

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 74 (1996)
Heft: 12

Rubrik: Leser schreiben : unser Leben im Altersheim

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: 04.05.2025

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

Unser Leben im Altersheim



Das Ehepaar Luzia und Carl Seiler-Kunz.

Foto: zVg

Von Carl Seiler, 1902

1993 zog das Ehepaar Luzia und Carl Seiler-Kunz ins Wohnheim Eichhof in Luzern. Wie sie diesen Umzug erlebt haben und jetzt ihr Leben gestalten, schildert im folgenden der 94jährige in einem selber verfassten Bericht.

Die Jahre wie die Wolken ziehn» schrieb Ludwig von Eichen-dorff. Man steht dem Alter machtlos gegenüber. Wenn man so gegen neunzig Jahre zählt oder vielleicht schon früher, kommt der Moment, wo vieles im Leben ändert. Man kann nicht mehr alles mitmachen oder machen, wie man gerne möchte. Die Kräfte reichen nicht mehr aus. Man kann eine vertraute Person anstellen, die einem das Schwere abnimmt. Wenn

man so eine Person findet, ist das direkt ein Glücksfall. Für viele gibt es keine andere Wahl, als ins Altersheim zu ziehen. Zum Glück habe ich mich bereits vorsorglich im Alterswohnheim angemeldet. Die Heimleiterin setzte mich und meine Frau auf die Warteliste. Jetzt galt es nur noch abzuwarten, bis eine geeignete Wohnung frei wurde. Da ich schon mehr als 90 Jahre alt war, wollte man mich in verschiedenen Heimen nicht. Ich sei schon zu alt, hörte ich. Meine Frau und ich wohnten in der eigenen Wohnung, solange es ging. Wir hatten eine schöne 5-Zimmer-Wohnung im 1. Stock im eigenen Zweifamilienhaus. Aber plötzlich war meine Frau zu müde. Trotz meiner Mithilfe schaffte sie es einfach nicht mehr. Die tägliche Plagerei mit aufräumen, putzen, einkaufen, Essen kochen, abwaschen, Wäsche waschen, glätten usw., was im Haushalt jeden Tag wieder kommt, war für sie zuviel. Wir hatten es mit einer Halbtageshilfe versucht. Aber das klappte nicht. Also entschlossen wir uns, die nächste freiwerdende Wohnung im Alterswohnheim anzunehmen. Wir hatten Glück. Im Alters-

wohnheim Eichhof wurden zwei Zimmer frei. Leider haben wir kein eigenes Badezimmer. Aber die Dusche ist gleich vis-à-vis. Und die Badewanne ist auch nicht immer besetzt.

Es war nicht einfach, von fünf Zimmern in zwei kleine Zimmer umzuziehen. Das Heim gab uns eine Skizze der Zimmer mit Angabe der Masse, damit wir ausrechnen konnten, was wir mitnehmen konnten und was abgestossen werden musste. Da war nur Platz für die Betten, das Kanapee, die Sessel und die Stühle, den Fernseher und ein kleines Tischchen. Es tat weh, die lieb gewordenen Gegenstände einfach weggeben zu müssen. Den Jungen möchte man die überzähligen Möbel und Gegenstände schenken, aber ausser Teppichen oder Antiquitäten wollten sie nichts. Brockenhaus, Caritas und Heilsarmee hatten gute Zeiten.

Die Zügelmannen machten ihre Sache gut, sie nahmen den Schrank auseinander und bauten ihn im Heim wieder zusammen, zuerst legten sie die Teppiche, und anhand der Skizze stellten sie die Möbel an den richtigen Platz. Die Bilder wurden später aufgehängt. Alles lief wie am Schnürchen. Alle halfen mit, dass unser Umzug gut gelang. Der Tag wird uns immer in Erinnerung bleiben, denn es war ausgerechnet der Tag, an dem die Kapellbrücke niederbrannte.

Mit dem Eintritt ins Heim fängt der letzte Lebensabschnitt an. Man muss seine Lebensgewohnheiten ändern, was im hohen Alter oft als «Freiheits-einbusse» empfunden wird. Man muss sich an vieles gewöhnen, das Zusammenleben mit so vielen verschiedenen Leuten ist nicht einfach, und man muss immer pünktlich zum Essen erscheinen. Es wohnen in unserem Alterswohnheim etwa 100 Frauen und 40 Männer aus allen gesellschaftlichen Schichten zusammen. Bankdirektoren, Schriftsteller, Post- und SBB-Angestellte, Kaufleute und Handwerker; bis hin zum Handlanger sind alle Berufe vertreten. Die Witwen leben von der AHV und der Pension des verstorbenen Mannes, etwa 10 Ehepaare sind hier im

Heim und einige wenige, die niemals verheiratet waren. Man redet die weiblichen mit Frau an, denn die unverheirateten Männer werden auch nicht mit «Männlein» titulierte.

