

«Jammern gehört bei mir nicht ins Repertoire»



Wehmütige Worte oder Spuren von Einsamkeit sucht man bei Anna Schaltegger vergeblich. Die 94-Jährige hat es sich vor einem halben Jahr im Zimmer J9 im Alterszentrum Brühlgut gemütlich eingerichtet und ist immer für einen Scherz zu haben. Für ein langes, schönes Leben empfiehlt sie, fröhlich und lustig zu sein. Ein mürrisches Gesicht zu machen, bringe nichts.

Apropos: Das Magazin widmet sich dem Thema «Wohlbefinden». Fühlen Sie sich wohl?

Anna Schaltegger: Sehr. Ich habe mich hier bereits am ersten Tag gut eingelebt, fühle mich wie zu Hause.

Interessant! Ich hatte erwartet, dass Ihnen das Loslassen vielleicht Mühe macht und Sie sich zuerst an die neue Situation gewöhnen müssen ...

Ach, wissen Sie, Loslassen hat mir noch nie Mühe gemacht. Meine Möbel wurden entsorgt oder weitergegeben, so ist das Leben. Ich hab mich bestens eingelebt. Jammern gehört bei mir nicht ins Repertoire.

Was macht Ihr aktuelles Wohlbefinden aus?

Das Haus ist sehr gepflegt, ich werde im Restaurant immer gut bedient, am Morgen ist stets das Frühstück

parat. Sonst musste ich das ja ein Leben lang selber machen.

Wie viel Einfluss haben Ihre Mitbewohnerinnen und Mitbewohner auf das Wohlbefinden?

Ich habe nur mit wenigen Kontakt. Wer mich grüsst, den grüsse ich natürlich auch. Wir sind hier im Alters- und Pflegeheim, wissen Sie. Da sind viele Leute nicht mehr so fit wie ich (lacht).

Aber ein paar Leute gibt es schon, mit denen ich mich unterhalte. Mit dem Italiener nebenan frühstücke ich, mit zwei Frauen, Frau Gerber und ... Ach, wie heisst sie nochmal ... nicht Gott ... Ah, jetzt hab ichs: Frau Papst (lacht). Mit ihnen spiele ich oft abends das Zahlenspiel Rummikub. Wir spielen drei Runden, dann plaudern wir.

Was verstehen Sie generell unter dem Begriff Wohlbefinden?

Fröhlich sein, kein mürrisches Gesicht machen. Probleme haben wir alle. Wenn man sucht, findet man immer etwas Schlechtes. Aber es bringt nichts, mürrisch zu sein. Das Leben ist, wie es ist, du kannst es nicht ändern. Ich bin ein fröhlicher Mensch. Aber wehe, wenn mir jemand auf die Füsse tritt!

Dann passiert was?

Dann kann ich sehr direkt sein, ich wehre mich. Habe ich schon immer gemacht. Ich bin Sarganserländerin, aus Heiligkreuz. Wissen Sie, die Sarganserländer sind sehr direkt, aber ehrlich. Die Leute hier im Unterland



sind immer so diplomatisch. Das geht mir ziemlich auf den Wecker. Aber mir ist es einerlei, wenn jemand mit meiner Direktheit nicht klarkommt. Wenn ich Fehler mache, entschuldige ich mich. Aber ich bin nicht abhängig davon, ob mich jemand mag.

Ist Ihnen denn kürzlich jemand auf die Füsse getreten?

Man hat mir einen Schrank direkt neben meine Wohnungstüre gestellt, der mir den Überblick versperrte. Ich habe reklamiert. Beim dritten Mal wurde ich laut, jetzt ist der Schrank weg und ich habe meine freie Sicht (blickt zufrieden schmunzelnd zur Tür).

Hängen Sie nie den alten Zeiten nach?

Nein, überhaupt nicht. Ich habe das Leben immer so genommen, wie es kam, auch wenn ich harte Zeiten kannte.

Erzählen Sie uns doch ein wenig aus Ihrem Leben.

Meine Mutter starb, als ich vier Jahre alt war. Der Vater musste acht Kinder alleine grossziehen, wir haben ihn aber kaum gesehen. Ich war die Jüngste, und die älteren Schwestern haben auf mich aufgepasst. Wir durften nur bis zur 8. Klasse die Schule besuchen, das Geld reichte nicht. Als ich 16 war – mein Bruder hatte inzwischen das Sagen auf dem Hof – verlangte ich für meine Arbeit auf dem Feld einen Lohn und wurde nur ausgelacht. Da packte ich meine Sachen und ging. Ich landete in Stäfa, wo ich im Service zu arbeiten begann. Später kam ich nach Winterthur, wo ich lange im Tirolerhof und auch im Metzgerhof servierte – und meinen späteren Mann kennenlernte. Wir Serviertöchter bekamen keinen Lohn, sondern nur das Trinkgeld. Als ich Kinder hatte, musste ich sehen, wie ich sie unterbrachte. Meine Chefin interessierte sich nicht dafür. Ich konnte meine Kinder glücklicherweise Frau Bertschi, meiner Nachbarin, überlassen. Auch sie übernahm diese Zusatzarbeit ohne Entlohnung. Ja, das waren strenge Zeiten – aber auch schöne. Wir sind oft im Treppenhaus zusammengesessen, haben uns Witze erzählt, manchmal hat sich auch der Milchmann dazugesetzt. Mit meinem Mann habe ich die Pflastererei geführt. Die Marktgasse wurde übrigens von uns gepflastert.

Kurze Pause.

