, Club de conversation française, Englisch, English Conversations Club, Werkstatt/Fotolabor, Sonntagstreff

Mo-Fr 14-17 h: Treffpunkt  
Di Mi Fr: Mittagstisch

061/691 66 10

**Davidseck, Davidsbodenstr. 25:** Italienisch, Mo-Fr: Mittagstisch

Voranmeldung: 061/321 48 28  
**Sternenhof, Sternengasse 27:** Aquarellmalen, Kleider-Neuanfertigungen und -Änderungen, Englisch, Altflötenspiel

**Bern 031/352 35 35**

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern

**Bern-Stadt 031/351 21 71**

Mini-Tennis, Tanznachmittage  
**3005 Bern 031/352 83 04**

**3007 Bern 031/371 45 77**

**3008 Bern 031/382 23 07**

**3012 Bern 031/302 36 64**

**3013 Bern 031/332 98 14**

**3014 Bern 031/332 15 30**

**Bern-Land 031/972 40 30**

Spiegel  
Computerkurs, Mini-Tennis, Tennis, T'ai Ji

Biel 032/22 75 25

Mini-Tennis, Mittagstisch, Sonntagclub, Tanznachmittage

Biel und Seeland: 8.–15.9.: Ferienwoche in Gersau für leicht Pflegebedürftige

**Burgdorf 034/22 75 19**

Mini-Tennis, Offenes Singen, Tagesgruppe, Tanznachmittage

**Interlaken 036/22 30 14**

Tanznachmittage  
**Jura bernois 032/91 21 20**

Tanznachmittage  
**Konolfingen 031/791 22 85**

15.–24.6.: Seniorenferien in Flims  
Waldhaus

**Audiovisuelle Medien**

**Fit ab 50**

David Palmer/Power Films Production, Amerika 1993. Video VHS. 60 Minuten, farbig, deutsch synchronisiert, ISBN 3-928 775-46-4. Verkauf: Lange Media Verlag, Poststrasse 12, D 40213 Düsseldorf, Tel. 0049 211/86 41 90, Fax 0049 211/32 00 00. Fr. 49.80.

Die aus der TV-Serie «Golden Girls» bekannte Estelle Getty präsentiert Übungen für die Fitness nach fünfzig. Sie sind in die drei Kapitel gegliedert: Aufwärmübungen, Fitnessübungen und Stretching zum Abkühlen. Unterhaltend, didaktisch überlegt und teils mit lockerem Mundwerk (wie die Fernsehserie) kommen Film und Präsentation daher. Bei der gefälligen Art der Darbietung stellt sich die Frage nach dem Einsatz des Videos: Als Vorschlag zum Nachmachen für Einzelne? Als Ersatz für eine Turnerin in der Gruppe? Wohl kaum. Somit bleibt noch: als Mittel zur Motivation, selbst in eine Turngruppe zu gehen; als Inspiration, im Alltag das eine oder andere des Gehörten zu berücksichtigen. HS  
Gesprächsthemen: Turnen, Fitness

**Ursula Schroeder:**

**Vor und nach der Pensionierung**  
Eveline von Rabenau, Treffpunkt, Schweizer Fernsehen DRS, 18.2.1993. 40 Minuten, farbig, Dialekt, VHS-Kopie, Verleih: Film In-



**REHA HILFEN AG**

Das Fachgeschäft für:

- LEICHTROLLSTÜHLE
- GEHHILFEN
- AUFRICHTSESSEL
- DUSCH- UND BADEHILFEN

Mühlegasse 7 · 4800 Zofingen  
Telefon 062 51 43 33

**Laupen** 031/747 63 67  
Mini-Tennis, Mittagstisch

**Oberaargau**  
Langenthal 063/22 71 24  
Tanznachmittage

**Oberhasli**  
Meiringen 036/71 32 52  
Mini-Tennis, Tennis

**Oberland West**  
Spiez 033/54 61 61  
Gruppe Musik & Gesang, Tanz-  
nachmittage, Yogakurse,  
Mini-Tennis, Tennis

**Seeland**  
Lyss 032/84 71 46  
Mittagstisch, Tanznachmittage,  
Mini-Tennis, Tennis

**Schwarzenburg/Seftigen**  
3008 Bern 031/381 22 77

**Signau**  
Langnau i.E. 035/2 38 13

**Trachselwald**  
Hasle-Rüegsau 034/61 50 60  
Tanznachmittage

**Freiburg** 037/22 41 53  
Langlauf, Schwimmen, Tanzen,  
Turnen

**Genf** 022/321 04 33  
Langlauf, Schwimmen, Turnen

**Glarus** 058/61 40 32  
Schwimmen, Turnen, Wandern

**Graubünden** 081/22 75 83  
Langlauf, Schwimmen, Tanzen,  
Turnen, Wandern

**Chur** 081/22 44 24  
**Davos-Platz** 081/43 38 08  
**Ftan** 081/864 03 02  
**Ilanz** 081/925 43 26  
**Samedan** 082/6 34 62  
**Thusis** 081/81 43 17

