Nidwaldner Zeitung

Nidwaldner Zeitung
Reach: 17'000
Verbreitung: 5'396
AÄW: 1'700 CHF
Seite: 16

Datum: 02.11.2026
Autor: Marion Wannemacher
Rubriken: Staatskanzlei Nidwalden, Gesundheits- und Sozialdirektion



Selbstbestimmtes Alter im Fokus

Die Gesundheits- und Sozialdirektion Nidwalden lud ein, viele kamen zu Tischmesse und Referaten nach Stans.

Marion Wannemacher

«Es ist überwältigend, wie viele Leute hierher gefunden haben», freut sich Martina Durrer, Fachverantwortliche Alter beim Kanton Nidwalden. Sie schätzte die Anzahl der Besuchenden schon zu Beginn des Anlasses auf 200. Die Gesundheits- und Sozialdirektion und das Netzwerk Alter hatten am Samstagmorgen in die Turmatthalle Stans eingeladen. Im Titel wurde die Frage gestellt: Was ist Ihnen wichtig, um im Alter zufrieden und selbstbestimmt zu leben? «Dabei sollte vor allem der positive Fokus des Alters im Vordergrund stehen», betont Chantal Werren wissenschaftliche Mitarbeiterin der Gesundheits- und Sozialdirektion.



23 Vereine, Organisationen und Dienstleister informierten an einer Tischmesse zum Thema selbstbestimmt leben im Alter. Bild: Marion Wannemacher (Stans, 31. 10. 2026)

23 Vereine und Verbände aus Ob- und Nidwalden sowie Organisationen und Dienstleister rund um das Thema Alter präsentierten sich an einer Tischmesse. «Es ergab sich ein reger Austausch zwischen Fachpersonen und Besuchenden», bilanziert Durrer am Ende der Veranstaltung. Selbstbestimmtes Altern sei nicht allein eine persönliche Aufgabe, betonte der Nidwaldner Gesundheitsdirektor Peter Truttmann in seiner Begrüssung. «Es ist auch eine gemeinsame Verantwortung von Politik, Gemeinden, Organisationen und Gesellschaft. Wir alle können dazu beitragen, dass ältere Menschen ernst genommen werden, ihre Fähigkeiten einbringen können und die Unterstützung erhalten, die sie benötigen.»

Hilfe anzunehmen ist ein Lernprozess

Auf Widerhall stiess Bettina Ugolini mit ihrem Referat. Sie appellierte an ihr vorwiegend älteres Publikum, sich frühzeitig über die eigenen Prioritäten klar zu werden und über die Frage der Lebensgestaltung im Alter. Ugolini, die in Zürich eine Fachstelle Leben im Alter leitet, nannte als Stolperstein die Tatsache, dass man erst lernen müsse, Hilfe anzunehmen. Wir würden im ganzen Leben dafür nur gelobt, wenn wir etwas allein könnten und nie, wenn wir Hilfe annehmen würden, hielt sie fest.

Im Alter gelte es, für sich die Frage zu klären, in welchen Bereichen man sich beteiligen wolle und welche Aufgaben man lieber anderen übergebe. Letztlich bedeute das Annehmen von Hilfe die Möglichkeit, länger daheim zu bleiben. Falsche Entscheidungen könnten sich auf die körperliche Gesundheit niederschlagen, und zu verminderter Lebensqualität, Depressionen und Angstzuständen führen. «Hilfe anzunehmen ist nichts anderes als sich selbst zu helfen», betonte die Altersforscherin. Auch sie richtete einen Appell an die Hilfsbereitschaft in der Umgebung.

Um die Stärkung der Gemeinschaft im Dorf ging es im Referat von Matteo Rossier, dem Teamleiter Beratung und Gemeinwesenarbeit bei Pro Senectute Ob- und Nidwalden. Laut Statistik wird es laut Berechnungen des Bundesamts für Statistik rund 69 Prozent mehr über 80-Jährige geben als heute. Von den über 85-Jährigen in Privathaushalten lebt heute über die Hälfte allein. Zudem fühle sich jede dritte Person in der Schweiz einsam, gab Rossier zu bedenken.

Er stellte das Pionierprojekt «Zäme stark in Sachseln» vor. Theddy Frener war 2020 auf Pro Senectute zugekommen, um die Quartierarbeit im Dorf zu fördern. Ein Workshop mit über 60-Jährigen ein Jahr später stiess auf Interesse.

In einem von Rossier geleiteten Interview erzählte Frener als Mitglied der Kommission Gesellschaft und Gesundheit Sachseln, wie man kleinräumig mit dem Wissibach angefangen habe. Dort wurden ein Bücherschrank und zwei Plauderbänkli aufgestellt. Auch gab es Geburtstagsbesuche für Senioren ab 80 Jahre. Unterdessen gibt es 25 Quartierpersonen und rund 100 Freiwillige, Grillnachmittage und Flohmärkte je nach Quartier.

Durch die Unterstützung der Gemeinde konnte das Projekt im Jugendbüro im Bahnhof Sachseln unterkommen. Als Gleis 3 bietet es eine Anlaufstelle für Seniorinnen und Senioren und ist Drehscheibe für Gefässe wie das wöchentlich geöffnete Repair-Café, für Spielnachmittage und viele andere Aktionen. Nicht selten erlebe sie von anderen Sozialvorstehern in Obwalden einen gewissen neidischen Blick auf ihre Gemeinde, erklärte Helene Ettlin, Vorsteherin des Departements Gesundheits und Sozialwesens in Sachseln, augenzwinkernd. Das Pionierprojekt wurde vom Bundesamt für Gesundheit ausgezeichnet.

pressrelations

pressrelations Schweiz AG
mail@pressrelations.ch
www.pressrelations.ch