Wir wechseln von Frau Schalteggers Wohnung für ein Fotoshooting ins Erdgeschoss. Auf die Frage, ob sie damit einverstanden sei, antwortet sie wie fast immer mit einem Scherzchen:

Ja, da komme ich doch mit, ich kann Sie ja mit dem Fotografen nicht alleine lassen.

Es wird oft gesagt, die Jungen von heute seien verweichlicht. Stimmen Sie dem zu?

Ja, das glaube ich. Wir mussten früher hart fürs Geld arbeiten. Nach der Schule musste ich Heidelbeeren pflücken, stundenlang, bis die Chratte voll war. Gut, ich habe etwas geflunkert, indem ich den Boden zuerst mit Farn füllte, damit es nach mehr Ernte aussah (lacht). Es gab damals auch noch einen Chlapf an den Grind, wenn man in der Schule nicht recht tat. Unsere Strümpfe und Hemden mussten wir selbst stricken und nähen. Heute können die Leute Teilzeit arbeiten, weil ihnen 100 Prozent zu streng sind. Jeder macht, wie es ihm passt. Ich sage: Harte Arbeit hat mich selbstständig gemacht. Und ich bin es bis zum heutigen Tag geblieben. Ich habe nie im Leben einen Rappen ausgeliehen oder Schulden gemacht. Darauf bin ich stolz. Und auch jetzt im hohen Alter bin ich auf niemanden angewiesen. Und sehr froh darüber.

Sie brauchen auch Ihre Familie nicht?

Meine Kinder haben ihres, ich habe meines, so habe ich es immer gehalten. Mein Sohn wird für mich schauen, falls ich einmal ins Spital muss, meine Tochter kümmert sich um die Buchhaltung. Aber über das Geld bestimme im Fall immer noch ich (lacht). Meine Kinder sind übrigens gut rausgekommen: Die Tochter ist Modeverkäuferin, der Sohn ist Kreis-Chef beim Strasseninspektorat der Stadt. Ich habe drei Enkel und fünf Urenkel.

Sehen Sie Ihre Familie oft?

Mein Sohn kommt jede Woche zu Besuch, einmal bezahlt er ein Halbeli, einmal ich, das passt so für mich. Die Frau meines Enkels kommt regelmässig, und dann gehen wir zusammen lädelen. Ich brauche zwar nichts, ich habe so viele Kleider, dass ich mich zehnmal täglich umziehen könnte (lacht), aber ich stöbere gerne nach guten Hausmitteln oder einer pflegenden Crème. Und ich gehe regelmässig zur Maniküre und Pediküre.

Wenn Sie auf Ihr Leben zurückblicken, was erfüllt Sie mit einem Wohlgefühl?

Meine Zeit im Service. Ich würde sofort wieder im Service arbeiten, wenn meine Beine mich noch tragen würden. Ich habe aber auch jahrelang auf dem Wochenmarkt gearbeitet, für eine Bäuerin aus Seuzach Gemüse verkauft – obwohl ich ja selbst nichts Gesundes esse (lacht). Diese Zeit war auch toll. Auch auf dem Markt würde ich sofort wieder arbeiten. Und ja, meine vielen Reisen: Als die Kinder gross waren, arbeitete ich bei der Jowa in Volketswil, wo ich endlich für meine Altersvorsorge sparen konnte. Der Lohn von 3900 Franken war richtig gut. Da konnte ich mir

jedes Jahr eine tolle Reise leisten, mit einer Bekannten besuchte ich den Baikalsee in Russland, Los Angeles, Mexiko, Rio de Janeiro, Kenia, Dubai, Kuba ... einfach grossartig.

Sie sagten, Sie essen nichts Gesundes – im Ernst?

Salat, Früchte und Gemüse? Nichts für mich. Ich mag Fleisch (dehnt das Wort genüsslich in die Länge), Raclette und Fondue. Zum Frühstück gibt's hier Gipfeli. Wunderbar.

Was machen Sie am liebsten, wenn Sie nicht gerade Rummikub spielen?

Kreuzworträtsel. Und ich pflege meine Kakteensammlung draussen auf dem Balkon. Haben Sie gesehen, wie gut sie gedeihen? Jetzt habe ich auch noch einen Feigenbaum, der gedeiht auch wunderbar.

Von Einsamkeit keine Spur ...

Überhaupt nicht. Mein Mann ist vor 26 Jahren gestorben. Seither lebe ich allein und bin zufrieden. Aber ich habe es immer gerne lustig.

Wie beginnt Ihr Tag? Worauf freuen Sie sich jeweils am meisten?

Der Tag beginnt immer gleich: Ich schwinge die Beine aus dem Bett, stehe auf und gehe ins Bad. Danach freue ich mich auf die Leute am Frühstückstisch. Wir lachen schon frühmorgens. Ich gehöre nicht zu den leidenden Zeitgenossen. Die einen machen mit bei der guten Stimmung, die anderen nicht. Aber das ist mir egal (zwickert mit den Augen).

Interview: Karin Landolt / Fotos: Stefan Kubli

Anna Berta Schaltegger ist in Flums geboren und in einer Bauernfamilie aufgewachsen. Mit 16 Jahren verliess sie den Hof in der Heimat, kam nach Stäfa und Winterthur. Sie führte mit ihrem Mann die Pflasterei Schaltegger und arbeitete viele Jahre im Service und auf dem Markt. Anna Schaltegger hat zwei Kinder, drei Enkelkinder und fünf Urenkel. Viele Jahre lebte sie an der Stadlerstrasse und an der Römerstrasse in Oberwinterthur. Seit Sommer 2022 lebt sie im Alterszentrum Brühlgut.

Zum Thema Wohlbefinden lohnt sich ein Blick auf das Lebensqualitätskonzept von Curaviva:

