

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 86 (2008)
Heft: 9

Artikel: Zum Lernen ist es nie zu spät
Autor: Honegger, Annegret
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-725368>

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: 03.04.2025

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

Zum Lernen ist es nie zu spät

Lebenslanges Lernen bleibt auch im Altersheim aktuell. Das EU-Projekt «Ella» schult Freiwillige, die Bildung ins Heim bringen – ein grosser Gewinn für beide Seiten.

Von Annegret Honegger

Mittag im Zürcher Altersheim Herzogenmühle, Hochbetrieb im «Kafi Rendez-vous». Hier essen Pensionäre mit ihren Gästen, die Lehrerinnen vom Schulhaus nebenan, die Polizisten vom nahen Revier, Angestellte kommen auf einen kurzen Kaffee vorbei. Rosmarie Gertsch und Mostafa Ramezani haben mit dem Service alle Hände voll zu tun. Zum Glück sind da noch zwei Hände, die freiwillig mit anpacken. Jeden Mittwoch und Freitag ist Suzanne Dannenhaus hier im Einsatz. Sie schöpft und serviert, schenkt Getränke aus, räumt Geschirr ab, bedient die Kasse. «Ich mache alles, was gerade so ansteht», sagt sie, als sie sich kurz hinsetzt, um selbst etwas zu essen.

Wie frau besser informiert helfen kann

Daneben veranstaltet die ausgebildete Schauspielerin und ehemalige Radioredaktorin im Haus auch Lesungen, hat etwa im Advent und zum Muttertag Geschichten und Gedichte vortragen. An den Nachmittagen nach ihrem Cafeteria-Einsatz besucht sie jeweils die 91-jährige Bewohnerin Anna W. – je nach Lust, Kraft und Laune unterhalten sich die beiden, machen einen Spaziergang, sitzen bei schönem Wetter im Garten oder gehen gemeinsam einkaufen.

Die 68-jährige Zürcherin hilft seit Jahren im Altersheim mit. Neu ist, dass sie dies mit Zertifikat tut. Suzanne Dannenhaus gehört zu den ersten Absolventinnen und Absolventen der Grundausbildung im Rahmen des Projekts Ella. Ella steht für «Ehrenamtliche für lebenslanges Lernen im Alter» und ist eine Initiative der Europäischen Union, an der auch die Schweiz teilnimmt. Die Idee dahinter erklärt Irena Cavelti, Projektleiterin bei den Altersheimen der Stadt Zürich: «Alte Menschen in Heimen können oft nicht mehr an öffentlichen Bildungsangeboten wie der Volkshochschule oder der Seniorenuniversität teilnehmen – deshalb soll die Bildung zu ihnen kommen.»



Bilder: Vera Markus

Suzanne Dannenhaus arbeitet nicht nur in der Cafeteria des Altersheims, sondern kümmert sich auch um die 91-jährige Anna W.

Die Pensionärinnen und Pensionäre melden ihre Bildungswünsche an und erhalten Kontakt zu geschulten Freiwilligen, sogenannten Bildungsmittlerinnen. Diese bieten etwa Französischkonversation, erklären das Handy und die Digitalkamera oder stehen als Begleitung ins Museum parat. «Ziel ist ein gemeinsames Bildungserlebnis, ein Dialog, durch den beide Seiten etwas lernen», sagt Irena Cavelti. So werden die älteren Menschen ins lebenslange Lernen einbezogen und können Erfahrungen und Wissen an andere Generationen weitergeben.

Auseinandersetzung mit dem Thema Alter

Um das EU-weit anerkannte Ella-Zertifikat zu erwerben, bereiten sich die Freiwilligen in sechs Modulen auf ihre Rolle in der Altersarbeit vor. Sie setzen sich mit der demografischen Entwicklung und der Stellung älterer Menschen in der Gesellschaft auseinander, erfahren viel über die psychischen und physischen Veränderungen im Alter, lernen Gesprächsführung, diskutieren über den Alltag im Altersheim und denken nicht zuletzt über das eigene Älterwerden nach. «Ich habe sehr viel gelernt und konnte

viele Vorurteile über das Alter abbauen», erzählt Kursteilnehmerin Suzanne Dannenhaus. So weiss sie heute, dass auch ein altes Gehirn sich noch verändern, noch lernen kann, wenn man es trainiert «wie jedes andere Organ».

Wichtig sei, das zu stärken, was ein älterer Mensch noch kann – und so viel Hilfe wie nötig, aber so wenig wie möglich anzubieten. «Menschen, die achtzig, neunzig Jahre lang ihr Leben selbst gemeistert haben, bestimmen natürlich auch im Heim selbst, wann sie etwas unternehmen und wann sie in Ruhe gelassen werden möchten.» Besonders geschätzt hat Suzanne Dannenhaus die Gespräche unter Kursteilnehmenden zu schwierigen Themen wie Demenz, Sexualität im Alter, Abschied und Tod.