Im Altersheim lässt bei vielen die Gesundheit zu wünschen übrig. Vielleicht hat man zu wenig zu tun, man lässt sich gehen und lässt sich bedienen. Wenn man älter wird, wird das Gehen beschwerlicher und man greift zu den Stöcken. Viele benutzen den Fahrstuhl. Diejenigen, welche noch in die Stadt gehen können, schätzen sich glücklich. Es sind fünf Gehminuten bis zum Bus. Eine Fahrt bis zum Bahnhof und dann ein kleiner Spaziergang dem See entlang, das bringt Abwechslung in den Alltag. Ich habe über Jahre verschiedene Stammtische in der Stadt besucht, und alle akzeptieren mich nun auch noch im hohen Alter. Die Jasser üben sich im Sehen und Denken und rosten nicht ein, denn dieses schweizerische Gesellschaftsspiel ist ein gutes Gedächtnistraining. Auch im Altersheim wird ab und zu ein Jass organisiert. Das mittlere Alter hier beträgt durchschnittlich 82 Jahre, wie mir die Heimleiterin berichtete, die älteste ist im 102. und die jüngste im 60. Altersjahr.

Der Tagesablauf fängt um 6.30 Uhr an. Während der Morgentoilette schaltet man das Radio ein und vernimmt das Neueste und auch das Wetter. Um 7.30 Uhr ist das Frühstück bereit. Unterwegs trifft man Mitbewohner an, man begrüsst sich und wünscht einen guten Tag und «en Guete». Schon nach dem Essen kann man die eine Tageszeitung, die uns in Luzern noch geblieben ist, in Empfang nehmen. Im Aufenthaltsraum wird sie studiert. Man liest, was einen so interessiert, Politik, Baubewilligungen und speziell die Todesanzeigen, ob wieder jemand vom Bekanntenkreis verstorben ist, ob man wieder an einer Beerdigung teilnehmen muss. Wenn ich das Alter der Verstorbenen vergleiche, freue ich mich, dass ich immer noch da bin. Viele meiner Freunde sind schon weg für immer, und das ist schade. Der Freundeskreis wird somit immer kleiner.

Unterdessen werden die Schlafzimmer zurechtgemacht und geputzt. Viele gehen, nachdem die Zimmer geputzt sind, wieder zurück in ihr Reich. Ande-

re machen einen Spaziergang im Park und betrachten die verschiedenen Tiere. Wir haben Pfauen, allerhand Vögel, Zwergziegen, Enten und Schwäne. Es macht Freude, die schönen und gepflegten Tiere zu sehen und zu beobachten. Es ist immer etwas los auf dem Ententeich. Schon bald ist 11.30 Uhr und Mittagessen, die Hauptmahlzeit des Tages. Nachher freut man sich über ein kleines Nickerchen im Zimmer. Das Wetter ist fast immer das Hauptthema. Ist es schön, kann man einen weiteren Spaziergang wagen und in die Stadt fahren. Wenn es regnet, trifft man sich in der Cafeteria. An Sonntagen ist dort Grossbetrieb, dass man kaum einen Platz ergattern kann. Viele Besucher und Angehörige der Residenten trinken Kaffee und essen von den guten Kuchen und der Patisserie in unserer Cafeteria.

gen bleiben. Aber gerade das kann man hier nicht, denn der Tagesablauf im Heim muss früh beginnen. Die Mitarbeiter wollen jeden Tag auch ihren Feierabend.

Zur Unterhaltung der Pensionäre wird von der Heimleitung jeden Tag ein Programm aufgestellt. Da gibt's Basteln, Singen, Turnen, Jassen und besinnliche Vorträge. Man gibt sich viel Mühe, die Tage schön und angenehm zu gestalten. Manchmal gibt's sogar ein Konzert, das dann gut besucht wird.

Das tägliche Menü kann man schon am Abend vorher am Anschlagbrett ablesen. Oft sind es schöne Phantasienamen, und man kann sich nichts dabei vorstellen. In der Gemeinschaftsküche werden jeden Tag rund 1000 Menüs vorbereitet, gekocht und an alle Heime der Bürgergemeinde verteilt.



Betagtenzentrum Eichhof der Bürgergemeinde Luzern.

Um 17.30 Uhr gibt es Nachtessen. Das haben wir schnell hinter uns und treffen uns dann noch zu einem Schwatz. Themen sind die Fernsehprogramme, Tagesnachrichten und Erlebnisse der Jungen. Um etwa 19 Uhr ist Abmarsch ins Zimmer, um die Nachrichten ja nicht zu verpassen. Früh geht man dann ins Bett, denn die Tagwache ist auch sehr früh. Meine Frau hat sich nach drei Jahren immer noch nicht daran gewöhnen können, dass sie frühmorgens um 6.30 Uhr schon geweckt wird und aufstehen muss. Gerne würde sie ein wenig länger im Bett lie-

Im Speisesaal wird speditiv serviert, auch Wünsche von Pensionären werden vom Personal entgegengenommen und ausgeführt. Die Essen sind reichlich bemessen, und es wird nachserviert, so dass niemand hungrig vom Tisch gehen muss.

Und jeden Monat gibt's ein Fest mit einem 5-Stern-Festmenü und Darbietungen für alle diejenigen, welche in diesem Monat Geburtstag feiern. ♦