

# Zügeln

– gewusst wie



Koordinatorin Rita Rupp Reiter (mit Kappe) unterstützt Ruth Alder beim Umzug. Die Herren legen Hand an.



Wer umziehen will oder muss, lässt Vertrautes zurück und beginnt einen neuen Lebensabschnitt. Die Umzugs- und Packhilfe von Pro

Senectute Kanton Zürich organisiert «Zügleten» von A nach B von A bis Z. Die 71-jährige Ruth Alder ist froh um die Unterstützung der Zügelmäner und von Umzugs-koordinatorin Rita Rupp Reiter.

TEXT: ANNEGRET HONEGGER, FOTOS: BERNARD VAN DIERENDONCK

**S**cho chli nervös» sei sie, gesteht Ruth Alder. Es ist noch nicht acht Uhr morgens – und ihr Zügeltag. Nach wochenlanger Vorbereitung zieht die 71-jährige Zürcherin um – im gleichen Quartier etwa hundert Meter weiter in eine Alterswohnung der Stadt Zürich.

«Zum Glück bin ich in guten Händen», beruhigt sich Ruth Alder selbst. Helfende Hände sind genug da an diesem Montag. Ein Paar gehört Rita Rupp Reiter, der Koordinatorin der Umzugshilfe von Pro Senectute Kanton Zürich. Und zwei Paar besonders kräftige Hände sind diejenigen von Amandio Vilas und Renato Romão von der Zügelfirma Senioren-Unterhaltsreinigung GmbH.

Die drei sind ein erfahrenes Team. Die Männer tragen Ruth Alders Möbel und Kisten sorgfältig die Treppe hinunter in den grossen Zügelwagen. «Achtung Glas» steht auf den Schachteln, «Bücher und CDs», «Küche» oder «Keller». Schublade um Schublade, Schrank um Schrank hat Ruth Alder ihre Habe in den

letzten Wochen mit einer Freundin und Silvia Michel, Mitarbeiterin bei der Pro-Senectute-Packhilfe, durchgesehen, aussortiert und verpackt.

Die Frauen wickeln noch Bilder und Vasen in Haushaltspapier, leeren den Kühlschrank und packen Ausweise und Geld in Ruth Alders schwarzen Rucksack. Die Alleinstehende, erst kürzlich von einer Krankheit genesen, ist froh um die Unterstützung. In der neuen Wohnung ohne den alten Ballast freut sie sich auf «ein schönes letztes Lebenskapitel».

Der Umzugsdienst übernimmt je nach Auftrag alles Organisatorische und

Administrative von A bis Z: vom Aussortieren über das Ein- bis zum Auspacken und Einrichten, von der Entsorgung und Reinigung bis zur Wohnungsabgabe, von der Kündigung bis zur Telefonumleitung. Die detaillierten Listen, die Rita Rupp Reiter bei der Vorbesprechung mit Ruth Alder erstellt hat, sorgen dafür, dass nichts vergessen oder verloren geht. «Zügeln ist emotional und körperlich sehr anstrengend – da sind viele froh, wenn wir sie umfassend entlasten» sagt Rita Rupp Reiter.

68 Franken pro Stunde kostet die Unterstützung der Koordinatorin, die

Packhilfe verrechnet 40 Franken. So reibungslos wie heute laufen aber längst nicht alle Umzüge. Manchmal dauere es Wochen oder Monate, bis Menschen und Mobiliar bereit seien. Da man sich wohnungsmässig im Alter meist verkleinere, bedeute ein Umzug viele kleine und grössere Abschiede, man muss vertraute Menschen, Orte und Dinge loslassen. Die meisten seien am Anfang skeptisch, zum Schluss aber zufrieden, diesen Schritt getan zu haben.

Gegen Mittag ist der Zügelwagen gepackt. Ruth Alder schlüpft in ihre Jacke, schultert den Rucksack und steigt mit ihrem Teddybär im Arm zu Rita Rupp Reiter ins Auto für die kurze Fahrt zur neuen Wohnung. Die Koordinatorin macht sich sofort ans Auspacken, damit Ruth Alder bereits am ersten Abend das Nötigste in Küche, Bad und Schlafzimmer findet. Die Zügelmäner platzieren die Möbel nach Ruth Alders Anweisungen. Sie geniesst das Einrichten sichtlich: «Genauso schön habe ich mir das immer ausgemalt!» \*

#### Pro Senectute Kanton Zürich

Die Umzugshilfe von Pro Senectute Kanton Zürich begleitet Zügelnde und erledigt alles Organisatorische und Administrative rund um den Umzug. Bei Bedarf steht die Packhilfe beim Entrümpeln, Ein- und Auspacken zur Verfügung. Informationen zu Kosten und Ablauf: Telefon 058 451 50 44, Mail [umzugshilfe@pszh.ch](mailto:umzugshilfe@pszh.ch), [www.pszh.ch](http://www.pszh.ch) (Soziales und Beratung anklicken).

Die Adresse von Pro Senectute in Ihrer Nähe finden Sie vorne in diesem Heft oder unter [www.prosenectute.ch](http://www.prosenectute.ch)