**Jura** 066/22 30 68  
Schwimmen, Tanzen, Turnen

**Luzern** 041/23 03 25  
Jogging, Langlauf, Schwimmen,  
Tanzen, Tennis, Turnen, Volks-  
tanz, Wandern 041/23 01 80  
**Luzern (Stadt)** 041/23 73 43

**Mittagstisch, Treffpunkt:**  
Evang. Studentenheim, Schwei-  
zerhausstr. 4 041/23 16 31  
**Handarbeitsstube:** 041/41 59 82  
**Tanznachmittage:** 041/23 03 25  
Alterssiedl. Eichhof, Steinhofstr. 7

**Seniorentreff:**  
Dornacherstr.6 041/23 16 31

**Luzern (Land)**  
Ebikon 041/34 77 10  
Emmenbrücke 041/55 84 66  
Kriens 041/42 21 22  
Hochdorf 041/88 68 08  
Schüpfheim 041/76 20 33  
Sursee 045/21 69 67  
Willisau 045/81 25 91

**Neuenburg** 038/23 20 20  
Langlauf, Schwimmen, Turnen

Fleurier 038/61 35 05  
La Chaux-de-Fonds 039/23 20 20  
Le Locle 039/31 47 76  
Neuchâtel 038/24 56 56

**Nidwalden** 041/61 76 09  
Langlauf, Schwimmen, Tanzen,  
Tennis, Turnen, Wandern

Stans 041/61 76 09  
Gedächtnistraining, Englisch, Itali-  
enisch, Französisch, Vorträge, Ex-  
kursionen, Ferienwochen, Jassen

**Obwalden** 041/66 57 00  
Langlauf, Schwimmen, Tanzen,  
Tennis, Turnen, Wandern

Sarnen 041/66 57 00  
Gedächtnistraining, Jassen, Malen

**Schaffhausen** 053/24 80 77  
Langlauf, Schwimmen/Wasser-  
gymnastik, Volkstanz, Laufftreff,  
Turnen, Turnen im Heim, Wan-  
dern

**Schaffhausen** 053/24 80 77  
Seniorentreffpunkt, Herrenacker  
25: Singen, Spielen, Orchester,  
Mittagstisch, Englisch, Italienisch,  
Französisch, Handarbeit, Kultur-  
programm

Senioren Bühne 053/22 36 65  
**Neunkirch** 053/61 17 88

**Schwyz** 043/21 48 76  
Langlauf, Schwimmen, Turnen,  
Wandern

Kreis Einsiedeln 055/63 65 55  
Kreis Goldau 043/22 00 48  
Kreis March 055/63 65 56  
Kreis Schwyz 043/21 39 77

**Solothurn** 065/22 97 80  
Langlauf, Schwimmen, Tanzen,  
Turnen, Wandern

**Balsthal** 062/71 16 61  
Seniorenjassen in Gänsbrunnen  
Mittagstisch in Gänsbrunnen  
(Anmeldung: 062/49 13 28)

**Breitenbach** 061/781 12 75  
**Grenchen** 065/52 49 02  
**Oltén** 062/26 64 44/45  
Tanznachmittage

**Solothurn** 065/22 32 42  
Bildungskurse 065/22 27 83

**St. Gallen** 071/22 56 01  
Langlauf, Schwimmen, Tanzen,  
Turnen, Wandern

**Altstätten** 071/75 56 33  
**Buchs** 081/756 41 59  
Sprachkurse, Schreibatelier, Holz-  
werkstatt, Gedächtnistraining,  
Kochen für Männer

**Degersheim** 071/54 14 19  
Sprachen, Jassen, Autofahren im  
Alter, «Besser sehen, denken,  
hören», Vorträge

**Gossau** 071/85 85 83  
Turnen, Sprachen, Gedächtnis-  
training, Wandern, Singen

**Oberuzwil**  
Sprachen, Kochen, Literarischer  
Zirkel, Vorträge 073/51 53 25

**Rorschach** 071/41 17 87  
Div. Aktivitäten (Unterlagen  
erhältlich)

**St. Gallen** 071/22 77 63  
oder 071/23 40 11  
Gymnastik, Kochen, Malen und  
Zeichnen, Familienkunde, Flöte,  
Gedächtnistraining, Autogenes

Training, Familienkunde, Literatur  
und Poesie, Sprachen, Stricken-  
Sticken-Häkeln, Singen, Sonntags-  
treff, Senioren-Orchester,  
Betriebsbesichtigungen

SG-Ost: 071/23 40 44  
SG-Centrum: 071/23 40 45  
SG-West: 071/23 29 36

**Uznach** 055/72 13 17  
**Uzwil** 073/51 34 96  
Sprachen, Gedächtnistraining,  
Literarischer Zirkel, Nähen etc.

**Wattwil** 074/7 52 62  
**Wil** 073/23 85 85  
Sprachen, Gedächtnistraining, Li-  
nolschnitt, Malen+Zeichnen und  
andere Kurse (z.B. Computer), Li-  
terarischer Zirkel 073/23 85 88

