



Projekt «Lebensformen im Alter»

Unser immer längeres Leben: Man kann nicht jung genug dafür sein!

Neue Lebensformen für unser immer längeres Leben: Was soll man sich unter diesem Thema vorstellen? Wir alle fühlen uns noch recht jung und sind oft selbst über unsere Ideen und Pläne überrascht, selbst Rentnerinnen und Rentner. Lohnt es sich überhaupt schon frühzeitig über unser zunehmend längeres Leben nachzudenken? Warum sollen wir uns mit etwas auseinandersetzen, was letztlich alles andere als planbar ist?

Es lohnt sich in der Tat: 2015 lebten in der Schweiz 1,5 Millionen Menschen die über 65 Jahre alt waren, 2030 werden es 2,2 Millionen sein. Also 700'000 zusätzliche Menschen über 65 innerhalb von nur 15 Jahren. Das entspricht einem jährlichen Wachstum in der Grössenordnung der Einwohnerzahl (45'000) der Stadt Thun. Tatsache ist, dass immer mehr Menschen in der Schweiz länger leben und erfreulicherweise bis ins hohe Alter aktiv und mobil bleiben. Fakt ist auch: Die Berechnungsgrundlagen unserer Altersvorsorgewerke gehen von einer geringeren Lebenserwartung aus und die Erwerbsspersonen (u.a. Grundlage eines funktionierenden Generationenausgleichs) entwickeln eine andere Dynamik. Von 2015 bis 2030 nehmen die über 65-Jährigen um 700'000 zu, während die erwerbsfähigen 20- bis 65-Jährigen nur um 350'000 zunehmen; so die Annahme des Bundesamts für Statistik (BFS). Der Anteil der Älteren in unserer Gesellschaft wird deutlich zulegen und dies stellt unsere Lebenspläne in Bezug auf Familiengründung, Ausbildungswege, berufliche Karrieren und schliesslich unsere Altersvorsorge auf eine harte Belastungsprobe. Unsere Altersvorsorge ist auf ein 100-jähriges Leben beziehungsweise auf eine 30-jährige Ruhestandsphase nicht vorbereitet.

Sind diese Überlegungen für den Lebensplan eines jeden Einzelnen wirklich relevant oder ist dies eher eine anonyme statistische gesamtgesellschaftliche Betrachtungsweise, hinter der man sich sehr leicht verstecken kann? Denken wir also einmal ohne Vorurteile und Einschränkungen über unser Leben nach! Wir können uns gar nicht vorstellen wie unser Leben aussieht, wenn wir uns nicht mehr mit anregenden Themen und Inhalten auseinandersetzen können. Was heisst es, nicht mehr als Teil eines sozialen Gefüges zu sein, wie es tagtäglich in unserem Arbeitsumfeld vorzufinden ist? Wir lieben es, uns mit den Menschen in unserer Umgebung auszutauschen, für alltägliche Probleme passende Lösungen zu finden, ein Projekt voranzubringen und noch vieles mehr. Was passiert, wenn dieser Alltag wegfällt? Werden wir nach unserer Pensionierung genügend Geld zum Leben haben? Definiert sich unser Leben nach der Pensionierung nur noch über die Anzahl der verbleibenden Lebensjahre? Oder sind wir erst alt, wenn wir nicht mehr aktiv und mobil sein können?

«Lebensformen im Alter – Nur wer jung plant, erntet im Alter!» – das ist der Schlüssel für unser gelungenes, langes Leben. Doch wie gelingt uns das und wie machen wir uns mit dieser Thematik vertraut? Es muss unser Ziel sein, über neue und andere Modelle, Hilfen und Angebote für alternative Lebensformen unseres immer längeren und auch gesunden Lebens zu verfügen. Schon als junger Mensch sollte man sich regelmässig damit auseinandersetzen. Nur so öffnen sich neue Perspektiven und eine Sensibilität für eine zukünftig vielfältigere und facettenreichere Lebensplanung. Vielleicht hatte Udo Jürgens Recht als er 1970 erstmals sang: «Mit 66 Jahren, da fängt das Leben an!».



Wann lassen Sie sich auf das spannende Abenteuer ihres längeren Lebens ein? Wir haben bereits damit begonnen! Die Stiftung Gesundheitsförderung Bad Zurzach und Baden setzt sich gezielt mit der Thematik «Lebensformen im Alter» auseinander. «Nur wer in jungen Jahren gut plant, wird im Alter ernten können» lautet die Überzeugung des Stiftungsrates. Ein hierfür geplantes Geschäftsfeld soll den heutigen 40+ Generationen konkrete Angebote zur Beantwortung folgender Fragen liefern:

- Was ist für mich ein «gelungenes Leben»?
- Wie plane ich mein «gelungenes Leben»?
- Wie lebe ich ein «gelungenes Leben»?

Über die Stiftung:

Die Stiftung Gesundheitsförderung Bad Zurzach und Baden bezweckt den gemeinnützigen Betrieb von Rehabilitationskliniken, Ambulatorien und weiteren der Gesundheit und dem Wohlergehen dienenden Institutionen und Einrichtungen. Des Weiteren setzt sie sich für die Förderung der Kurorte Bad Zurzach und Baden ein. Zur Stiftungsgruppe gehören unter anderem die RehaClinic-Gruppe, das Weiterbildungszentrum RehaStudy, mehrere Hotel- und Gastronomie-Betriebe, die Thermalbäder in Bad Zurzach und Bad Säckingen (D) sowie das sich im Bau befindliche Thermalbad in Baden. Die Stiftung wurde 1957 gegründet und hat ihren Sitz in Bad Zurzach.

Für weitere Informationen:

Rainer Blaser (Stiftungsdirektor): r.blaser@stiftungbadzurzach.ch

David Foster (Stiftungsrat): d.foster@stiftungbadzurzach.ch

Dr. med. Hans Groth (Verwaltungsrat der RehaClinic AG): h.groth@stiftungbadzurzach.ch

Marc Bertschinger (Leiter Kommunikation+Marktentwicklung): m.bertschinger@stiftungbadzurzach.ch