57 Personen haben in Zürich die Ella-Ausbildung bereits durchlaufen. Das Angebot richtet sich an Interessierte ab 18 Jahren, die anderen gerne etwas vermitteln und einen guten Zugang zu älteren Menschen haben. Projektleiterin Irena Cavelti führt mit allen Interessierten ein Gespräch: «Wichtig ist, dass jemand mit beiden Beinen auf dem Boden steht, kommunikativ, einfühlsam und belastbar ist.»

Die meisten Freiwilligen sind Frauen kurz vor oder nach der Pensionierung. Suzanne Dannenhaus betont: «Eine soziale Ader allein reicht nicht.» Das im Kurs erworbene Wissen helfe ihr, die älteren Menschen besser zu verstehen, auch wenn die Begegnungen – etwa mit Dementen – nicht immer einfach seien. Durch das Gelernte fühle sie sich in ihrer Arbeit sicherer, kenne ihre Grenzen und könne deshalb auch einmal Nein sagen.

Suzanne Dannenhaus hat sich bereits in Deutschland, wo sie über vier Jahrzehnte lebte, in der freiwilligen Altersarbeit engagiert. Nachdem sie letztes Jahr in ihre Heimatstadt Zürich zurückgekehrt war, kam ihr die Ella-Ausbildung wie gerufen. «Heute ist man doch mit sechzig noch zehn Jahre zu jung für den

Immer auf Draht: Suzanne Dannenhaus in der Cafeteria des Altersheims Herzogenmühle.



Projekt Ella

Das Projekt Ella – Ehrenamtliche für lebenslanges Lernen im Alter – wird von der Europäischen Union gefördert. In der Schweiz führen die Altersheime der Stadt Zürich den Ella-Grundkurs in Zusammenarbeit mit dem Schweizerischen Verband für Weiterbildung SVEB durch. Der Kurs ist kostenlos.

Der vierte Kurs mit sechs Modulen dauert vom 23. April bis 26. Juni 2009, der Informationsabend findet am 15. Januar 2009 um 18.30 Uhr im städtischen Altersheim Sydefädeli, Hönggerstrasse 119, 8037 Zürich statt.

Informationen und Anmeldung bei der Direktion Altersheime der Stadt Zürich, Ursula Kreitmair, Telefon 044 412 47 44, Mail ursula.kreitmair@zuerich.ch, Internet www.stadt-zuerich.ch/altersheime; www.projekt-ella.eu

Ruhestand», findet sie. Wer wie sie durch Rente gut abgesichert sei und das Glück einer guten Gesundheit habe, sei fast verpflichtet, etwas zu tun: «Und wenn man arbeitet, ist man gesünder und studiert weniger an den eigenen Problemen herum.»

Unterdessen ist der Mittagsstress in der Cafeteria vorbei. An einem Tisch holt eine Vierergruppe Jasskarten hervor. Eine Pflegefachfrau isst ein spätes Zmittag. Suzanne Dannenhaus putzt die Tische, lässt die Spülmaschine laufen und bespricht mit den Kolleginnen den Einsatzplan. In zwei Tagen ist sie wieder hier, am Samstag hat sie alleine Dienst in der Cafeteria, danach geht es in die wohlverdienten Ferien: «Auch das ist ein Vorteil meines Einsatzes – er gibt meiner Woche eine Struktur, und ich kann mich auf die freien Tage und Ferien freuen.»

Inserat

Wellness und Genuss pur!

**Hotel Altein,
Arosa**
5 Tage ab CHF 396.–

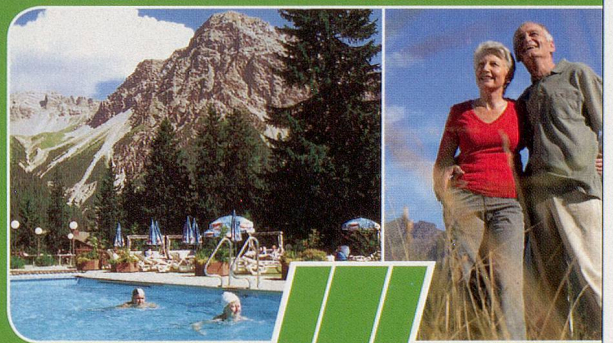
Inbegriffen: 4 Nächte im DZ,
Nord, Bad, Dusche/WC, HP,
Eintritt Solbad

Anreise ab 9. August 2008
Telefon 081 377 31 51

**Hotel Schweizerhof,
Sils-Maria**
5 Tage ab CHF 516.–

Inbegriffen: 4 Nächte im DZ
ohne Balkon unten, Dusche/WC,
HP, Eintritt Solbad

Anreise bis 16. September 2008
Telefon 081 838 58 58



Ihr Ferienverein

Buchungen direkt über die Hotels oder www.ferienverein.ch