**Tessin** 091/23 81 81  
Langlauf, Schwimmen, Turnen

**Bellinzona** 092/25 92 92  
**Biasca** 092/72 42 12  
**Locarno** 093/31 31 - 32 21 30  
**Lugano** 091/23 19 45  
**Centro Diurno** 091/51 26 62  
**Mendrisio** 091/46 36 36  
**Roveredo** 092/82 37 37

**Thurgau** 072/22 51 20  
Schwimmen, Tanzen, Turnen,  
Wandern

**Frauenfeld** 054/21 58 01  
Senioren-Tanzen in Migros Klub-  
schule

**Kreuzlingen** 072/72 77 78  
Senioren-Volkstanz im Zentrum

Bären 072/72 40 84  
**Romanshorn** 071/61 20 90  
**Weinfelden** 072/22 51 20

**Uri** 044/2 42 12  
Langlauf, Schwimmen, Tanzen,  
Turnen, Wandern

**Altdorf** 044/2 42 12

**Vaud** 021/646 17 21  
Schwimmen, Tanzen, Turnen

**Lausanne** 021/646 17 21  
**Morges** 021/801 63 63  
**Vevey** 021/921 44 84  
**Yverdon** 024/23 63 26

**Valais** 027/22 07 41  
Langlauf, Schwimmen, Tanzen,  
Turnen, Velofahren, Wandern  
Kurse: Gedächtnistraining

**Brig** 028/23 90 23  
**Gampel** 028/42 24 48  
**Leuk** 027/63 14 10

**Martigny** 026/22 25 53  
**Montagnier** 026/36 20 78  
**Monthey** 025/71 59 39  
**Saxon** 026/44 26 73  
**Sierre** 027/55 26 28  
**Sion** 027/22 07 41  
**St. Maurice** 025/65 23 33  
**Visp** 028/46 13 14  
oder 028/46 75 14

**Zug** 042/21 43 66  
Langlauf, Schwimmen, Tanzen,  
Turnen

Jassen, Rommé-Spielen, Mittags-  
club, Kochkurs für Männer, Offen-  
nes Singen, Gedächtnistraining  
(Kurs- und Veranstaltungspro-  
gramm: 042/22 46 22)

**Baar/Cham/Hünenberg/**  
**Steinhausen** 042/22 46 24  
**Menzingen/Neuheim/Ober-**  
**und Unterägeri** 042/21 70 33  
**Zug/Oberwil/Risch/Rotkreuz/**  
**Walchwil** 042/22 46 23

**Zürich** 01/422 42 55  
Langlauf, Schwimmen, Tanzen,  
Turnen, Wandern

25.5.-2.6.: Aktiv-Ferienwoche im  
Sportzentrum Kerenzerberg.  
*Trudi Schriber, Im Jucker 8,*  
*8143 Stallikon, 01/700 22 60*

1.4.: Senioren-Tanztreffen in der  
Mehrzweckhalle Urdorf.  
*Rosmarie Fehlmann, Aufdorfstr. 186,*  
*8708 Männedorf, 01/921 17 45.*

**Affoltern/Dietikon** 01/761 37 63  
**Andelfingen/**  
**Winterthur** 052/212 05 06

Eine Angebotsliste für Turnen, Gym-  
nastik, für Schwimm-, Volkstanz-  
und Wandergruppen, Langlauf  
kann telefonisch bestellt werden.

**Bülach/Dielsdorf** 01/860 55 60  
**Hinwil** 01/930 16 16  
**Horgen/Meilen** 01/923 23 33  
**Pfäffikon** 01/930 29 70  
**Uster** 01/942 07 01

**Zürich-Stadt**  
(1/6/7/8/11/12) 01/422 51 91  
**Zürich-Stadt**  
(2/3/4/5/9/10) 01/241 09 31

**Wetzikon ZH**  
ab 8.2., alle 14 Tage: Tanznach-  
mittag 01/930 10 16



Seit Mitte Dezember  
spielt die Theatergruppe  
SILBERFÜCHSE – Tog-  
genburg das Theater-  
stück «Jetzerscht rächt»  
von Elsa Bergmann.

Wir würden uns freuen, Ihren Vereinsabend oder Ihren  
Altersnachmittag mit diesem lustigen Spiel zu bereichern.  
Verlangen Sie Unterlagen bei Frau G. Bovy, Postfach,  
9630 Wattwil.

Wünschen Sie unserer Truppe beizutreten, gibt Ihnen  
Herr Fritz Knorpp, Präsident, Dorf 25, 9656 Alt St. Johann,  
Tel. 074/5 22 78 gerne Auskunft über unser nächstes Treffen.